

ŠPORT

Športnice v vlogi mam in tekmovalk

Štiri mame kljub obveznostim doma in v službi del svojega časa skupaj z otroki namenjajo vadbi v Taekwon-do klubu Radovljica. Pogovarjali smo se z Anjo Tolar Tomšič, Barbaro Sitar, Majo Habjan in Tino Oblak.

MATJAŽ KLEMENC

Kaj je bil glavni razlog, da ste tudi sami postali aktivni v Taekwon-do klubu Radovljica?

Anja Tolar Tomšič: "Poleg glavnega trenerja in enega kolega sem edina iz prve generacije Taekwon-do kluba Radovljica. Vmes deset let nisem trenirala, ker sem bila v tujini. Preizkusila sem se v drugih borilnih veščinah, drugih športih, a vedno je na prvem mestu ostal taekwon-do. Ta je primeren za vse starostne skupine."

Barbara Sitar: "Zgodilo se je slučajno, s hčerko sem šla na trening in mi je bilo več. Kmalu bo šesto leto, kar sem zraven."

Maja Habjan: "Želela sem združiti dobro s koristnim. Najti čas zase in sočasno biti skupaj z otrokom. To mi je uspelo združiti v taekwon-doju. Otrok je začel s treningi štiri leta nazaj, sama pa sem se mu pridružila leto kasneje. Prej ni bilo časa, saj sem imela doma še enega majhnega otroka."

Tina Oblak: "Vse življenje sem športno aktivna. Iskala sem priložnost, da bi se rekreirala in preživljala čas z otroki. Zaljubljena sem v telovadnice, saj sem trinajst let trenirala košarko. Preko taekwon-doja sem se spet vrnila v telovadnico."

Kaj vam je dal taekwon-do?

Anja: "Prej sem devet let trenirala plavanje. Razlika je velika, taekwon-do je bolj raznolik. Treningi zelo premišljeno pripravljani. Dobiš zelo dobro koordinacijo gibov, prostorsko predstavo, samozavest se ti dvigne, a ne v smislu agresije. Naučiš se spoštovati. Veš, kje so tvoje meje. Meni taekwon-do pomeni odklop od vsakdanjega življenja."

Barbara: "Zelo veliko na socialnem področju, saj



Anja Tolar Tomšič, Barbara Sitar, Maja Habjan, Tina Oblak

imam veliko novih poznanstev, ki jih cenim na osebnem in profesionalnem področju. Všeč so mi iskrena prijateljstva med mamicami. Veliko medsebojnega vpliva z otroki in tudi z najstniki, ki te lahko veliko naučijo. Iz športnega vidika mi je taekwon-do prinesel ogromno kondicije. Začela sem zmagovati v borbah v kategoriji nad 18 let, kar je bilo še nedavno zame nekaj nepredstavljivega. Povečala se mi je samozavest."

Maja: "Taekwon-do mi je razširil obzorje. Povečala se mi je gibčnost, motivacija, koncentracija. Zelo važno mi je, da sem v pogonu, da naredim nekaj koristnega tudi zase."

Tina: V teh treh letih, ko sem v taekwon-doju, sem dobila nove prijatelje, dobro energijo, kondicijo, predvsem pa možnost rekreacije in sprostitve po službi."

Udeležujete se tudi tekem. Je težje, ko sami tekmuje ali ko gledate otroke tekmovali?

Anja: "Za razliko od ostalih treh sogovornic imam otroka (o. p.: drugi otrok je na poti), ki je star dve leti in še ne trenira. Nekajkrat je bil že z mano na treningu. Zdi se mi, da je gibalno precej spreten in da v tem uživa, zato ga mislim kmalu vključiti v trening."

Je razlika, če tekmuje sami ali ko tekmuje vaš otrok?

Barbara: "Iskreno, ko tekmuje moj otrok, si 'pogrizem' vse nohte. Ko sama tekmujem, me je tako strah in imam tako tremo, da mi je kar slabo. Predvsem v borbah adrenalin prevzame – pozabim in se fokusiram na nastop."

Maja: "Ko tekmujem sama, premagujem tremo. Če moram narediti primerjavo, kaj je težje, ko tekmujem sama ali ko gledam na tekmi svojega otroka, se brez premisleka odločim za drugo opcijo."

Tina: "Tekmujejo vsi trije moji otroci in zagotovo je težje spremljati njih. Ko otroci tekmujejo, občutim tako strah, veselje, ves adrenalin."

Uspeh, ki bi ga postavili na prvo mesto?

Anja: "V življenju mi nikoli ni bilo pomembno, da tekmujem. Bolj mi je pomembna rast na osebnem nivoju."

Barbara: "Svoj največji uspeh sem dosegla pred kratkim, junija v Znojmu. Zmagala sem v formah in v borbah v kategoriji 18+ let, kar je bilo skupaj z bronasto medaljo v skupinskih formah (ekipa treh seniork, skupaj z Majo in Tino) dovolj za pokal za najboljšo seniorko na tekmovalstvu."

Maja: "Rezultata nikoli ne postavljam v prvi plan. Meni je pomembno, da grem preko sebe, da se znam maksimalno skoncentrirati, posebej če imam dve, tri tekme zaporedoma, in da naredim pri sebi korak naprej."

Tina: "Moj največji uspeh je bil dosežen pred kratkim na Češkem, ko mi je uspelo premagati klubsko prijateljico Majo. V prejšnjih dvobojih sem bila vedno poražena."

TAEKWON-DO

Radovljčani drugi v Znojmu

Taekwon-do klub Radovljica se je udeležil 11. Mednarodnega tekmovanja v Znojmu na Češkem. Poleg Slovencev in gostiteljev so bili prisotni še klubi iz Slovaške, Poljske, Švice, Madžarske in Nemčije. Radovljčani so bili ekipno na odličnem drugem mestu. Ob tem so imeli tri najboljše posameznike po posameznih kategorijah: Tiborja Oblaka med otroki, Medeja Ručigaja med mladinci in Barbaro Sitar med članicami. Pobljže si pogledimo njihove uvrstitve na stopničke po kategorijah: otroci: Taja Oblak, 2. mesto forme 5. kup, 3. mesto borbe -25 kg, Marko Oblak, 2. mesto forme 5. kup, 1. mesto borbe -30 kg, Žan Pavlenč, 1. mesto forme, 8. kup, 3. mesto borbe -40 kg, Žan Teran, 1. mesto forme 5. kup, 3. mesto borbe -45 kg, Tibor Oblak, 1. mesto forme 1. kup, 1. mesto borbe -35 kg, Neža Guštin, 2. mesto forme 2. kup, 2. mesto borbe -35 kg, Lina Buhaj, 1. mesto forme 1. kup; mladinci/mladinke: Medej Ručigaj, 2. mesto forme 1. kup, 1. mesto borbe -40 kg, Špela Renko, 3. mesto forme 8. kup, Zoja Lukač, 2. mesto forme 8. kup, Aljana Džafič, 1. mesto forme 8. kup. Špela Renko, Zoja Lukač, Aljana Džafič, 1. mesto skupinske forme; člani/članice: Tina Oblak, 2. mesto forme, Maja Habjan, 3. mesto forme 2. kup, Barbara Sitar, 1. mesto forme II. DAN, 1. mesto borbe -65 kg, Tina Oblak, Maja Habjan, Barbara Sitar, 3. mesto skupinske forme, Denis Škufca: 1. mesto forme 4. kup, 2. mesto borbe -64 kg.

ATLETIKA

Zmaga Lare Krnc v Turčiji

V Istanbulu so potekale atletske Balkanske igre za kategorijo U-20. Odlično se je odrezala Lara Krnc, ki je v skoku v daljino osvojila prvo mesto. V troskoku sta nastopila Neja Omanovič in Matic Silič. Neja je bila sedma, Matic pa deseti. V Kopru je potekalo ekipno prvenstvo za kategorijo U16. Rok Makuc je bil prvi v skoku v daljino in drugi v teku na 100 m. Miha Klofutar je zmagal v troskoku in bil drugi v skoku v višino. Na najvišjo stopničko je stopil še Ažbe Horvatinovič v metu diska. Pri dekletih so druga mesta dosegle: Pia Zalokar (skok v višino), Karin Avsenik (hitra hoja 3000 m) in Ana Vogelnic (skok v višino). Fantje so bili ekipno šesti, dekleta pa enajsta. V Novem mestu je bila ekipna tekma za kategorije U12 in U14. Ekipa U12 je osvojila prvo mesto, ekipa U14 pa je bila peta. V Celju so se merili mladinci in mladinke na prvenstvu Slovenije. Lara Krnc je zmagala v skoku v daljino, Neja Omanovič je bila tretja. Neja je bila še druga v troskoku. Pri fantih je na stopničke dvakrat stopil Matic Silič. Zmagal je v troskoku in bil tretji v skoku v daljino.

PRIJATELJSKI NOGOMET

Okrepljeni hokejisti boljši

Glavne nogometne tekme so se v drugi polovici junija in prvi polovici julija igrale v Rusiji. V naši okolici je največjo pozornost vzbudila prijateljska nogometna tekma, igrali so v Lescah, med selekcijama tenisačev in hokejistov. Slednji so bili okrepljeni z dvema nogometašema, vratarjem Matcem Sitarjem in igralcem Amirjem Kazičem. Tenisači so sicer povedli z 1:0, na koncu pa izgubili s 3:1. Za hokejiste so nastopili: Matic Sitar, Nejc Berliš, Rok Tičar, Robert Sabolič, Tadej Čimžar, Miha Brus, Žiga Ropret, Grega Koblar, Matic Podlipnik, Matevž Erman, Miha Logar in Luka Gračnar, za tenisače pa: Grega Žemlja, Matjaž Pogačnik, Tim Žibret, Sašo Bende, Tilen Žitnik, Domen Korelc, Andraž Bedene, Nik Razboršek, Jan Jenko, Andraž Kranjc, Matic Dimic, Žiga Janškovec, Domen Korelc in Tomi Strel.

STRELJANJE

Trije na stopničkih

Strelci so zračne puške zamenjali za malokalibrske. Trije predstavniki Strelskega društva Radovljica so se udeležili regijskega prvenstva, ki je potekalo v Ljubljani. Vsi trije so bili uspešni, vsi trije na stopničkih. Pri pionirjih je bil Gaber Kokalj tretji, pri kadetih Aljaž Jalen prvi in pri mladincih Patrick Fister tretji. Patrik Fister in Aljaž Jalen sta se udeležila državnega prvenstva z MK-puško na 50 m leže. Pri mladincih je bil Patrick peti, Aljaž pa pri kadetih osmi.

Dve zlati medalji in ena srebrna za Iris Breganski

Na mladinskem evropskem prvenstvu za gluhe in naglušne, ki je potekalo v Sofiji v Bolgariji, je odlično nastopila Radovljčanka Iris Breganski, članica Atletskega društva Kronos. Iris se je domov vrnila s tremi medaljami. Zmagala je v metu kopja (kategorija U20) in skoku v višino (U18). V suvanju krogle je bila druga (U18). „To je bilo moje prvo evropsko prvenstvo in me je bilo prvi dan malo strah. Druga sem bila v krogli in dobila prvo medaljo. Naslednji dan sem v metu kopja dosegla osebni rekord, v skoku v višino sem bila blizu osebnega rekorda 157 cm. Poleg zlatih medalj sem vesela, da napredujem in sem blizu še boljših rezultatov. Gremo naprej, v treninge in tekmovalstvo,“ je povedala Iris..

ATLETIKA

Uspešni nastopi Lidije Pajk in Mojce Breganski

Glavna domača tekma za atletske veterane je bilo državno prvenstvo v Celju. Na tem sta uspešno nastopili dve Radovljčanki, Lidija Pajk iz Atletskega kluba Radovljica in Mojca Breganski iz Atletskega društva Kronos. Lidija je nastopila v kategoriji W40 in trikrat stopila na najvišjo stopničko. Najhitrejša je bila v tekih na 200, 400 in 800 metrov. Mojca Breganski je nastopila v kategoriji W45. Tudi Mojca je stopila na najvišjo stopničko v disciplini skok v daljino. Prvenstvo v Celju je bila generalka za organizatorje in tekmovalce za septembrsko balkansko veteransko prvenstvo. Za dober tekmovalni ritem sta atletinji nastopili na odprtem državnem prvenstvu hrvaške v Zadru. Mojca Breganski je bila prva v skoku v daljino, v skoku v višino in suvanju krogle. Lidija Pajk je bila najhitrejša na 400 in na 800 metrov.

VETERANI

Merili so se v petih disciplinah

Območno združenje vojnih veterancev za Slovenijo je ob dnevu državnosti organiziralo tekmovanja v petih disciplinah. V šahu je največ točk osvojil Dušan Zorko (11,5), drugi je bil Risto Cvetkov (10) in tretji Fahrudin Ključanin (9). Strelci so se z zračno puško merili v Podnartu, z MK-puško pa v Mošnjah. Prvo mesto je pripadlo Martinu Šmitku s 3240 krogi. Drugo mesto s 326 krogi sta si razdelila Samo Finžgar in Boštjan Soklič. V kegljanju je največ kegljev, 251, podrl Drago Geršak. Drugi je bil Branko Bakič (229) in tretji Edvard Gregorčič (221). V pikadu je imel najbolj mirno roko Janez Kunstelj. Srebro je pripadlo Niku Podgorniku, bron pa Janku Sebastjanu Stušku. V prstometu se je najbolje odrezal par Franci Faganel-Brane Novak. Drugo mesto sta osvojila Jože Varl in Andrej Šolar, tretje pa Drago Geršak in Žarko Bundalo.