

Liza ŠAJN



Rojena	05.05.2002, Kranj	
Višina - teža	175 cm, 59 kg	
Klub	AD MASS, Ljubljana (do novembra 2022)	
	Akademsko atletsko društvo Slovan, Ljubljana (od decembra 2022 dalje)	
Trener	Korent Tevž	
Reprezentančni nastop	7x člani, 1x mlajši člani	
Priznanja	2023	atletinja leta pri mlajših članicah (2. mesto)

Razvoj rezultata

Leto / starost	1500 m	1500 m (dv)	3000 m	3000 m (dv)	5000 m	10 km
2018 (16)	-	-	-	-	-	-
2019 (17)	4:59.77	5:06.69	-	-	20:28.44	-
2020 (18)	4:50.64	4:51.77	10:51.35	10:40.72	18:48.00	-
2021 (19)	4:39.85	4:43.82	9:49.82	10:03.81	-	-
2022 (20)	4:42.50	-	10:12.45	-	17:30.12	35:05
2023 (21)	4:28.72	4:24.83	9:24.45	9:21.47	16:15.20	34:27

Ostali boljši rezultati na prostem

2020	600m	1:42.75
2023	5km	16:14
2023	10.000m	33:22.53
2023	polmaraton	1:17:21
2018	krogla (3kg)	5.59

Mednarodni uspehi

- | | | | |
|------|---|------|---|
| 2021 | Evropsko prvenstvo / st. mladinke, Tallinn (EST)
3000 m (9:55.37) - kvalifikacije (16. mesto) | 2023 | Svetovno prvenstvo v cestnih tekih, Riga (LAT)
5 km / cesta (16:14) - (24. mesto) |
| 2021 | Evropsko prvenstvo v krosu / mladinke, Fingal-Dublin (IRL)
kros 4000 m (14:33) - 53. mesto
ekipno mladinke (220 točk) - 17. mesto | 2023 | Evropski pokal, Pace (FRA)
10.000 m (37:01.41) - 41. mesto |
| 2021 | Balkansko prvenstvo v dvorani / mladinke, Sofija (BUL)
3000 m (10:03.86) - 6. mesto | 2023 | Evropsko prvenstvo za mlajše članice, Espoo (FIN)
10.000 m (37:04.29) - finale (19. mesto) |
| 2022 | Evropsko prvenstvo v krosu / ml. članice, Torino (ITA)
kros 5722 m (23:18) - 56. mesto | 2023 | Balkansko prvenstvo na prostem / članice, Kraljevo (SRB)
3000 m (9:48.13) - 3. mesto |