

številka 67, letnik 13
sreda, 5. oktober 2011

denar
in

Dnevnikov duatlon na Čatežu
**APLAVZ POMENI VEČ
KOT KOLAJNA**

Primož Polajnar, direktor
skupine IPG HP Slovenija

**V TUJINI VELJAŠ
TOLIKO, KOLIKOR ZNAŠ**

Nevarnost vloma
**VLOMILEC IMA
NAJRAJE PRVO IZMENO**



Aplavz pomeni

Zmagali so vsi, ki so prišli do cilja: od najmlajših do najstarejših



Najboljši na sprint duatlonu so bili skupaj vse od starta do cilja.

Teja Lapanja,
Foto: Anže Furlan

Zadno septembrsko soboto so se Terme Čatež prebudile v krasno, sončno, toplo, če ne že vroče jesensko jutro. Uresničena vremenska napoved je razveselila vse, tako organizatorje 2. Dnevnikovega duatlona kot tudi tekmovalce, ki so se že zelo zgodaj začeli pripravljati na svojo tekmo. Ciciji v najmlajši kategoriji so kot prvi na startu že komaj čakali sireno, ki naznanja začetek tekmovanja.

Pred seboj so imeli progo, ki vključuje 500 m teka, 2 km kolesa in 250 m teka. Med cici dečki in deklicami letnikov 2000–2001 sta zmago slavila Jan Škrjanc in Tjaša Vrtačič, oba iz TK Trisport Kamnik, pri letnikih 2002 in mlajših pa Nejc Podgoršek in Neža Mohar Gradišek, oba iz TK Trisport Alpem. Občudovanja vreden med vsemi ciciji je bil zagotovo petletni Matevž Zajc, čigar majhno kolo je v času menjave še edino čakalo na svojega lastnika, ki je v spremstvu svojega očeta z nasmeškom na obrazu pritekkel do kolesa in se tako podal na drugi dve tretjini svoje proge. Ves čas so ga vsi navzoči glasno spodbujali in mu v cilju tudi namenili najbolj bučen aplavz. Matevž je tako vsem dokazal, da leta in doseženo zadnje mesto niso problem, če se zavedaš, da si s tekmovanjem opravil po svojih najboljših močeh.

Pogumna dekleta

Enako so dokazale tudi tri udeleženke super sprint duatlona za vsakogar, ki so prav tako v cilj pritekale z najbolj bučnim aplavzom med vsemi. Tudi one so bolj kot drugim sebi dokazale, da so sposobne opraviti z 2 km teka, 8 km kolesa in 1 km



več kot kolajna



Na startu sprint duatlona ni manjkalo ne znanih obrazov, ne rekreativcev različne pripravljenosti, ne triatloncev profesionalcev.

teka, ob tem pa z hučnim aplavzom prejele večje priznanje, kot ga lahko prinese katera koli medalja. Na super sprint duatlonu sta med dečki in deklicami zmago slavila Jaka Kaplan (TK Inles Riko Ribnica) in Eva Skaza (TK Maribor), med člani in članicami pa Borut Tomše (Čebelarstvo Franc Tomše) in Maja Kotar.

Kot zadnji so se na progo podali posamezniki in ekipe, ki so nastopali na zelo razgibanem sprint duatlonu s 5 km teka, 20 km kolesarjenja in 2,5 km teka. Med tekmovalci je bil tudi Drago Corn, vodja projektov za marketing pri podjetju Intersport ISI, d.o.o., ki se je sicer že udeležil Ljubljanskega maratona in tekov na deset kilometrov, vendar pa vseeno ni človek, ki zelo rad hodi na tekmovanja. »Sem velik podpornik takšne vrste tekmovanj, čeprav najraje tečem sam in se ne udeležujem tekem. Današnji duatlon sem vzel kot rekreacijo. Nisem imel občutka o tem, kako sem pripravljen, vedel sem le, da sem manj kolesaril in tekel kot sicer. Tekma je bila kar naporna, tako po težavnosti kot tudi po času pa bi jo primerjal s polovičnim maratonom,« je povedal Drago Corn. Po njegovih besedah

več kot kolajna



Na startu sprint duatlona ni manjkalo ne znanih obrazov, ne rekreativcev različne pripravljenosti, ne triatloncev profesionalcev.

teka, ob tem pa z bučnim aplavzom prejele večje priznanje, kot ga lahko prinese katera koli medalja. Na super sprint duatlonu sta med dečki in deklicami zmago slavila Jaka Kaplan (TK Inles Riko Ribnica) in Eva Skaza (TK Maribor), med člani in članicami pa Borut Tomše (Čebelarstvo Franc Tomše) in Maja Kotar.

Kot zadnji so se na progo podali posamezniki in ekipe, ki so nastopali na zelo razgibanem sprint duatlonu s 5 km teka, 20 km kolesarjenja in 2,5 km teka. Med tekmovalci je bil tudi Drago Corn, vodja projektov za marketing pri podjetju Intersport ISI, d.o.o., ki se je sicer že udeležil Ljubljanskega maratona in tekov na deset kilometrov, vendar pa vseeno ni človek, ki zelo rad hodi na tekmovanja. »Sem velik podpornik takšne vrste tekmovanja, čeprav najraje tečem sam in se ne udeležujem tekem. Današnji duatlon sem vzel kot rekreacijo. Nisem imel občutka o tem, kako sem pripravljen, vedel sem le, da sem manj kolesaril in tekel kot sicer. Tekma je bila kar naporna, tako po težavnosti kot tudi po času pa bi jo primerjal s polovičnim maratonom,« je povedal Drago Corn. Po njegovih besedah



Petletni Matevž Zajc, najmlajši tekmovalac na cici duatlonu, ki je prejel največji aplavz.

bi se duatlona lahko udeležil prav vsakdo, če bi se le malce pripravil, iskreno pa je čestital vsem, ki so se izkazali ne le s tem, da so se udeležili tekmovanja, temveč so pokazali, da skrbijo zase, ne glede na svojo pripravljenost. Vsak tekmuje v svojih okvirjih, po svojih močeh.

Hud boj pri članih

Na sprint duatlonu sta bila najhitrejša **Damijan Kromar** (TK Inles Riko Ribnica) in **Marina Milković** (TK Swibir, HRV). Pri moških se je bil hud boj za zmago med **Damijanom Kromarjem**, **Matejem Šporarjem** (TK Swibir, HRV – 2. mesto) in **Mitjo Morijem** (TK Ljubljana, na koncu 3.). Pri ženskah je Marina vodila že po prvem delu in prednosti ni več spustila iz rok. Drugo mesto je osvojila **Laura Šimenc** (TK Gorenjska) in tretje **Eva Troha** (TK Inles Riko Ribnica).

Na tekmovanju ni manjkalo niti slavni obrazov. **Primož Kozmus**, edini slovenski olimpijski in svetovni prvak, sicer v duatlonu ni tekmoval, se je pa z veseljem odzval povabilu organizatorjev in najboljšim podelil medalje. »Ker duatlon poteka v neposredni bližini mojega doma,

menim, da je prav, da pridem spodbujat športnike, ki so danes tekmovali. Duatlon in triatlon sicer poznam in imam tudi prijatelje, ki se ukvarjajo s tem športom. Sam tudi tečem in kolesarim, vendar moram priznati, da imam potem kar nekaj časa probleme z bolečinami v mišicah,« se je na svoj račun pošalil Kozmus, ki je tudi povedal, da je v času svoje športne pavze prekolesaril svoj prvi mali maraton Franja ter končal tek v Sežani, vendar bi potreboval veliko več treninga.

Kozmus podelil medaljo

Primož Kozmus je medaljo za drugo mesto podelil tudi zmagovalcu občinstva na Slovenski popevki **Marku Vozlju**. Po njegovih besedah je tekmovalje potekalo po pričakovanjih: »Kar nekajkrat v življenju sem bil že v takšni situaciji kot tokrat. Sicer imam v mislih najbolj glasbo, ko hodiš na vaje, vadiš, se nekaj naučiš in tudi znaš, ko pa stopiš na oder, pred občinstvo, to izpade popolnoma drugače. Tisočkrat moraš doma vajo ponoviti, da kasneje pred občinstvom izpade vsaj 80- ali 90-odstotno. Tisto, kar treniraš, moraš velikokrat prepeljati ali preteči. Če kdo



Tekmovalca super sprint duatlona s kolesarskega nastopa prihajata v menjalni prostor, od koder se bosta odpravila še na tekaški del.



Nekateri so na cilju od utrujenosti popadali na tla, med njimi tudi zmagovalec Damijan Kromar (desno) in tretjeuvrščeni Mitja Mori (v ospredju).

misli, da bo vse tako kot na treningu, se moti. Adrenalin naredi svoje, okolje svoje in tekmovalnost svoje. Meni je na srečo tokrat uspelo. Največjo tremo sem imel zaradi strahu, da bi v preveliki želji po dobrem rezultatu zgorel, kar se v športu lahko zgodi zelo hitro. Organizem ne dela več, lahko se le še ustaviš in sedeš. Okoli sebe sem imel izkušene ljudi, ki so takšnih tekmovalj in takšnega tempa vajeni. Ker je bil to moj prvi duatlon, so mi razložili potek tekmovanja, kje lahko kaj pridobim, izgubim in kakšna naj bo moja taktika. Duatlon je bil zame zelo zanimiva izkušnja. Izkazalo se je, da sem res malo močnejši na kolesu kot v teku, zato se mi je v času teka zdelo tako, kot bi bil na tekmi zajčkov, vmes pa se je našel še en medvedek, ki je prišel pogledat in preizkusit tekmo. A tudi medvedki smo lahko hitri. S svojim nastopom sem zelo zadovoljen, na koncu pa sem prejel še medaljo za



Z leve proti desni: tretjeuvrščeni Mitja Mori (TK Ljubljana), zmagovalec Damijan Kromar (TK Inles Riko Ribnica) in drugouvrščeni Matej Šporar (TK Swibir)



Jaka Kaplan (TK Inles Riko Ribnica) je svoj prvi krog odtekel brez enega tekaškega čevlja, pa kljub vsemu na koncu slavil zmago.



Sprint duatlona so se udeležili tudi dnevnikovci. Domen Rant (prvi z desne) in Teja Lapanja (druga z desne) sta opravila samostojen nastop, Robert Zevnik (drugi z leve) in Miha Vrbinc (tretji z desne) sta nastopila v moški štafeti, Tina Lah (prva z leve) in Melita Romih (tretja z leve) pa sta nastopili v ženski štafeti.

drugo mesto v svoji kategoriji, kar je prineslo le še dodatno veselje.«

Trener je zadovoljen

Marka je na njegov nastop kar tri mesece pripravljala trener Igor Kogoj iz kluba 3K Šport, ki pa je imel o njegovem nastopu le pozitivne besede: »Markov nastop in rezultat zame nikakor ni in ne more biti presenečenje, saj mora dober trener poznati sposobnosti športnika in vedeti, kaj lahko od njega pričakuje. Dobro je vedeti, kaj pomeni nastop oceniti kot slab, dober ali odličen. To pomeni, koliko se športnik na tekmi približa svojim fizičnim in fiziološkim sposobnostim in koliko zna izkoristiti tehnične in praktične možnosti, ki pa se ponujajo na vsaki tekmi, odvisno od situacije. Fizične sposobnosti so mi bile natančno jasne, saj smo na treningih natančno merili njegove čase in načrtovali njegov nastop. Neznanka pri Marku je bila morda le nastop, in sicer glede taktike in tehnike izvedbe same tekme. Glede na to, da je bilo to zanj prvo tekmovanje v duatlonu in je na tem področju popolnoma neizkušen, se je izkazalo tisto,



Marko Vozelj se je pod nadzorom Igorja Kogoja iz kluba 3K Šport na Dnevnikov sprint duatlon pripravil tri mesece in nastop opravil z odliko.



Marko Vozelj iz menjalnega prostora odhaja na kolesarski del proge.

kar sem predvidel. Marku so njegove življenjske in tudi siceršnje izkušnje iz glasbe, kjer veliko nastopa, močno pomagale, da je tudi ta vidik izpeljal na izjemno visoki ravni. Moja končna ocena

je, da je bil nastop zelo dober, če pa gledamo zelo strokovno in v podrobnosti, je treba vedeti, da se vedno najde še kaj, kar se da še izboljšati. Za to pa bo Marko imel priložnosti še v prihodnje.»

Pokrovitelji

INTERSPORT

BUTAN PLIN

IBINO BEAR FOR ACTIVE LIFESTYLES
TRION:Z
magnežno-ionski pripomočki / www.trionz.si

Partnerji

TERME ČATEŽ **3K** triatlon klub
www.3k-sport.si

ADRIA **TZS**
Kolesarski klub

RYTR

Medijski partner

RADIO AKTUAL

športni klub | **dnk**

Zahvaljujemo se partnerjem in pokroviteljem Dnevnikove tekaško-kolesarske preizkušnje v Termah Čatež.

in

Dnevnik NEDELJSKI

