



ŠPORTNO PLEZANJE / PRED ZAČETKOM TEKMOVALNE SEZONE

Sezono začenja prva dama slovenskega športa

Športna plezalka Janja Garnbret bo v tej sezoni tekmovala manj kot v preteklosti, saj si želi imeti pred olimpijskimi igrami v Parizu mir, zato se bo za slaba dva meseca zaprla v dvorano za trening na Verdu. Drugi glavni cilj slovenske stroke je zapolnitev kvot v olimpijski kombinaciji.

Uroš Šemrov

Pred začetkom sezone je visoke tekmovalne ambicije predstavila slovenska reprezentanca v športnem plezanju, ki ji poveljuje serijska slovenska najboljša športnica in olimpijska prvakinja Janja Garnbret. Korošica je z uspehi, mejniki, edinstvenostjo in dostopnostjo panogo v Sloveniji popeljala med najzanimivejše športne panoge, o čemer se lahko prepričamo vselej, ko ima Planinska zveza Slovenije medijski termin.

Za slovensko športno plezanje je bila odlična lanska sezona, ki ji je z dvema zlatima kolajnama na svetovnem prvenstvu (v balvanskem plezanju in kombinaciji) in eno srebrno (v težavnosti) poveljevala Janja Garnbret. Najboljša slovenska športna plezalka si je zato kot prva zagotovila olimpijsko vstopnico. Možnost pridobitve vozovnice za Pariz so imeli slovenski športni plezalci na lanskih evropskih kvalifikacijah, a so bili v Lavalu neuspešni.

Aktivirali rezervo

Medtem ko se bo lahko Slovenjgradčanka povsem posvetila pripravam na Pariz, se bodo drugi najboljši športni plezalci osredotočali predvsem na preostala termina olimpijskih kvalifikacij, ki bosta med 16. in 19. majem v Šanghaju in med 20. in 23. junijem v Budimpešti. Za moški olimpijski vozovnici se bodo potegovali Martin Bergant, Anže Peharc, Zan Lovenjak Sudar in Luka Potočnik, za eno žensko slovensko kvoto pa so v prvem planu Vita Lukan, Mia Krampf, Sara Čopar in Lučka Rakovec. Članski selektor ima pri izbiri ženske članske reprezentance nekaj težav, saj si je Čoparjeva med pripravami poškodovala koleno, Ra-

kovčeva pa okreva po zahtevni operaciji in še ni pripravljena za tekmovalje. »Zato smo aktivirali tudi rezervo Lucijo Tarkuš,« pojasnjuje selektor slovenske reprezentance Gorazd Hren.

Koledar tekmovalj v novi sezoni je zaradi olimpijskih iger, ki bodo v športnem plezanju potekale med 5. in 10. avgustom, specifičen. Tekme svetovnega pokala si bodo namreč sledile tako v težavnosti kot v balvanskem plezanju, kar ni bila praksa zadnjih sezon, ko so plezalka in plezalci najprej nastopali v balvanskem plezanju, proti koncu sezone pa še v težavnosti. Prve tekme so pred vrati, na obeh na Kitajskem pa bo nastopila tudi Janja Garnbret. Slovenka bo šla na pot takoj po velikonočnih praznikih, od 8. do 10. aprila bo v Keqiau tekmovala v balvanskem plezanju, od 12. do 14. aprila pa v Wujiangju v težavnosti. »Poleg olimpijskih iger se bomo v tej sezoni osredotočali predvsem na olimpijske kvalifikacije, saj bomo storili vse, kar je v naši moči, da zapolnimo olimpijske kvote. Zato bodo na prvih dveh tekmah svetovnega pokala tekmovali plezalci, ki bodo nastopili tudi v olimpijskih kvalifikacijah,« poudarja Gorazd Hren.

Zgolj v Tokiu več kot 400 plezalnih centrov

Janja Garnbret kot aktualna olimpijska prvakinja pozna pot do Olimpa. »Očitno sem s svojo ekipo pred Tokiem naredila nekaj dobrega, zato ne bom spreminjala formule. Res je, da rada tekmujem, a v tej sezoni bom manj kot v minulih. Zame je najpomembnejše, da se počutim dobro na treningu, saj v tem primeru vem, da bom tudi na tekmi izpolnila svoja pričakovanja. Junija in julija pa si želim predvsem miru. Tedaj se bom zaprla v svojo dvorano za trening na Verdu in se pripravljala na olimpijski nastop,« je odločna Janja Garnbret. »Res je, da sem se morala pred Tokiem pripravljati v treh disciplinah, tokrat se mi ni treba v hitrostnem plezanju. Sliši še lažje, a kljub temu pogrešam trening hitrosti, pri katerem sem pridobila moč, ki mi je prišla zelo prav v balvanskem plezanju ter tudi težavnosti,« dodaja prva dama slovenskega športa.

Najboljša športna plezalka v zgodovini se je na sezono več tednov pripravljala v Tokiu, kamor se je odpra-

vila na trening že tretje leto zapored. »Trening v Tokiu je dodana vrednost. Tam je več kot 400 plezalnih centrov, zato je mogoče lažje najti kvalitetne lokacije, poleg tega lahko preizkusim več različnih slogov postavljanja smeri,« odgovarja plezalka številka ena. V zadnjih dveh tednih se je olimpijska prvakinja pripravljala v Sloveniji, kjer je bila gostja ena njenih največjih tekmic Brooke Raboutou. Na enem od snidenj v zadnjih dneh nam je Američanka dejala, da kvalitetnejši trening, kot je vadba z najboljšo športno plezalko na svetu, ne obstaja in da je tako Janji Garnbret kot trenerju Romanu Krajniku hvaležna, da je lahko v Sloveniji preživela čudovita dva tedna.

Vita Lukan brez bolečin

»Na sezono svetovnega pokala smo se pripravljali tako doma kot v tujini. Glavnino balvanskih treningov smo opravili v Ljubljani, v težavnosti pa v Kopru, kjer smo trenirali tudi olimpijsko kombinacijo. Del treninga v tujini smo preživeli z nemško reprezentanco v Augsburgu. Velik poudarek smo namenili tudi prisotnosti tujih postavljalcev smeri, ki so bili ob vse boljših slovenskih del vadbenega programa,« je pojasnil slovenski trener Domen Švab. Drugi trener slovenske reprezentance Luka Fonda je dopolnil: »Verjamemo, da si bo ena od Slovenk priborila še eno olimpijsko kvoto. Pri moških bo pot težja, a je dosegljiva.«

Vita Lukan je poudarila, da je vesela, da se lahko na olimpijsko sezono pripravlja brez bolečin, ki so jo ovirale lani, ko je najboljše rezultate dosegala ob koncu sezone, takrat se je namreč že počutila bolje. Lani je prvič zmagovala na tekmi svetovnega pokala v težavnosti, pred domačimi navijači v Kopru pa je bila tretja. Mia Krampf je poleg Garnbretove edina z olimpijsko izkušnjo. »Med pripravami sem veliko poudarka namenila balvanskemu plezanju, zato so se mi stvari vmes začele podirati, saj je težko zdržati nekje, kjer nisi povsem najboljši. A sem krizo prebrodila ter zaupala vase in delo trenerjev. V zadnjem času se posvečam predvsem težavnosti, saj menim, da moraš biti dober v svoji disciplini,« je pojasnila Mia Krampf. Luka Potočar je dejal, da se je lani, ko je s prvega mesta skupnega seštevka svetovne-

ga pokala v težavnosti nazadoval na enajsto, veliko naučil. »Trening dveh disciplin, ki sestavljata olimpijsko kombinacijo, je zelo naporen. Povsem se bom osredotočil na olimpijske kvalifikacije, a letos ne bom pozabil niti na evropsko prvenstvo v Villarsu (med 24. avgustom in 1. septembrom, op. p.), saj bom v Švici branil srebrno kolajno z zadnjega prvenstva v Münchnu,« je pojasnil Luka Potočar. ×

2.

ZLATO OLIMPIJSKO KOLAJNO

bo v Parizu naskakovala Janja Garnbret, ki je za zdaj edina športna plezalka v zgodovini z najžlahtnejšim odličjem. Prvič so namreč olimpijske kolajne podeljevali pred tremi leti v Tokiu. V Franciji bodo podelili dva kompleta kolajn, toda v hitrostnem plezanju Slovenija ne bo imela svojega predstavnika.

Slovenska reprezentanca v športnem plezanju

ČLANICE: Sara Čopar, Katja Debevec, Janja Garnbret, Mia Krامل, Julija Kruder, Vita Lukan, Lučka Rakovec, Lana Skušek, Lucija Tarkuš.

ČLANI: Martin Bergant, Lovro Črep, Matic Kotar, Jernej Kruder, Anže Peharc, Luka Potočar, Milan Preskar, Timotej Romšak, Zan Lovenjak Sudar, Gregor Vezonik.

SELEKTOR: Gorazd Hren, **TRENERJA:** Luka Fonda, Domen Švab.

MLADINKE (DO 20 LET): Sara Čopar, Rosa Rekar, Zala Mlakar - Starič, Lina Funa.

MLADINCI (DO 20 LET): Gorazd Jurekovič, Jaka Jaki, Tim Korošec, Luka Jerman, Tanej Cerar Božič, Matevž Margon.

SELEKTORICA: Ajda Remškar, **TRENERJI:** Klemen Kejžar, Miha Hribar, Dominik Fon, Mina Markovič.

SLOVENSKA PARAPLEZALNA REPREZENTANCA: Tanja Glušič, Matej Arh, Manca Smrekar, Nataša Privošnik, Gorazd Dolanc.

SELEKTOR IN TRENER: Matjaž Vrhunc.

V načrtu imam, da se bom po olimpijskih igrah septembra udeležila tekme svetovnega pokala v Kopru, kjer si želim čim več gledalcev. Lani sem na Obali prvič zmagala in prebila

led, saj domača tekma zame nikoli ni bila najlažja.

Janja Garnbret

najboljša športna plezalka na svetu

