

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

OLIMPINĖ PANORAMA

2020 M. BALANDIS NR. 4 (128)

SVAJONĖS LINK

LIETUVOS BANGLENTININKAI KLOJA
PAMATUS BŪSIMŲ OLIMPIEČIŲ UGDYMU

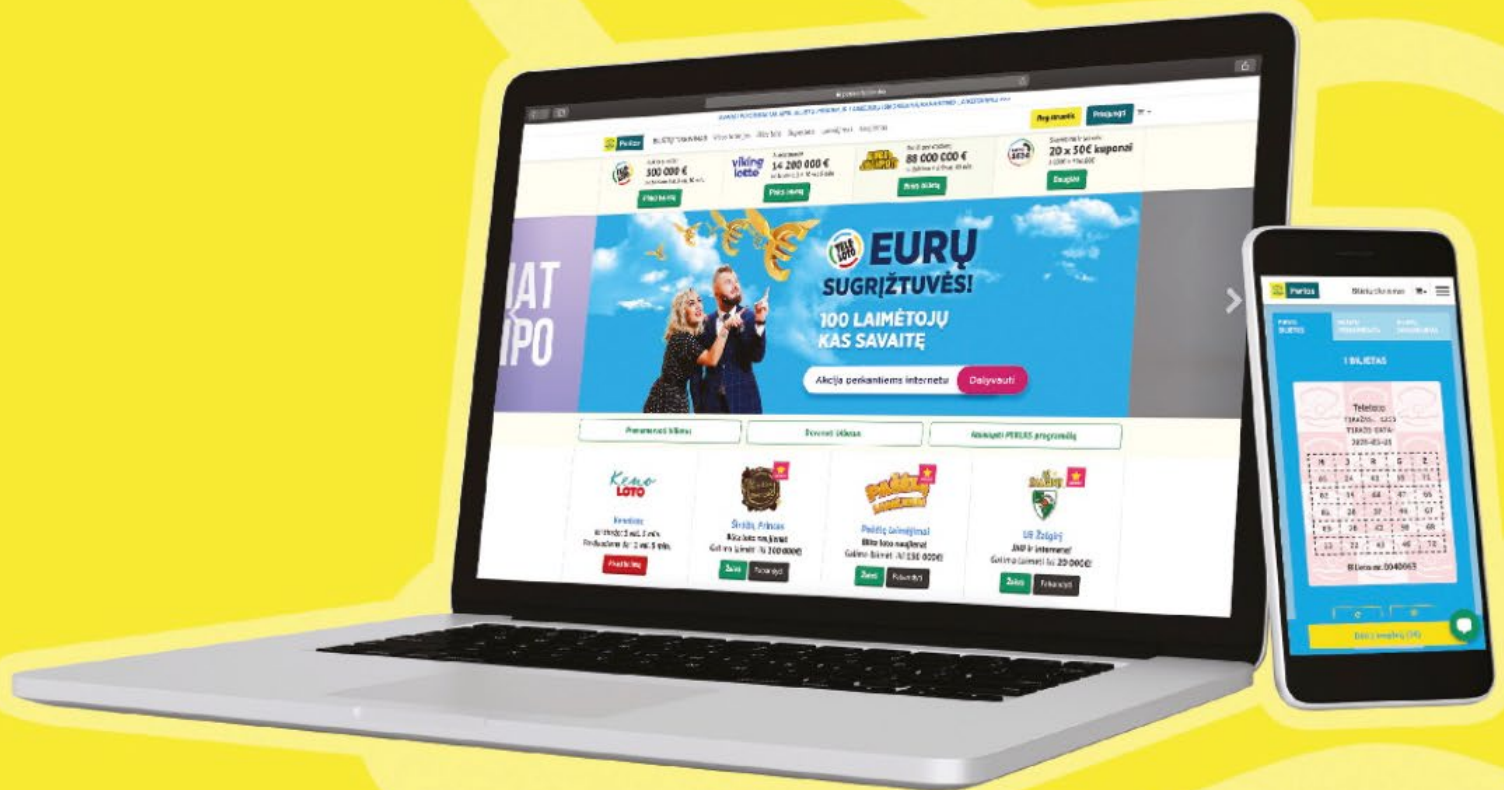
WWW.LTOK.LT



Iškart pirk bilietą internetu



perlas.lt



**EURO
JACKPOT**

**viking
lotto**

**TELE-
LOTO**

**Keno
LOTO**

JĖGA

8% nuo loterijos bilieto kainos keliauja
Lietuvos olimpiniam sportui


OLIFEJA


LTeam



5

SKAITYTOJAMS

L TOK PREZIDENTĖS MINTYS

6

TOK AKTUALIJOS

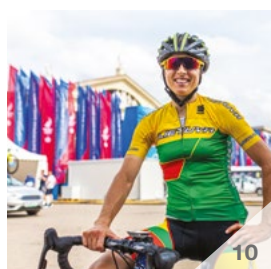
NAUJI IŠŠŪKIAI

8-12

IŠ ARTI

LAIKO GALIA

LIGONINĖ IR KARANTINAS NEPALAUŽĖ
SUNKUMUS ĮVEIKIA BENDROMIS JĖGOMIS
SVARBIAUSIA – NORAS NEDINGO
TIKSLAS – NUMESTI MEDALIUI



13

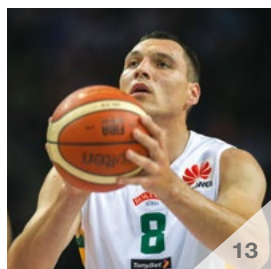
SAVANORYSTĖ

VETERANO OLIMPINĖS SVAJONĖS

14

KITU KAMPU

STABTELĖTI IR PERREGULIUOTI



17

WWW.LTOK.LT

„OLIMPINĖ PANORAMA“ BUS TIK
SKAITMENINĖ

18

POSĖDIS

GRIEŽTA TAUPYMO PROGRAMA

20

ŽVILGSNIS

BANGŲ MEDŽIOTOJAI

22

POMĖGIAI

OLIMPINĖS EMOCIJOS NESVETIMOS
MINISTRAMS



25

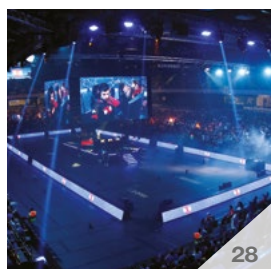
KONKURSAS

SPORTININKAI – GYVENIMO KELRODŽIAI

26

TALENTAS

ŽIEBIASI NAUJA ŽVAIGŽDĖ



28

KITOKS SPORTAS

OLIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE –
(NE)IŠVENGIAMAI?

31

OLIMPINIS ŠVIETIMAS

ŽAIDYNIŲ VEIKLOS – INTERNETE
„SVAJONIŲ KOMANDŲ“ SUSITIKIMAI

32

KRONIKA

L TOK ĮVYKIŲ DIENORAŠTIS

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

Leidžiamas nuo 2003 m.
Nr. 4 (128), 2020 m.



VIRŠELYJE

Vienas Lietuvos bangų sporto
asociacijos įkūrėjų Girmantas
Neniškis

Sauliaus Balčiūno nuotr.

REDAKTORIUS

Bronius Čekanauskas

AUTORIAI

Marytė Marcinkevičiūtė
Inga Jarmalaitė
Lina Daugėlaitė
Marius Grinbergas
Vaidas Čeponis
Julius Bliūdžius
Dainius Genys

FOTOGRAFAI

Saulius Čirba
Alfredas Pliadis

KALBOS REDAKTORĖ

Inga Necelienė

MAKETUOTOJAS

Artūras Gimžauskas

KONTAKTAI

Olimpiečių g. 15, LT-09200 Vilnius
panorama@ltok.lt

INTERNETO SVETAINĖ

www.ltok.lt

SPAUSDINA

„Lietuvos ryto“ spaustuvė

TIRAŽAS

2000 egz.
ISSN 1648-6331
Online ISSN 2351-5899

Jei norite dalytis žurnalo medžiaga
su savo skaitytojais, privalu
pranešti, kad informacijos šaltinis –
„Olimpinė panorama“



VARDAN
VISŲ SVEIKATOS

SAUGUS PISISVEIKINIMAS
ATRODO TAIP

 **EURO**
VAISTINĖ

jauskitės gerai

IŠGYVENSIME, NES KITOS IŠEITIES NĖRA

Balandžio 23 d. buvo surengtas Lietuvos tautinio olimpinio komiteto Vykdomojo komiteto posėdis. Pirmą kartą per beveik aštuonerius prezidentavimo metus LTOK vadovė Daina Gudžinevičiūtė jam pirmininkavo būdama savo kabinete – posėdis vyko susijungus į vaizdo konferenciją. Apie pagrindinę posėdžio temą, finansus ir aktyvuotą taupymo režimą olimpinė čempionė papasakojo „Olimpinei panoramai“.

Aktualiausia pastarųjų dienų tema – finansai. Pinigus skaičiuoja lygos, klubai, organizacijos. Ar jau turite apčiuopiamų duomenų, kaip gali skirtis planuotas ir realus LTOK 2020 metų biudžetas?

LTOK biudžetas 95 proc. priklauso nuo „Olifėjos“ loterijų bilietų pardavimo. Karantino metu pardavimo rodikliai svyruoja, bet kol kas tendencijos pesimistinės. Vieną savaitę matėme 20, kitą – daugiau nei 40 proc. kritimą. Remiantis tokiais skaičiais, planuotos įplaukos gali sumažėti nuo 20 iki 37 proc. Pavertus į konkrečias sumas, tai tolygu 2–3,7 milijono eurų. Aišku, karantinas vieną dieną baigsis, tačiau apie blogiausią scenarijų žinome ir jam ruošiamės.

Kurios LTOK programos ir sritys diržus turės susiveržti labiausiai, o kas tie neliečiamieji?

LTOK prioritetas – sportininkai, treneriai, medikai ir federacijos. Darome viską, kad jiems suplanuotos išmokos – stipendijos, dotacijos, atlyginimai – nesumažėtų. Visų kitų veiklų ir programų finansai karpomi pagal galimybes.

Deficitas solidus. Ar pavyks išlaviruoti?

Pavyks. Kitos išeities nėra. Atšaukus olimpines žaidynes perskirstėme LTOK biudžeto eilutes. Pasirengimo Tokijo žaidynėms eilutę perkėlėme prioritetinėms sritims finansuoti. Neįvykusios sportininkų pasirengimo stovyklos leido sutaupyti apie 10 proc. olimpinio sporto direktijos išlaidų. Drauge su visų LTOK direktijų vadovais – olimpinio švietimo, tarptautinių ryšių, ūkio – stipriai mažiname išlaidas. Kovo–gegužės mėnesiais neįvyko ir nebeįvyks keliolika didesnių ar mažesnių projektų: LTOK mokymai sporto vadybininkams ir treneriams, olimpinė vertybių ugdymo programos mokymai, Lietuvos mokyklų žaidynių finalai, Lietuvos mažųjų žaidynių festivaliai ir kiti. Drauge siekiame sutaupyti nuo 25 iki 30 proc. šiems metams numatytų finansų. Šiuo etapu sprendimai tokie, jei situacija reikalaus, reaguosime iš naujo.

Kaip finansų žirkklės palietė LTOK darbuotojus?

Kai kalbame apie išgyvenimą, jis paliečia visus. Visi LTOK ir Lietuvos olimpinio fondo darbuotojai sutarėme mažinti atlyginimus. Šiuo metu jie mažėja 10 proc. Turime šeimas, įsipareigojimų trečiosioms šalims, tačiau visi suprantame, kad šis žingsnis buvo privalomas.

Birželio mėnesį Vilniuje turėjo vykti Olimpinės dienos renginys. Dvejus pastaruosius metus jis mušė lankomumo rekordus. Kokia šio projekto ateitis?



Saulius Cirbos nuotr.

”

LTOK PRIORITETAS – SPORTININKAI, TRENERIAI, MEDIKAI IR FEDERACIJOS. DAROME VISKĄ, KAD JIEMS SUPLANUOTOS IŠMOKOS – STIPENDIJOS, DOTACIJOS, ATLYGINIMAI – NESUMAŽĖTŲ. VISŲ KITŲ VEIKLŲ IR PROGRAMŲ FINANSAI KARPOMI PAGAL GALIMYBES.

Olimpinė diena šiemet bus kitokia – kviesime sportuoti atskirai. Birželio 23 dieną, ko gero, pirmą kartą Lietuvoje rengsime virtualią šventės versiją – kiekvienas žmogus, tądien nubėgęs lietuvišką olimpinę mylią, tai yra 1988 metrus, ir su specialia grotažyme įkėlęs įrodymą į socialinius tinklus, bus apdovanotas Olimpinės dienos prizais ir rėmėjų suvenyrais. Vis dar išlieka galimybė rugsėjo mėnesį Vilniuje surengti ir įprastą Olimpinės dienos šventę.

Turės pakisti ir ištikimiausių „Olimpinės panoramos“ skaitytojų įpročiai. Kaip?

Gali būti, kad šis numeris – paskutinis šiais metais, kurį galima fiziškai laikyti rankose. Nuo kito mėnesio žurnalas bus leidžiamas tik elektroninis. Jį, kaip ir visus kitus „Olimpinės panoramos“ numerius, galima rasti *ltok.lt* svetainėje. Atsiprašome už nepatogumus, bet tai dar viena finansų dietos pasekmė.

Kalbino Gedas Saročka

NAUJI IŠŠŪKIAI

2021 M. LIEPOS 23 – RUGPJŪČIO 8 D. TAI NAUJA TOKIJO OLIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ DATA, KURIĄ BENDRU SUTARIMU NUSTATĖ TARPTAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO, ŽAIDYNIŲ ORGANIZACINIO KOMITETO IR TOKIJO BEI JAPONIJOS VADOVAI. IKI ŽAIDYNIŲ ATIDARYMO JŲ ORGANIZATORIŲ IR BŪSIMŲ DALYVIŲ LAUKIA DAUGYBĖ DAR NEPATIRTŲ IŠBANDYMŲ.



Tokio žaidynių organizatorių laukia daug darbų

TOK nuotr.

Nauja žaidynių data nustatyta kovo 30-ąją, praėjus šešioms dienoms po to, kai dėl pasaulio sukauščiusios „Covid-19“ pandemijos nutarta metams nukelti šią vasarą turėjusias vykti Tokijo olimpinės žaidynes.

Oficialiai paskelbus naują žaidynių datą bendromis jėgomis visos šalys ėmėsi veiksnių fiziškai perkelti didžiausią pasaulio sporto renginį į kitą vasarą.

„Tai labai sudėtinga dėlionė, susidedanti iš derybų su privačiu ir viešuoju sektoriumi bei daugybe suinteresuotų olimpinio judėjimo šalių tam, kad turėtume viską, ko reikia“, – laukiančius darbus apibūdino olimpinio žaidynių operacijų direktorius Pierre'as Ducrey.

Tarptautinio olimpinio komiteto svetainėje pabrėžiami šie pagrindiniai iššūkiai, kurie laukia Tokijo olimpinio žaidynių organizatorių.

SPORTININKŲ GEROVĖ

Pirmiausia – atletai. Nerimas dėl jų sveikatos ir gerovės buvo vienas kertinių veiksnių, nulėmusių sprendimą perkelti žaidynes. Tikimasi, kad olimpinėse žaidynėse varžysis apie 11 tūkst. atletų iš 206 nacionalinių olimpinio komitetų (NOK). Jie jau kelerius metus žinojo, kada ir kur bus rengiamos žaidynės bei joms ruošėsi, stengėsi pasiekti savo sportinės formos piką būtent šią vasarą.

Nors 57 proc. sportininkų jau yra užsitikrinę kelialapius ir jaučiasi ramūs dėl dalyvavimo Tokijo žaidynėse kitąmet, tačiau kovojantieji dėl likusių 43 proc. olimpinio bilietų dėl savo ateities nėra tokie užtikrinti. Visi atletai privalo iš naujo susiplanuoti treniruočių programas. Šiuo metu šį darbą dar labiau apsunkina daugelyje šalių įvesti karantino reikalavimai, dėl kurių treniruotis, ypač komandinių sporto šakų atstovams, tapo didžiu iššūkiu.

VARŽYBŲ KALENDORIUS

Sudėtinga padėtis susidarė ir žvilgterėjus į sporto varžybų kalendorių, kuris yra perpildytas. Tarptautinės federacijos, kaip ir profesionalios lygos, dėl „Covid-19“ krizės jau dabar turi priimti itin sunkius sprendimus. O nukeltos žaidynės reiškia, kad sporto federacijoms taip pat reikia koreguoti savo kalendorius taip, kad varžybos nesikirstų su nauja olimpinio žaidynių data.

Vis dėlto sporto pasaulis pademonstravo solidarumą: kai kurios tarptautinės federacijos nusprendė savo čempionatus perkelti į 2022 m., nors tai joms sukurs papildomų logistinių ir finansinių sunkumų. Lygiai taip pat, kaip sportininkai susidurs su nežinomybės iššūkiu, – juk jie rengėsi šių metų varžyboms.

OLIMPINIS TVARKARAŠTIS

Ką galima pasakyti apie pačias žaidynes? Jų programoje – 33 sporto šakos, todėl į visa tai yra įsitraukusios ir 33 skirtingos tarptautinės federacijos. Tokijuje kitąmet iš viso bus rengiamos net 339 varžybos, jos vyks 42 skirtingose vietose. TOK ir jo partnerių prioritetas – užtikrinti, kad visos arenos, stadionai ir aikštynai būtų prieinami ir 2021 m. Dedamos visos pastangos užtikrinti, kad varžybos vyktų jau patvirtintose arenose, jeigu tik tai bus įmanoma.

OLIMPINIS KAIMELIS

Dar vienas organizatorių prioritetas – išsaugoti olimpinį kaimelį. Plakančia olimpinio žaidynių širdimi vadinamas kaimelis žaidynių laikotarpiu tampa ir sportininkų, ir juos lydinių asmenų namais. Be 18 tūkst. lovų, jame taip pat bus įrengti medicinos punktai ir 18,5 tūkst. kv. m patalpa, kurioje įsikurs dviejų aukštų valgykla, rekreaciniai patogumai ir sporto salė. Šiame 5 tūkst. butų komplekse po žaidynių bus apgyvendinti vietos žmonės.

PARTNERIAI IR TIEKĖJAI

14 TOK pagrindinių pasaulinių partnerių kartu su 67 Japonijos įmonėmis ruošėsi teikti žaidynėms gyvybiškai svarbias prekes ir paslaugas, kad užtikrintų sklandžią renginio eigą.

Technologijos, automobiliai, finansinės ir logistinės paslaugos, maisto ir gėrimų tiekimas – šie paslaugų tiekėjai-partneriai buvo iš anksto suplanavę visas operacijas ir ruošėsi visiems darbams būtent šią vasarą.

TRANSLIACIJOS IR ŽINIASKLAIDA

Olimpinės žaidynės unikalios tuo, kad jas visuose žemynuose galima stebėti realiu laiku – įvairiose platformose varžybas žiūri pusė planetos žmonių. Tai OBS (olimpinių žaidynių transliuotojo) ir transliavimo teises turinčių įvairių šalių televizijų nuopelnas.

Be „Olympic Channel“ TV kanalo, Tokijo olimpinių žaidynių transliavimo teises turi 26 transliuotojai. Įprastai jie savo programas suplanuoja metams į priekį, dažnai jas lipdo aplink pasaulinius sporto ir pramogų renginių kalendorius. Tačiau dabar viso pasaulio transliuotojams bei reklamos užsakovams teks iš naujo perdėlioti tvarkaraščius.

Transliuotojų ir tradicinės žiniasklaidos atstovų (akredituota 25 tūkst. asmenų) darbo patalpoms žaidynių organizatoriai planavo panaudoti 265 700 kv. m ploto tarptautinį parodų ir konferencijų centrą „Tokyo Big Sight“. Tai leido organizatoriams sutaupyti, nes nereikėjo statyti naujo pastato, kurti infrastruktūros.

DARBUOTOJAI IR SAVANORIAI

Olimpinės žaidynės negalėtų vykti be organizacinio komiteto darbuotojų bei savanorių. 2020 m. Tokijo olimpinių žaidynių organizatoriai planavo suburti net 150 tūkst. žmonių – darbuotojų, savanorių ir rangovų. Daugelis jų jau buvo pasamdyti ir pradėję arba rengėsi pradėti savo darbus.

Nors organizacinis komitetas ketina imtis visų įmanomų priemonių jau turimiems savanoriams išsaugoti, gali tekti ieškoti naujų. Tiesiog kai kuriems jų gali būti sudėtinga perkelti savo planus į 2021-ųjų vasarą.

ŽIŪROVAI

Esminė olimpinių žaidynių dalis – žiūrovai. Milijonai žmonių nusipirko bilietus, tikėdamiesi išvysti neeilinį reginį savo akimis. Dalis jų neabejotinai suplanavo ne tik kelionę, bet ir ekskursijas, papildomas veiklas.

Pavyzdžiui, vien Japonijoje buvo parduota 4,48 mln. bilietų. Per oficialius bilietų platintojus jais buvo prekiaujama ir kitose pasaulio šalyse. Nors organizacinis komitetas užtikrina, kad jau nupirkti bilietai galios ir 2021 m., kai kurie žiūrovai paprasčiausiai negalės atvykti į Japoniją, todėl atsakingiems asmenims pirkėjų grąžinami bilietai ir jų sugrąžinimas į rinką taps dar vienu papildomu iššūkiu.

SUDĖTINGA, BET ĮMANOMA

Visos su žaidynėmis susijusios šalys per artėjančius metus turės viską organizuoti iš naujo.

„Akivaizdu, kad sprendimo žaidynes nukelti metams nebūtume galėję priimti be visų šalių pritarimo. Olimpiniis judėjimas šios krizės metu laikėsi vieningai. O palaikymas, kurio sulaukėme, buvo nepaprastas. Visi suprato, kad šiomis aplinkybėmis žaidynių nukėlimas buvo geriausias įmanomas variantas. Tai parodė, kad olimpinio judėjimo vienybė yra labai stipri, – pabrėžė TOK olimpinių žaidynių vykdomasis direktorius Christophe'as Dubi. – Suvieniję TOK ir olimpines šeimos gebėjimus bei įsipareigojimus galime jaustis užtikrintai. Žinia, kad žaidynės nukeltos, – tikrai nėra tai, ko visas pasaulis laukė pastaruosius ketverius metus, tačiau bent jau turime reikiamas sąlygas surengti puikią šventę. Jausdamas didžiąją pasitikėjimą sakau, kad kitąmet žaidynės bus būtent tokios.“



Jau buvo pasirengta savanorių mokymams

ATRANKA

Po sprendimo Tokijo vasaros olimpinės žaidynės nukelti į 2021-uosius TOK sudarė darbo grupę, pavadintą „Pirmyn“ (angl. „Here we go“). Ilgą darbų sąrašą turinti atlikti ekspertų grupė paskelbė pakoreguotus žaidynių atrankos sistemos principus. Jų privalo laikytis savo atrankos sistemą nustatančios tarptautinės sporto šakų federacijos.

ESMINĖS TOKIJO OLIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ ATRANKOS SISTEMOS PRINCIPŲ KOREKCIJOS

1. Ilgesnis kvalifikacijos laikotarpis ir nauji terminai

Olimpinė atranka baigsis 2021 m. birželio 29 d. Jeigu tarptautinės federacijos nuspręstų numatyti kitokį kvalifikacijai skirtą laikotarpį, jis turi baigtis iki nustatytos datos. Galutinis sportininkų registracijos terminas pakeistas į 2021 m. liepos 5 d.

2. Kvotų paskirstymas

Nepaisant to, kad žaidynės nukeltos, atletai ir NOK, jau iškovoję kelialapius į Tokijo olimpinės žaidynės, jų nepraras. Šiuo metu 57 proc. kvotų jau išdalyta, prie šių atletų prisijungs dar apie 5 tūkst. sportininkų.

Vienus kelialapius atletai pelno asmeniškai, kiti atitenka NOK. Tačiau bet koku atveju, kaip numatyta Olimpinėje chartijoje, galutinis verdiktas, ką siūsti į Tokijo olimpinės žaidynės, priklauso nacionaliniams olimpiniams komitetams.

Kur įmanoma, prioritetas išlieka kvotų paskirstymų metodus išlaikyti kuo panašesnius į originalią kiekvienos sporto šakos kvalifikacijos sistemą. Principai skatina tarptautines federacijas sportininkams, praradusiems galimybę iškovoti kelialapi, sudaryti sąlygas tai pasiekti organizuojant tokį pat varžybų kiekį.

Kalbant apie tokią atranką, kai kvotos turėjo būti paskirstytos pagal reitingą, tarptautinės federacijos turi teisę nustatyti naują reitingavimo terminą ir būdą. TOK supranta, kad tokie sprendimai ypač jautrūs. Turi būti rastas balansas, kad sportininkai, beveik užsitikrinę vietą žaidynėse pagal 2020 m. terminus, būtų apsaugoti, bet kartu būtų užtikrinta, jog Tokijo žaidynėse varžysis elitiniai sportininkai, t.y. į jas patekti galėtų ir geriausias rezultatus 2021 m. demonstravę atletai.

3. Tinkamumo kriterijus

Laikantis principo, kad kelialapius jau iškovoję sportininkai išsaugoja savo vietą žaidynėse, tarptautinės federacijos gali prailginti amžiaus cenzo kriterijų, jeigu toks egzistuoja, kad atletai išsaugotų teisę varžytis olimpinėse žaidynėse ir 2021 m. liepos 23 – rugpjūčio 8 d. Vienintelė išimtis – jeigu tarptautinė federacija nustatys, kad toks sprendimas sukels riziką atletų sveikatai.

Kalbant apie amžiaus cenzo kriterijų jaunesiems atletams, jeigu toks egzistuoja, TOK suteikia visišką sprendimų galią tarptautinėms federacijoms įvertinti, ar sportininkas, kuris nebūtų galėjęs dalyvauti žaidynėse 2020 m. liepą, galėtų jose dalyvauti 2021-aisiais.

Pagrindinis principas planuojant likusias olimpinės atrankos varžybas – sportininkų sveikata. TOK sprendimas žaidynes iš 2020 m. perkelti į 2021-uosius susijęs su sportininkų galimybėmis konkuruoti vienodomis sąlygomis ir varžyboms pasirengti tinkamai, todėl reikalaujama, kad bet kokios atrankos turi būti surengtos tik įvertinus galimą „Covid-19“ viruso poveikį.

LAIKO GALIA

BURIUOTOJA VIKTORIJA ANDRULYTĖ ĮSITIKINUSI, KAD ŠI META, KAI ĮPRASTA PASAULIO GYVENIMO TEMPĄ SUSTABDĖ KORONAVIRUSAS, GALIMA IŠNAUDOTI ASMENINIAM TOBULĖJIMUI KITOSE SRITYSE. „PAŽIŪRĖJAU Į TĄ LAIKĄ OPTIMISTIŠKAI, KAD GALIMA ĮGYTI KITŲ ĮGŪDŽIŲ“, – ŠYPSOSI OLIMPIETĖ.

LINA DAUGĖLAITĖ

Kovo 12-osios rytą buriuotoja V.Andrulytė su treneriu Linu Eidukevičiumi turėjo išvykti į stovyklą Gran Kanarijoje, tačiau kovo 11-osios vakarą, nors Lietuvoje dar nebuvo paskelbtas karantinas ir visi būriais šventė Lietuvos nepriklausomybės atkūrimo 30-metį, treneris ryžtingai atšaukė kelionę.

„Ispanai sakė: viskas gerai, atvažiuokite. Ir varžybos Maljorkoje dar nebuvo atšauktos, bet treneris nusprendė, kad nevyksime. Matėme, jog padėtis prastėja. Gerai padarėme, kaip paaiškėjo vėliau. Po to ir jachtklubą uždarė, nebūtume galėję ten treniruotis“, – pasakoja buriuotoja, kuriai per plauką pavyko išvengti chaoso, į kurį būtų neišvengiamai patekusi, jeigu abu su treneriu būtų laikęsi planų.

Viktorija liko namuose Kaune. Ji džiaugiasi, kad Kauno jachtklube liko jos jachta, tiesiog nespėjusi iškelti į tolimąsias salas. Gran Kanarijoje liko tik buriuotojos apranga. Bet tai menka bėda – jau užsisakė naują, nes senąją vis tiek reikėjo keisti.

Žinia apie olimpinį žaidynių nukėlimą metams buvo laukta ir tikėta. „Pasirengimas buvo sustojęs, kiek iš buriuotojų žinau, nelabai kas galėjo vandenyje treniruotis, keletas varžybų buvo atšaukta. Laukėme tos žinios. O jei vis dėlto žaidynės būtų įvykusios, jas būtų lydėjęs nesaugumo jausmas, nes visi sportininkai gyvena tame pačiame kaimelyje“, – sako sportininkė.

Nors geriausia Lietuvos buriuotoja olimpinį bilietą pelnė praėjusią vasarą ir susidėliojusi planus sistemingai ruošėsi startui Tokijuje, nagų dėl to, kad teks keisti visus pasirengimo planus, o olimpinės viltis nukelti dar metams, negrauzia. Karantino laiką leidžianti savo namuose Kaune viena, ji šį metą priima kaip duotybę atsikvėpti, pasimėgauti lėtesniu gyvenimo tempu ir patobulėti kitose gyvenimo srityse.

„Atsirado laiko pomėgiams, kuriuos buvau primiršusi. Net sau laiko neturėjau. Tad pirmą savaitę tiesiog leidau sau pabūti, grožio procedūras pasidaryti“, – atokvėpiu džiaugėsi Viktorija.

Kiek atsikvėpusi buriuotoja nupūtė dulkes nuo kampe ilgai stovėjusios gitaros, kurią brązginti išmoko dar mokyklos laikais. Vėliau dėl intensyvaus sportinio tvarkaraščio gitaros stygų nebeliėtė. Dažnai į rankas pasiima knygą. Šiuo metu ji ugdo verslumo įgūdžius, tad atitinkamą renkasi ir literatūrą.

„Turiu laiko užsiimti tobulėjimu – klausau įvairių seminarų internete. Smagu įgyti kitų įgūdžių, ne tik tobulėti sporto srityje“, – pozityviai nusiteikusi olimpietė.

V.Andrulytė Lietuvos sporto universitete yra įgijusi kineziterapeutės specialybę, o tęsdama magistrantūros studijas pasirinko treniravimosi sistemas. Visi mokslo laipteliai įveikti – beliko parašyti ir apsiginti magistro darbą.

„Kadangi visą laiką būdavau užsienyje, neturėjau laiko jam parašyti. Dabar ramiai parašysiu ir ginsiuosi arba rudenį, arba kitų metų pavasarį“, – planus dėsto buriuotoja.

Bendravimo poreikį Viktorija patenkina naudodama išmaniąsias



Asmeninio albumo nuotr.

V.Andrulytė dažnai važinėjasi dviračiu

technologijas ir būdama namie viena neliūdi.

„Susiskambiname, esame bendraminčių grupelėse. Turime net kavos pertraukėles 12 valandą, tad tas laikas praeina ganėtina greitai, tik reikia jo neiššvaistyti veltui“, – perspėja.

Karantinas Viktorijai padovanojo ir Velykas. Mat pastaraisiais metais šią pavasario šventę ji dažniausiai sutikdavo toli nuo namų, todėl negalėdavo marginti kiaušinių, o tą daryti ji mėgsta, ypač vašku.

„Nesureikšminu to fakto, kad per Velykas būsiu viena, man atrodo, reikia žiūrėti į situaciją adekvačiai, nepasiduoti jausmams. Paskambinsiu močiutei, pasveikinsiu gimines“, – prieš Velykas planus dėstė buriuotoja, balandžio 16-ąją dar atšventusi ir savo gimtadienį.

„Buriuoti šiuo metu Lietuvoje per šalta, o kai bus šilta, klausimas, ar galėsime išplaukti“, – nieko konkretaus balandžio pradžioje negalėjo pasakyti sportininkė. Tad sportinę formą ji palaiko sportuodama namuose, lauke prasilekia dviračiu ar riedučiais.

„O daugiau nelabai ką galiu daryti. Buriavimas – techninė sporto šaka, aš net suoliuką pasidariau krenavimui, bet vis tiek tai nėra tas pats, kas laviruoti ant vandens“, – sako sportininkė.

Buriavimo ji pasiilgo. Nepaisant to, kad pastaraisiais metais vien juo gyveno.

„Po dviejų savaitių atsisėdau ir pagalvojau: kaip gera! Atsipalaidavimas atėjo, dingo įtampa, nes visada galvoji apie varžybas, o dabar žinau, kad jų greitai nebus – Europos čempionatas nukeltas į spalio mėnesį“, – sako Viktorija.

Iš tokio poilsio bus daugiau naudos ar žalos? „Treneris gerai pasakė: visiems sąlygos vienodos. Kas prisitaikys prie tų sąlygų, tas išeis stipriausias. O kas galvos, kad ruošiausi, planai žlugo, kaip dabar bus, – tikrai save nuvargins. Taip, tie planai visiems žlugo, pasirengimas buvo sudėliotas iki pat olimpinų žaidynių, reikės viską perdėlioti. Tiems, kurie mokės šį laiką išnaudoti, tiems jis išeis į naudą“, – filosofiška žvelgia olimpietė.



M.Griškonis užsiima ne tik sportine veikla

LIGONINĖ IR KARANTINAS NEPALAUŽĖ

PUSKETVIRTOS SAVAITĖS IŠGULĖJĘS LIGONINĖJE IR VĖL TVIRTAI ATSISTOJĘS ANT KOJŲ MINDAUGAS GRIŠKONIS KITAMET TOKIJO ŽAIDYNĖSE SVAJOJA PAKOVOTI DĖL MEDALIO.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ

Rio de Žaneiro olimpiniam vicečempionui Mindaugui Griškoniiui daug nerimo sukėlė šių metų vasarį Graikijoje vykusį treniruočių stovyklą – prieš išvyką namo jam staiga pakilo temperatūra. Kai grįžo, liga nesitraukė, gydytojai įtarė gripą.

Lietuvos irklotojai, savaitę pailsėję namie, kovo 5-ąją, prieš pat koronaviruso pandemiją, išvyko į antrąją treniruočių stovyklą Graikijoje ir Italijoje, o Mindaugas liko namie. Jį toliau kamavo temperatūra, blogai jautėsi.

„Savaitę buvo ieškoma ligos, buvau gydomas nuo visko. Kai pagaliau priežastį pavyko nustatyti, paaiškėjo, kad pasigavau kažkokią infekciją. Atsidūriau Santariškių klinikoje. Į ligoninę patekau pirmą kartą. Kaustė didelė baimė, nes tuo metu Tokijo žaidynės dar nebuvo nukeltos, o aš vartojau antibiotikus.

Pragulėjau pusketvirtos savaitės, sugriuvo visi mano pasirengimo olimpinėms žaidynėms planai, nors iki tol viskas vyko sklandžiai. Nežinojau, kaip greitai atsigausiu ir galėsiu treniruotis, nes buvo nusilpusi imuninė sistema“, – pasakoja Mindaugas.

Gulėti, žinoma, nusibodo. Jau po kelių dienų pakilęs iš lovos palatoje bandė sportuoti. Tačiau sulaukė griežto gydytojų verdikto: reikia gulėti ir gydytis. Tuo metu jo gyvenimo draugė lengvaatletė Diana Lobačevskė išvyko į treniruočių stovyklą Portugalijoje. Tada buvo paskelbta, kad dėl koronaviruso pandemijos nukeliamos Tokijo olimpinės žaidynės. Nebaigusi treniruočių stovyklos į Lietuvą pargrįžo Diana ir rado vis dar ligoninėje gulintį Mindaugą.

Dabar M.Griškonis jau atsigavo po infekcijos. Paskelbus karantiną abu su Diana namų sąlygomis vėl aktyviai sportuoja. Praėjusių metų gruodžio mėnesį jie įsikėlė į naujus namus Antakalnyje. Pasak sportininkų, namų aplinkoje – beveik idealios sąlygos sportuoti.

„Gyvename ir prie miesto, ir pačiame mieste. Gražiame pušyne yra dviračių takas, kuriuo galiu ilgai važinėti, o Diana – bėgioti. Namie turiu irklavimo ir dviračių treniruoklius, atlieku nemažus krūvius. Su beveik šešerių dukrele Atėne dažnai einame pasivaikščioti į pušyną, ji jau mina dviračio pedalus. Negaliu tik irkluoti“, – šypteli Mindaugas.

Išmoko ir žoliapjove naudotis, ko anksčiau nebuvo daręs. „Naujuose namuose daug tvarkausi, tai man visai kita smegenų veikla nei irklavimas“, – sako Mindaugas.

Kai kalba pakrypstą apie Tokijo olimpines žaidynes, kuriose teisę startuoti Mindaugas jau yra iškovojęs, jis sako: „Olimpinių žaidynių nukėlimas man naudingas. Šiomet sukanka 20 metų, kai atėjau į irklavimą, jau 18 metų, pradėdamas nuo jaunių grupės, kasmet dalyvauju pasaulio ir Europos čempionatuose, nė vienu metų nesu praleidęs.

Koronavirusas sustabdė čempionatus. Olimpinių žaidynių nukėlimas, ligoninė, karantinas – man lyg priverstinės atostogos. Niekada gyvenime neturėjau tokios ilgos pertraukos. Tačiau gal ir gerai. Nuo didelių krūvių pailsėjo organizmas, atslūgo tvyrojusi įtampa, atsigauna psichologiškai.“

Olimpinis vicečempionas – Lietuvos irklavimo federacijos (LIF) Vykdomojo komiteto narys, atsakingas už sportininkus. Jis džiaugiasi, kad Lietuvos rinktinėje – gana stiprūs porinio irklo meistrai, bet kol kas joje nėra talentingo ir pajėgaus jaunojo vienvietininko, pasaulio ar Europos savo amžiaus grupių čempionatų prizinininko.

Jis negaili šiltų žodžių buvusiam ilgametei federacijos generalinei sekretorei Ingai Daukantienei, kurios pasitraukimą iš LIF vadina didele netektimi. „Norėtusi, kad kitamet per federacijos rinkimus generaliniu sekretoriumi būtų išrinktas kompetentingas žmogus, kuriam irklavimas būtų artimas, o ne koks tiesiog verslininkas ar pardavimo vadybininkas“, – sako irklotojas.

Pekine ir Londone – aštuntas tarp vienvietininkų, Rio de Žaneire – antras porinių dviviečių varžybose. Ar šiuos rezultatus įmanoma pagerinti Tokijoje? Sportininkas tik šypteli ir sako, kad sportas – nenusipėjamas.

„Tas patekimas į ligoninę davė daug peno apmąstymams – buvau sveikutėlis, treniravausi dukart per dieną, ir staiga pasigavau kažkokią bacilą... Jeigu Tokijo olimpinių žaidynių metais būsiu sveikas, nepersekios traumas, mano didžiausia svajonė – irkluoti finale ir kovoti dėl medalio“, – prasitaria M.Griškonis.

SUNKUMUS ĮVEIKIA BENDROMIS JĖGOMIS

„JEIGU MAN BUS PATIKĖTA DALYVAUTI TOKIJO OLIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE IR PER JAS GERAI JAUSIUOSI, GALIMA TIKĖTIS VISKO. NETGI MEDALIO“, – SAKO DVIRATININKĖ RASA LELEIVYTĖ.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ

Italijos komandos „Aromitalia-Basso Bikes-Vaiano“ lyderė ir kapitonė Rasa Leleivyte – pagrindinė kandidatė Tokijo olimpinių žaidynių dviračių plento grupinėse lenktynėse atstovauti Lietuvai. Sportinį kelią pradėjusi Vilniuje pas trenerį Gediminą Kastanauską, ji nuo 2008-ųjų gyvena Italijoje, Montecatini Termės kurorte, Toskanos regione.

Italų komandai, kurioje šiuo metu vien italės, vilnietė atstovauja jau dešimt metų ir yra vienintelė dviratininkė iš kitos šalies. Tiesa, šiemet į komandą sugrįžo Lietuvos čempionė Silvija Latožaitė-Pacevičienė, bet ji treniruojasi Lietuvoje ir italų komandai atstovaus ne visose varžybose.

„Mūsų komanda šiemet atjaunėjo, atėjo nemažai 20-mečių, už kurias esu dešimtmečių vyresnė. Vienas iš komandos trenerių – mano vyras Paolo Baldi, jaunystėje žaidęs krepšinį, o kitas treneris, gyvenantis Varezėje, yra mano vyro dešinioji ranka“, – pasakoja Rasa.

31-erių R. Leleivyte dar nėra dalyvavusi olimpinėse žaidynėse, Lietuvai atstovavo tik pasaulio čempionatuose. Ji jau turėjo kelialapį į Londono žaidynes, tačiau prieš jas ne varžybų metu patikrintos 2007, 2009 ir 2011 m. Lietuvos čempionės organizme buvo aptikta draudžiamos medžiagos – rekombinuoto eritropoetino.

Šiemet per pirmąsias lenktynes Ispanijoje ji pateko į griūtį ir susilaužė raktikaulį. Nepaisant to, ši 2005 m. pasaulio jaunimo čempionato bronzinė prizinininkė, 2006 m. pasaulio jaunimo čempionė ir 2008 m. Europos jaunimo iki 23 m. čempionė save vadina laiminga dviratininke.

„Per dvidešimt karjeros metų, kai dalyvauju plento varžybose, tik vieną kartą susilaužiau raktikaulį ir du kartus – šonkaulius. Dviračių sporte tai smulkmenos, kasdienybė, o raktikaulio traumas tarp dviratininkų – dažnos, todėl šiuo atžvilgiu man pasisekė.“

Raktikaulio lūžis man nebūtų sutrukdęs dalyvauti Tokijo olimpinėse žaidynėse. Balandžio mėnesį jau būčiau pradėjusi rungtyniauti, bet žaidynės nukeltos. Dėl to nenusimenu, nes kitąmet dar neketinu baigti karjeros, juk rengsiuosi olimpiniam debiutui“, – sako Rasa.

Prasidėjus reabilitacijai, jai daug padėjo sutuoktinis Paolo, su kuriu susipažino 2008-aisiais, kai su italų klubu pasirašė sutartį. Paolo dirbo klube. Šeimą pora sukūrė po ketverių metų. Jis – osteopatas, baigęs du aukštuosius mokslus: iš pradžių įgijo pedagogo profesiją, po to šešerius metus studijavo osteopatiją. Dabar savo tėvų namuose turi įkūręs studiją – pasitelkęs išlavintus pojūčius ir juos gydo.

Dėl koronaviruso pandemijos jis negalėjo dirbti, todėl daug dėmesio skyrė žmonos reabilitacijai. Padėti traumą patyrusiai dukrai tvarkyti namų ūkį atvyko Rasos mama iš Vilniaus. Vieną dieną abi su manė nuvažiuoti į už 50 km nuo namų esančias aukštikalnes. Ten, 1600 m virš jūros lygio, Rasa norėjo padirbėti ant dviračių staklių.



Asmeninio albumo nuotr.

Rasa su vyru ir sūnumi

„Nuvažiuoju ir ilgam įstrigom. Italų policijos buvome užblokuotos ir daugiau kaip dvi savaites priverstos praleisti viešbutyje. Kai grįžome namo, karantinas mus vėl uždarė – galėjome nueiti tik į maisto prekių parduotuvę ir vaistinę. Namai, kuriuose gyvenu, tapo mano sporto sale. Kol dar rankose negalėjau tvirtai laikyti dviračio vairo, stiprinau kojas, daug dirbau su specialiomis elastinėmis gumomis. Valandą pasimankštinau, tada sėdau ant dviračių staklių ir gerą valandą minu pedalus“, – pasakoja Rasa.

Ji neabejoja, kad Tokijo olimpinėse žaidynėse vyks nuožmi kova. Rasai labiausiai patinka rungtyniauti vidutinio sudėtingumo trasose, tačiau Japonijoje ji nė karto nėra buvusi, todėl olimpinę distanciją norėtų išbandyti iki žaidynių.

„Jeigu man bus patikėta dalyvauti olimpinėse žaidynėse ir per jas gerai jausiuosi, galima tikėtis visko. Netgi medalio, nes savo svariausios pergalės dar nesu pasiekusi“, – pritaria dviratininkė.

Rasa laisvai kalba itališkai, bet kartais ir jai kyla sunkumų: karantino sąlygomis nemažai laiko tenka praleisti prie pirmoko, pusseptintų metų sūnaus Alberto pamokų ir kiek sunkiau būna su matematikos terminais.

„Sūnui sunku išsėdėti namuose. Jis paprašė, kad aplink namą padaryčiau dviračių trasą, po kurią ir sukinėjasi. Manau, kad mūsų šeimoje auga dar vienas dviratininkas“, – sako Rasa.

Tame pačiame Toskanos regione gyvena dar dvi Lietuvos dviračių sporto legendos: už 5 km – Edita Pučinskaitė, o už 25 km – Raimondas Rumšas. Tačiau dėl užimtumo su jais Rasa retai susitinka. Kasmet po sezono ji su šeima stengiasi grįžti į Lietuvą.



Pastaroji M.Knystauto kova vyko pernai rudenį

Valdo Malinausko nuotr.

SVARBIAUSIA – NORAS NEDINGO

TOKIJO OLIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ ATIDĖJIMĄ METAMS GRAIKŲ-ROMĖNŲ IMTYNININKAS MANTAS KNYSTAUTAS GALI VADINTI DIEVO DOVANA.

LINA DAUGĖLAITĖ

Karantino dienas vienas Lietuvos graikų-romėnų imtynių lyderių 25-erių Mantas Knystautas, kaip ir dauguma mūsų, leidžia namuose – gimtojoje Klaipėdoje su šeima. Gyvenimas imtynininkui staiga ėmė tekėti kur kas ramesne vaga, negu jis buvo įpratęs. Vietoj dviejų intensyvių treniruočių per dieną šiandien Mantas sportui skiria porą valandų – atlieka bendrojo fizinio pasirengimo pratimus pagal trenerio atsiųstą planą. O štai apie treniruotes ant imtynių kilimo gali tik pasvajoti. Reikės sulaukti karantino pabaigos, kad galėtų susiimti su treniruočių draugais.

„Dažniausia bėgu krosą, ant skersinio pratimų padarau, turiu gumų, šokdynių specialių – su jomis dirbu. Darau, ką įmanoma, kad palaikytum formą. Pagerinti jos tikrai nepavyks, bet palaikyti stengiamės. Imtynių technikos be partnerio nepatobulinsi“, – pasakoja sportininkas.

Kovos ant kilimo Mantui baigėsi kur kas anksčiau, nei prasidėjo karantinas. Rudenį vykusiam pasaulio čempionate jis, kaip ir visa Lietuvos imtynininkų bendruomenė, vylėsi pelnyti olimpinį kelialapį. Deja, viltys dužo – atsinaujinusi rankos trauma neleido kovoti iš visų jėgų, o po pasaulio čempionato teko vėl iš naujo gultis ant operacinio stalo. Ir Lietuvos imtynių federacijos prezidentas Giedrius Dambrauskas jau buvo palaidojęs viltis, kad olimpiniam atrankos turnyre pavasarį Mantas vėl stos į kovą.

„Grįžęs iš pasaulio čempionato pasidariau magnetinį rezonansą ir paaiškėjo, kad reikalinga operacija – buvo nutrukę du raumenys. Spalio 8-ąją pasidariau operaciją Vokietijoje“, – prisiminė Mantas.

Po pusės metų, balandžio 8-ąją, M.Knystautas baigė reabilitaciją, o mėnesio pabaigoje, jeigu virusas nebūtų įnešęs korekcijų, jau turėjo vykti imtynininkų olimpinės atrankos turnyras. Kaip sako klaipėdietis, teoriškai jis jame būtų galėjęs dalyvauti, bet praktiškai pasiruošti per tokį trumpą laiką – neįmanoma.

„Tik šio mėnesio pradžioje būčiau pradėjęs imtyniauti, o jau balandžio pabaigoje laukė atranka. Dabar laiko pasirėngti tikrai yra pakankamai“, – sako Mantas, kuris neslepia, jog žinią apie metams nukeliamas olimpines žaidynes sutiko džiugiai.

Traumos išmuša sportininkus ne tik iš įprastinio sportinio ritmo, bet ir iš psichologinės pusiausvyros. Pasikartojančios traumas –

juolab. M.Knystautas sako kol kas psichologinio nerimo nejaučias, bet kaip bus, kai žengs ant kilimo, – dar nežinia.

„Po pirmos operacijos buvo noras kuo greičiau grįžti, kad būtinai spėčiau į žaidynes. O po antrosios atsargiau į viską žiūriu. Nebėra skubėjimo. Baimė? Kol nepradėjau imtyniauti, jos nėra, kai pradėsiu – gal atsiras. Bet noras niekur nedingo – tai, manau, svarbiausia“, – neabejoja imtynininkas.

Kada imtynės ant kilimo taps realybe, šiandien sunku prognozuoti. Šiuo metu sportininkas koncentruojasi į kitas veiklas. Jis ne tik vienas graikų-romėnų imtynių rinktinės lyderių, bet ir Mykolo Romerio universiteto magistrantūros pirmakursis. Pernai baigęs viešojo administravimo bakalauro studijas, šiemet Mantas įniko į sporto industrijų vadybą. Dabar jis skiria daug laiko nuotolinėms studijoms.

Turi laiko ir kitoms mėgstamoms veikloms – filmų peržiūrai, knygoms.

„Labiausiai patinka detektyvai, o pastaroji perskaityta knyga – Roberto Petrusko „Barbarosa“. Filmus mėgstu tiek komedijas, tiek fantastinius. Mėgstamiausias – Quentino Tarantino „Bulvarinis skaitalas“, – savo pomėgius atskleidžia sportininkas. – Mėgstu ir į lauką išėiti, dviračiu pasivažinėti. Palaikau formą, bet ir savo malonumui lieka daugiau laiko, ko anksčiau sportuojant nebūdavau.“

Tiesa, klaipėdiečiui trūksta laiko su draugais, jis mėgdavęs tomis retomis akimirkomis, kai atitrūkdavo nuo treniruočių ir varžybų, su retai matomais bičiuliais nueiti į kiną ar pasimėgauti maistu restorane. Šiuo metu to leisti sau negali, nors laisvo laiko – kaip niekada daug. Tačiau užsivėrusios kavinių durys imtynininko nepaskatino stoti prie viryklės ir imtis kulinariinių eksperimentų.

„Gaminti gal ir mėgčiau, bet nemoku. Nesu tas, kuris tingi, bet neturiu tam pašaukimo“, – tarsi atsiprašydamas sako imtynių meistras.

O bendravimą su draugais teko perkelti į socialinius tinklus. Karantino apribojimų Mantas laikosi sąžiningai. „Gal man, jaunam, virusas ir nieko nepadarytų, bet savo šeimai parnešti jo tikrai nenorėčiau. Todėl ir saugausi, ir laikaisi visų rekomendacijų“, – patikina M.Knystautas.

TIKSLAS – NUMESTI MEDALIUI

LENGVAATLETIS ANDRIUS GUDŽIUS KARANTINO SĄLYGOMIS TRENIRUOJASI NAMIE, DISKĄ PAMĖTO AŽUOLYNE IR SAVO METIMAIS YRA PATENKINTAS.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ

Pasaulio ir Europos disko metimo čempionas 29-erių Andrius Gudžius galvoja apie kitamet vyksiančias Tokijo olimpinės žaidynes ir nori joms kuo geriau pasirengti. Pandemija jo neįvarė į nevirtį, neatėmė gero ūpo: disko metikas gyvena ramiai, su šeima laikosi karantino, saugo save ir artimuosius.

„Namie esu įsirengęs štanginę, kartais, bent sykį per savaitę, važiuoju disko pamėtyti į Ažuolyną. Treniruojuosi pagal trenerio Vaclovo Kidyko planus, karantinas mūsų neišskyrė, dirbame kartu“, – sako Andrius.

Sporto psichologai teigia, kad profesionaliems sportininkams karantinas prilygsta rimtai traumai. Andrius sako, kad neturi kvalifikacijos tokiu kampu vertinti susidariusios padėties, ir šio palyginimo nekomentuoja.

„Man karantinas – tai varžybų atšaukimas ir jų laukimas, sudėtingas laikotarpis. Tačiau treniruojuosi ir viliojasi, kad viskas bus gerai“, – optimizmo nepraranda kaunietis.

Pasaulio ir Europos čempionas pripažįsta, kad koronaviruso pandemija jam, kaip ir viso pasaulio žmonėms, gerokai sujaukė gyvenimą. Tačiau sportininkas džiaugiasi, kad išsigydė kojos traumą, kuri 2019-aisiais sužlugdė visas svajones.

Pernai balandžio mėnesį, neapsikentęs nuolatinį skausmą, jis ryžosi kojos operacijai, per kurią buvo pašalinta prieš trejus metus po dviejų stresinių lūžių pėdoje įstatyta plokštelė. Andrius pamažu atgavo sportinę formą ir liepos mėnesį Palangoje per Lietuvos čempionatą diską nusviedė 67 m 73 cm.

Tačiau prieš pat pasaulio pirmenybes Dohoje užpuolė nauja bėda – įsisiurbė erkė ir Andrius buvo priverstas gydytis Laimo ligą. Be to, disko metikas išgyveno tragiškai žuvusio tėčio netektį. Vienas sukretimas po kito. 2019-uosius A.Gudžius pavadino „negyvais metais“.

Trenerio V.Kidyko auklėtinis iki šiol pavasarius dažniausiai praleidavo treniruočių stovyklose, kartais jėgas išbandydavo sudalyvaudamas pirmose sezono varžybose. Dabar jis priverstas treniruotis namie ir kiekvieną dieną turi tam nusiteikti.

Kaip štanginėje svorius kilnoja, mato ir jo vaikai. „Treniruotės nevyksta taip, kaip turėtų vykti. Nėra kam rengtis, viskas nukelta. Net ir Europos čempionatas. Tačiau net ir tokiomis aplinkybėmis tikrai nesijaučiu nuskriaustas, kad negaliu išvykti į kokią nors treniruočių stovyklą“, – sako Andrius.

Jis su šeima gyvena ne miesto centre ir ne bute, todėl nėra uždarytas tarp keturių sienų. „Niekas mano asmeniniame gyvenime per daug nepasikeitė, treniruojuosi, gal tik į visuomenę neišlendu. Bet galiu išeiti į savo kiemą, mano veiklos nepasikeitė ir yra tokios pat, kaip ir anksčiau“, – patikina disko metikas.

Kiek karantino reikalavimai leidžia, Andrius džiaugiasi, kad Ažuolyno metimų aikštėje gali paskraidinti diską. „Daug kas priklauso nuo oro. Dar ne vasaros vidurys, orai permainingi, vėsūs. Reikia saugotis“, – sako sportininkas.



Alfredo Piazzi nuotr.

A.Gudžius svajoja apie olimpinį medalį

Bepigu, tarkime, 2019 m. pasaulio čempionui, Tokijo olimpinė žaidynių favoritui švedui Danieliui Stahliui. Švedija – viena iš daugelio Europos valstybių, kuriose nėra paskelbtas karantinas, be to, planetos čempionas turi uždara angara, kuriame diską gali mėtyti ištisus metus, nepriklausomai nuo oro.

Į A.Gudžiaus pratybas Ažuolyne atvažiuoja ir treneris V.Kidykas. Abu laikosi saugaus atstumo. „Esant tokiai situacijai, tikrai esu patenkintas savo metimais“, – džiaugiasi kaunietis.

Gal Andriui išeis į naudą, kad Tokijo olimpinės žaidynės nukeltos metams – per papildomą laiką spės visiškai atsigausti? Atletas sako, kad kaip tik gaila, jog Tokijuje negalės dalyvauti šiemet, nes žaidynėms būtų pasirengęs.

„Viskas buvo sudėliota ir žaidynių nukėlimas sugriovė mūsų planus“, – sako Andrius.

Jis neabejoja, kad visi geriausi pasaulio disko metikai sugebės deramai pasirengti olimpinėms žaidynėms ir 2021 m., tačiau nesiryžta prognozuoti, kokį rezultatą reikės pasiekti olimpiniam čempionui.

„Nesu orakulas ir iš kavos tirščių neberiu“, – nesiima spėlioti.

Kompanija olimpiniam Tokijo stadione turėtų susirinkti įspūdinga: jau minėtas D.Stahlis, jamaikietis Fedrickas Dacresas, austras Lukas Weissshaidingeris, rumunas Alinas Alexandru Firfirica, australas Matthew Denny, ispanas Loisas Maikelis Martinezas, norvegas Ola Stunesas Isene'as ir, žinoma, A.Gudžius.

Kaunietis žaidynėse rengiasi numesti tiek, kad, kaip pats sako, užtektų medaliui. „Tikslas – iškovoti medalį, garbingai atstovauti Lietuvai“, – nedaugžodžiauja Andrius.

VETERANO OLIMPINĖS SVAJONĖS

KITĄMET KREPŠININKUI JONUI MAČIULIUI SUKAKS 36-ERI, BET JIŠ VIS TIEK SIEKS PATEKTI Į LIETUVOS RINKTINĘ IR ŽAISTI TOKIJO OLIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE.

VAIDAS ČEPONIS

Asmeninio archyvo nuotr.



J.Mačiulis (viduryje) savanoriauja



Alfredo Pladžio nuotr.

”

NORIU DAR ŽAISTI IR DALYVAUTI ŽAIDYNĖSE. O KAIP BUS, TAIP BUS. AŠ KAIP VISADA ATIDUOSIU ŠIMTĄ PROCENTŲ JĖGŲ, DĖSIU VISAS PASTANGAS, O TRENERIAI JAU SPRĖŠ, AR AŠ TINKAMAS RINKTINEI.

JONAS MAČIULIS

Lietuvos vyrų krepšinio rinktinės puolėjas J.Mačiulis dalyvavo jau trejose olimpinėse žaidynėse. Ir tikisi žaisti ketvirtose.

Jonui ne itin palanku, kad Tokijo žaidynės dėl koronaviruso pandemijos nukeltos į 2021 metus. 35-erių veteranas susidurs su nemaža konkurencija. Į nacionalinę komandą užimti lengvojo puolėjo poziciją taip pat pretenduoja Edgaras Ulanovas, Mindaugas Kuzminskas, Rokas Giedraitis. Jei Lietuvos pilietybė bus suteikta Kanados piliečiui Ignui Brazdeikiui, šis taip pat sieks patekti į rinktinę. Visi jie yra gerokai jaunesni už Joną.

Tiesa, šiuo metu apie olimpines žaidynes Jonas negalvoja. Kartu su žmona Agne ir trimis dukterimis karantiną leidžia savo name Karmėlavoje ir laukia žinių iš Graikijos, kur šį sezoną atstovavo Atėnų AEK klubui. Nors šansų, kad šios šalies čempionatas bus pratęstas, nėra daug, oficialiai jis nėra nutrauktas.

Bet kokių atveju lietuviui dar būtinai reikės grįžti į Atėnus, nes ten dviem dukterims reikia pabaigti mokslo metus. Be to, Mačiuliai Graikijos sostinėje paliko daugybę savo daiktų. Sužinoję apie kovo viduryje nutraukiamus skrydžius ir norėdami spėti sugrįžti į Lietuvą, spėjo pasiimti tik keletą lagaminų.

Krepšininkas iš esmės patenkintas šiuo sezonu. Jo nekamavo net smulkios traumos, puolėjas sužaidė daugiausiai rungtynių iš visų AEK žaidėjų – 36. J.Mačiulis buvo antras klube pagal rezultatyvumą, atkovotus, perimtus kamuolius.

Atėnų klubas netikėtai iškovojo Graikijos taurę, rikiavosi antroje vietoje šios šalies pirmenybėse, pateko į FIBA Čempionų lygos ketvirtfinalį ir galėjo žengti dar toliau, bet šis, kaip ir visi kiti Europos turnyrai, buvo sustabdytas. Ar kitą sezoną lietuvis vėl apsiliks AEK aprangą – nežinia. Sutartis greitai baigsis.

„Dabar nuo mūsų, krepšinininkų, beveik niekas nepriklauso. Tiesiog reikia laukti, kada baigsis ta pandemija. Akivaizdu, kad daugelio Europos klubų biudžetai smarkiai mažės. Nežinau, kiek dar metų profesionaliai sportuosiu. Anksčiau turėjau tikslą sužaisti olimpinėse žaidynėse, o paskui galbūt svarstyti apie karjeros pabaigą. O dabar viskas gali keistis.

Jei man joks klubas kitam sezonui nieko nepasiūlys arba ta sutartis manęs netenkina, reikės mąstyti, ką daryti. Žinoma, noriu dar žaisti ir dalyvauti žaidynėse. O kaip bus, taip bus. Aš kaip visada atiduosiu šimtą procentų jėgų, dėsiu visas pastangas, o treneriai jau spręs, ar aš tinkamas rinktinei. Būdamas veteranas maksimaliai laikausi sportinio režimo, skiriu daug dėmesio mitybai, kad galėčiau rungtyniauti ilgiau“, – kalbėdamas su „Olimpinės panoramos“ žurnalistu svarstė ilgametis rinktinės narys.

Kai J.Mačiulis grįžo į Lietuvą ir užsidarė namie, jam kilo mintis padaryti ką nors gera žmonėms, laukiantiems pagalbos. Norėdamas sužinoti, kam reikia padėti, ėmė naršyti internete ir ten rado informacijos, kad pandemijos metu savanoriauja jo geras pažįstamas, buvęs Lietuvos rinktinės komunikacijos vadovas, krepšinio komentatorius, Šaulių sąjungos narys Linas Kunigėlis. Jonas susisieko su juo.

Paaiškėjo, kad reikia savanorių, kurie išvežiotų maistą į namus senjorams, telefonu konsultuotų negaluojančius žmones.

Tada J.Mačiulis prisijungė prie visuomeninės iniciatyvos „Stiprūs kartu“. Krepšininkas kartu su kitais savanoriais Kaune vežiojo maistą probleminėms šeimoms, kurių vaikai lanko vaikų dienos centrus. Jonas pasiryžęs ir toliau savanoriauti, jeigu jo pagalbos kažkam prireiks.

STABTELĖTI IR PERREGULIUOTI

DAUGUMOS GYVENIMĄ PARALYŽIAVUS KORONAVIRUSUI, SU DVIEM SPORTO PSICHOLOGAIS IR OLIMPINĖS RINKTINĖS GYDYTOJU LEIDŽIAMĖS Į POZITYVO PAIEŠKAS. AR ĮMANOMA IŠ ŠIOS NEĮPRASTOS SITUACIJOS IŠPEŠTI KĄ NORS GERA, PER PAPILDOMUS METUS SPORTININKAMS NEPERDEGTI IR KITĄ VASARĄ Į ŽAIDYNES NUVYKTI STIPRESNIEMS?

INGA JARMALAITĖ



LTKnuotr.

Lietuvos sportininkus į svarbiausias varžybas visada lydi patyrusi medikų komanda

ki Tokijo olimpinė žaidynių likus keturiems mėnesiams TOK paskelbė verdiktą: žaidynės nukeliamos metams. Sportininkai šią žinią sutiko įvairiai, bet dažniausios buvo dvejopos reakcijos: palengvėjimas, nes tapo aišku, kad namų sąlygomis tokiam svarbiame sporto įvykiui neteks rengtis, ir sutrikimas, kad joms teks ruoštis iš naujo.

Ramybės, užtikrintumo neprideda daug koronaviruso pandemijos pateiktų nežinomųjų, į kuriuos kol kas atsakymų neturi nei garsiausi gydytojai, nei mokslininkai. Bet kalbinti sporto psichologai pabrėžia, kad nereikia apkrauti savęs tais dalykais, kurių kontroliuoti vis tiek negali. Kaip pozityviai išgyventi šį laikmetį?

POZITYVO PAIEŠKOS

Lietuvos olimpinės rinktinės vyriausiasis gydytojas Dalius Barkauskas optimizmu netrykšta ir sako, kad jeigu žaidynės šią vasarą vis dėlto būtų vykusios, ne visi geriausi pasaulio sportininkai jose būtų dalyvavę, nes kam gadintis sunkiu darbu pelnytą eliti-

nio sportininko vardą, jeigu sąlygų joms deramai pasirengti nėra.

„Daug pozityvo nematau. Olimpiada – tai ciklas, o žaidynės – startas, vykstantis kartą per ketverius metus. Dėl to visi sportininkai bando pasiekti piką būtent tuo konkrečiu žaidynių laikotarpiu, kuris šiais metais bus praleistas. Sportininkų amžius, lėtiniai susirgimai, traumos – iki žaidynių ištempti dar papildomus metus nebus paprasta“, – neslepia D.Barkauskas.

Su Lietuvos olimpinės rinktinės nariais dirbantis sporto psichologas Andrius Liachovičius primena tokį dalyką: daugiausia galima išmokti iš nenusisekusių varžybų. Koronaviruso pandemijai sustabdžius įprastą gyvenimą, tam tikru požiūriu visa žmonija pasijuto, lyg dalyvautų labai prastose varžybose. Bet kartu gavome progą suprasti, kad negalime kontroliuoti nevaldomų dalykų, tokių kaip pandemija, užtat galime valdyti savo veiksmus – būti namie, klausytis sveikatos specialistų reikalavimų, saugoti save ir artimuosius.



A.Stočkus (kairėje) su imtyninke D.Domikaityte ir treneriu A.Kaseliu

„Svarbiausio šūvio, svarbiausio metimo akimirką dabartinė išgyvenama situacija gali sportininką išmokyti – aha, aš vis tiek galiu kažką padaryti. Stresą sukelia nekontroliuojami dalykai, bet sportininkai žino, kad reikia susitelkti į tai, ką jie gali padaryti. Jie moka ieškoti savo klaidų, o ne nurašyti stresą nevaldomiems dalykams“, – sako sporto psichologas.

ĮŽVELGTI GALIMYBIŲ

Ką sportininkai gali pozityvaus ir tikslingo nuveikti per staiga atsiradusius papildomus metus? Pavyzdžiui, išsigydyti traumų padarinius, ko iki galo nebūtų spėję atlikti, jeigu žaidynės būtų vykusios šią vasarą. Pirmiausia apie tai pagalvojo vis dar šimtu procentų po traumos negalintis varžytis ieties metikas Edis Matusevičius arba po operacijos nespėjęs atsigausti imtynininkas Mantas Knystautas.

Bet gydytojas D.Barkauskas primena apvalaus kamuolio taisyklę: per papildomus metus iki Tokijo žaidynių tie, kurie traumų nėra patyrę, gali jų gauti. Todėl dar klausimas, ar tai pozityvas, ar negatyvas.

„Per metus nuo nulio tokiam renginiui kaip žaidynės negali pasiręgti. Tie, kurie buvo pasiręę, turės ruoštis iš naujo ir galvoti, ar spės. Šiandien dar niekas nežino, kaip bus, ar bus įmanoma planuoti treniruotes, varžybas, ar bus sąlygos ruoštis čempionatams, likusioms atrankos varžyboms“, – svarsto D.Barkauskas.

Sporto psichologas ir imtynių treneris Andrius Stočkus primena, kad nukėlus žaidynes sportininkai pateko į nevienodą situaciją: ramiau pasijuto jau turintieji kelialapius, labiau sutrikę tie, kurie net negalėjo pabandyti jų iškovoti, nes likus kelioms dienoms ar savaitėms iki olimpinės atrankos turnyrus atšaukė. Psichologiniu požiūriu blogiausios sąlygos tiems atletams, kurie jau buvo pasiekę formos piką prieš atrankos turnyrus ir staiga sužinojo, kad jų nebus.

Bet sėdėti ir sutrikus liūdėti nėra protinga, sako A.Stočkus, nes tie sportininkai, kurie greičiausiai sugebės adaptuotis prie šių sąlygų, tie daugiausia išloš. Galima dūsauti, bet galima pabandyti išspausiti gėrio ir iš šios situacijos. Ir siūlo pagalvoti, ką galime kontroliuoti: ogi dienotvarkę, režimą, savo mintis.

„Reikia perdėlioti mintis ir valdyti tai, ką gali valdyti, o ko negali – susitaikyti. Pasaulinės koronaviruso pandemijos negalime valdyti, bet laikytis režimo, rūpintis fizine forma – taip. Sportininkai turi daryti tai, ką moka geriausiai: laikytis disciplinos, kurti kasdieninę rutiną, ją adaptuoti prie šių dienų sąlygų. Nemanau, kad aukšto meistriškumo sportininkai buvo sustoję sportuoti, tik gal kitokiu režimu ir kitokiomis sąlygomis palaiko fizinių krūvį, nes ir kūnas iš jų to reikalauja“, – sako su imtynininkėmis Šiauliuose dirbantis A.Stočkus.

GAVO TAI, KO NETURĖJO

Įsisukę į nesibaigiantį treniruočių ir varžybų ratą sportininkai niekam kitam neturi laiko. Jo stinga viskam – artimiesiems, na-



A.Liachovičius su Europos žaidynių vicečempionėmis M.Marozaitė ir S.Krupeckaitė



SPORTININKAI GAVO TAI, KO NIEKADA NETURĖJO, – LAIKO STABTELĖTI. IR ĖMĖ ATRASTI POZITYVIŲ ŠIO STABTELĖJIMO NIJANSŲ.

ANDRIUS LIACHOVIČIUS

mams, pomėgiams, sau patiems. Laiko nėra ir tiesiog pabūti su savo mintimis.

„Sportininkams laiko pritrūksta daugybei dalykų, tarp jų ir psichologijai, bet dabar labai tinkamas metas viską ramiai apgalvoti: pradėti nuo tikslų, motyvų ir baigti su sportu susijusiais psichologiniais dalykais. Sportininkams čia atsiveria didžiulė plotmė. Fizinis, taktinis, techninis pasirėngimas nieko vertas, jeigu sportininkas nesugeba jo pademonstruoti būtent tada, kai to reikia“, – primena A.Stočkus.

Sporto psichologas A.Liachovičius pasidalija tuo, kuo gyvena jo konsultuojami olimpinės rinktinės nariai. Nemažai jų visiškai netikėtai iš treniruočių stovyklų, atrankos varžybų pargrįžę namo buvo priversti ne apie fizinę formą kalbėti, o dvi savaites išgyventi vienumos ir saviizoliacijos sąlygomis.

„Sportininkai gavo tai, ko niekada neturėjo, – laiko stabtelėti. Ir ėmė atrasti pozityvių šio stabtelėjimo niujansų. Kai kurie sako, kad suvokė tuos dalykus, apie kuriuos ne kartą šnekėjome, bet jiems buvo sunku suprasti. Sportininkai amžinai užsisukę rate ir bėgdami iš vienos vietos į kitą kartais net save pameta, o dabar geras metas atrasti tuos dalykus, kurių nematydavo, pabūti su savo mintimis“, – sako A.Liachovičius.

Pašnekovas primena, kad aukščiausio meistriškumo sportininkai dažnai gauna gatavą informaciją: taip sakė treneris, taip medikas, taip galbūt psichologas, jam belieka vykdyti, o štai savęs, savo organizmo išgirsti neturi kada.

„Sportininkai veikia kaip tobulas šveicariško laikrodžio mechanizmas – beveik viską aplinkinis personalas gatavą paduoda, jiems belieka tikėtis. Tai jiems sukuria saugumo jausmą ir neverčia galvoti, dėl ko tą ar kitą darau. Bet dabar jie gali pagalvoti, ar patinka kelias, kuriuo eina, ar priimtini metodai, ar teisingai pats su savimi elgiasi. Dabar saugumas dingio, nes dingio tai, kas būdavo kruopščiai trenerių, medikų sudėliota“, – apie progą puikiai veikiančio laikrodžio mechanizmą papildyti išmaniosiomis savybėmis prisitaria A.Liachovičius.

NEŽINOMYBĖS NAŠTA

O jos daug ir dabar niekas negali pasakyti, kada tų nežinomųjų bus mažiau. Bet yra sakoma: jeigu negali pakeisti susiklosčiusios situacijos, keisk požiūrį į ją.

”

AR BE ŽIŪROVŲ VARŽYBOS,
ČEMPIONATAI, ŽAIDYNĖS
BUS TOKIOS PAT ĮDOMIOS?
VISI DABAR APIE TAI
GALVOJA, NES TAIP, KAIP
BUVO, – NEBEBUS.

DALIUS BARKAUSKAS



Elvio Žaldario nuotr.

„Tik štai tokia bėda: kiekvienam žmogui, verslininkui, kitos specialybės atstovui tai tinka, o sportininkams – ne. Profesionalus plaukikas vis tiek turi plaukti baseine, jis negali treniruotis Nemune. Profesionalus sportas visų pirma yra kruopštus planavimas ir preciziškas tų planų įgyvendinimas, o planuoti šiuo metu negalima. Jeigu taip žiūrėsime, tada profesionalus sportas apskritai pakimba ant siūlo. Dabar situacija tokia – kas išgyvens. Bet tai jau ne sportas, net apie rezultatą negalime kalbėti, nebent apie tai, kas blogiausiomis sąlygomis sugebės būti geriausias. Toks gyvenimas“, – samprotauja D.Barkauskas.

Tai pokyčių metas, tęsia olimpinės rinktinės vyr. gydytojas, o kiekvienas pokytis – tai stresas. Be to, aukšto meistriškumo sportininkams tai yra išgyvenimo klausimas: daugelis profesionalų patenka į keblią padėtį, ir pirma mintis – kaip gyventi toliau, kokie pajamų šaltiniai.

Pasak D.Barkausko, turime ruoštis nenusakomiems dalykams, nes koronavirusas niekur nedings, jis jau paplito, vadinasi, gyvena tarp mūsų. Niekas dabar negali pasakyti, ar juo persirgus formuojasi stabilus imunitetas, nes šitas virusas greit mutuoja, todėl vakcina vargu ar išspręs problemą. Taip pat nežinome, ar jis ne sezoninis, jeigu taip, antros bangos sulauksime spalį arba lapkritį. „Dar niekas nežino, kaip bus“, – nesiryžta spėlioti gydytojas.

Kovo gale Tarptautinis olimpinis komitetas vieną nežinomąbę panaikino: paskelbė, kad Tokijas žaidynių dalyvių lauks po metų, jų atidarymo ceremonija numatyta 2021 m. liepos 23 d.

„Sunkiausia buvo tada, kai sportininkai nežinojo, ar žaidynės vyks numatytu laiku. Nežinomąbė kėlė didžiausią baimę, net paniką: bus nukeltos žaidynės ar ne, kaip aš joms pasirėngsiu, kaip pasirodysiu. Kai sužinojo, kad žaidynės nukeliamos, tapo ramiau, jie perėjo į susitaikymo, priėmimo etapą ir galėjo žengti kitą žingsnį: pradėti dirbti su savimi, toliau dėliotis, modeliuoti, kaip išnaudoti papildomą laiką“, – apie tai, ką pamatė konsultuodamas sportininkus, prataria A.Liachovičius.

AR TIKRAI LENGVIAU?

Ar sportininkams, per karjerą dažnai susiduriantiems su įvairiais nežinomaisiais, lengviau išgyventi įprastą viso pasaulio žmonių gyvenimą paralyžiavusią pandemiją? Nebūtinai taip, sako A.Stočkus, bet vieną pranašumą sportininkai išties turi. Jie priversti nuolat gyventi tokiomis nežinomąbės sąlygomis: trauma svarbių varžybų išvakarėse, likus kelioms valandoms iki starto prasidėjęs gripas – ir griūna sunkus visų metų darbas. Sportininkams tokių dalykų nutinka, jie užgrūdinti, todėl yra lankstesni ir geba geriau prisitaikyti.

A.Liachovičius sako, kad yra dvi medalio pusės: sportininkai, kaip tie tiksliai veikiantys šveicariški laikrodžiai, gyvena labai aiškų, griežtos dienvakės reguliuojamą gyvenimą, todėl dabar, atsi-

radus laiko, jiems tampa sudėtingiau, nes rutinos nebuvimas ima kelti nerimą.

Bet sportininkai – stiprūs, gal ir su virusu ne prasčiau nei boksininkai ringe galėtų pakovoti? „Kiekvieno sportininko, pasiekusio savo fizinių galimybių piką, imuninė sistema yra nuslopinta. Tai yra faktas, tai yra mokslas. Tada jis yra labiau pažeidžiamas nei bet kuris kitas žmogus. Kai gerą formą pasiekęs atletas atvyksta į didžiulį sporto renginį, tokį kaip pasaulio čempionatas ar olimpinės žaidynės, jam visada sakoma: kuo mažiau minios“, – mitą išsklaido D.Barkauskas.

PERSTUMTI RIBĄ

Yra ir tokių sportininkų, kurie apie šią vasarą ir Tokiją galvojo kaip apie galutinį karjeros tašką, bet dabar šią ribą tenka perstumti ir toliau iš organizmo spausti maksimumą. Kiek tai kainuoja?

A.Stočkaus manymu, kartu su šia pandemija baigsis ir kai kurių sportininkų karjera. Pasak A.Liachovičiaus, jeigu amžius sunkiau leidžia sportuoti šimtu procentu, papildomai prisidėję metai bus sudėtingi, bet įmanoma save motyvuoti ir nukelti karjeros pabaigą. „Subrendę atletai gali suprasti, kad šioje situacijoje jiems sportas duoda daugiau negu atima: aukšto meistriškumo sportininkams gal sunku susitaikyti, kad jie sensta, mažėja jų pajėgumas, bet valios ir užsispyrimo jie tikrai turi“, – sako sporto psichologas.

Visi trys pašnekovai neabejoja, kad Tokijo žaidynės bus visiškai kitokios. Visų pirma joms bus rengtasi penkerius metus, bet savo piką sportininkai skaičiavo kitaip.

„TOK, nacionaliniams olimpiniais komitetams irgi prisideda rūpesčių, nes 2021 m. rugpjūtį baigiasi vasaros žaidynės, o jau po pusmečio, 2022-ųjų vasario pradžioje, vyksta žiemos žaidynės. Laukia daug iššūkių ne tik sportininkams, bet ir treneriams, federacijoms, olimpiniais komitetams. Visiems jos bus išskirtinės“, – sako A.Liachovičius.

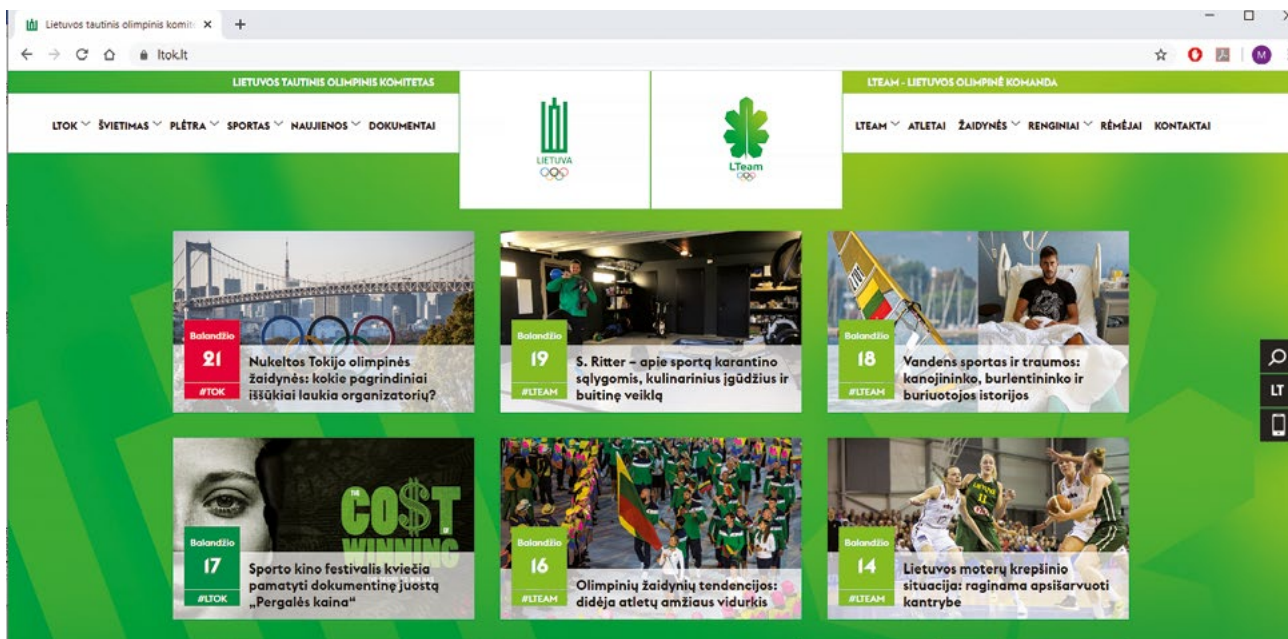
D.Barkauskas neslepia, kad mes apskritai turime perstrateguoti savo gyvenimą, nes daug kas iš esmės keisis. „Ar bus įmanoma vėl rinkti didžiules arenas žiūrovų? Dabar niekas to nežino, jeigu šis virusas mutuos, plis – nebus galima. Visi komerciniai renginiai reikalauja žiūrovų, kaip tada bus? Ar be žiūrovų varžybos, čempionatai, žaidynės bus tokios pat įdomios? Visi dabar apie tai galvoja, nes taip, kaip buvo, – nebebus“, – perspėja D.Barkauskas.

Jis pats su kolegomis gydytojais siūstį į olimpinį Tokiją jau buvo surinkęs daugumą mūsų rinktinės nariams ten prireiksiančių medikamentų ir kitokių medicininių reikmenų, bet kaip dabar reiks rengtis žaidynėms – visiškai neaišku. Nors gydytojo darbas labai nesikeičia, bet keičiasi pagrindas – sportininkų pasirengimo modelis ir didžiųjų varžybų rengimas. Šis virusas, sako D.Barkauskas, padarys ne sportą, o visų mūsų gyvenimą kitokį.

„OLIMPINĖ PANORAMA“ BUS TIK SKAITMENINĖ

PLANUOJAMA, KAD NUO GEGUŽĖS MĖNESIO PASIRODYS TIK SKAITMENINĖ „OLIMPINĖS PANORAMOS“ VERSIJA. TAI LTOK FINANSŲ DIETOS PASEKMĖ. TODĖL GALI BŪTI, KAD ŠIS NUMERIS – PASKUTINIS ŠIAIS METAIS, KURĮ GALIMA LAIKYTI SAVO RANKOSE.

DR. DAINIUS GENYS



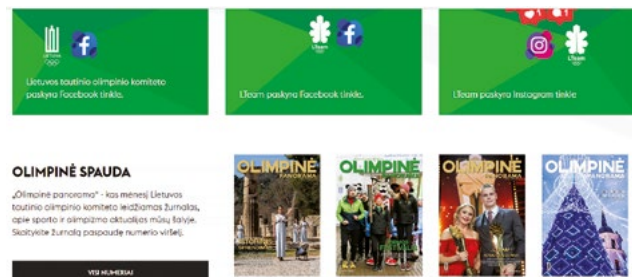
ki šiol skaičiusi tik popierinę žurnalo versiją elektroninę ras internete adresu www.ltok.lt, beje, nurodytu ir šio puslapio rubrikoje. Atsidarius LTOK svetainę (nuotrauka viršuje), reikia paėjėti šiek tiek žemyn, kol pamatysite „Olimpinės panoramos“ viršelius (nuotrauka dešinėje). Spauskite ir skaitykite!

Galima trumpai pamąstyti, kuri versija – skaitmeninė ar spausdinta – yra patrauklesnė skaitytojams. Čia nuomonės, be abejo, išsiskirs.

Ko gero, ne vienas pagalvos – seniai reikėjo! Taigi reikia tausti gamtą, žengti koja kojon su technologijomis ir progresu. Juk elektroninė versija daug patogesnė, prieinamesnė, be to, internetu olimpinės naujienas galima skleisti greičiau ir plačiau. Galiausiai – ir pigiau. Tiesa, būtų įdomiau, jeigu internete rastume tikrą žurnalinę versiją – būtų galima puslapius vartyti. Tada iliustracijos viename atvarte straipsnį labiau pagyvintų, matytume dizainerio sumanymus.

Kiti, greičiausiai vyresni, skaitytojai bus linkę laikytis, jaunimo žargonu tariant, „oldskūlinės“ nuomonės – skaitmeninė versija neatstos klasikinio popierinio leidinio, kuriam žiūrėti jokių ekranų nereikia. Šiandien, visi savaip išgyvendami kovos su pandemija padarinius, kaip tik ir galime pajusti tokių ilgesį. Pasigesti ilgesnės visaverčio ir baigtinio kūrinio, kurį galima ne tik į rankas paimti, bet ir visą metų komplektą susisegti, versijos.

Technologijų amžiuje, kai absoliuti dauguma turinio keliasi į virtualią plotmę, o informacinio triukšmo lygis pasiekęs neįtikėtinas aukštumas, netrunki pajusti tikresnių dalykų ilgesį. Ironiška,



bet būtent izoliacijos laikais, skęsdamas naujienų ir žinių tvane, atrandi vienatvės su popierine spauda poreikį. Kai imdamas į rankas kažką solidaus gali savarankiškai kurti jaukumo užutėkį ir savaip struktūruoti laiką su malonių skaitiniu. Tuomet ir visi anksčiau minėti elektroniniai pranašumai nebeatrodo tokie įtikinami.

Kad ir kaip būtų, norisi tikėti, jog „Covid-19“ išprovokuota pasikeitimų virtinė ne tik skatins žmonių nepasitenkinimą ir nuogąstavimą, bet ir privers giliau susimąstyti – nepriimti kaitos kaip savaime suprantamos, bet reflektuoti, ką ir kodėl tai reiškia mano gyvenime. Kokių ilgalaikių pokyčių turės net ir mažiausi pasikeitimai? Neįtikėtina, bet net ir tokių mažožių apmąstymas gali pajavairinti gyvenimą!

O po mėnesio karantino supranti du dalykus. Pirmasis: ne forma, bet turinys papildo tikrovę įmanomomis prasmėmis. Antrasis: už vis svarbiausia galėti rinktis – vienam priimtinesnis pirštais pačiupinėjamas, spaustuvės dažais kvepiantis žurnalas ar knyga, kitam – iš kompiuterių, išmaniųjų įrenginių žvelgianti jo versija.



D.Gudžinevičiūtė posėdžiui vadovavo iš savo kabineto

GRIEŽTA TAUPYMO PROGRAMA

PO ILGESNĖS NEI ĮPRASTA PERTRAUKOS IR KITOKIU NEI VISADA FORMATU – SURENGUS VAIŽDO KONFERENCIJĄ – BALANDŽIO 23 D. VYKO LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO VYKDOMOJO KOMITETO (VK) POSĖDIS. KARANTINO SĄLYGOMIS VK NARIAI PRIĖMĖ ŠIAM PERIODUI AKTUALIUS SPRENDIMUS.

Pirmą kartą per aštuonerius darbo metus LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė Vykdomojo komiteto posėdžiui pirmininkavo iš savo kabineto. LTOK direkcijų vadovai posėdžiavo būdami atskiruose kabinetuose, o LTOK vykdomojo komiteto nariai – namuose. Posėdyje taip pat dalyvavo Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos Sporto grupės vadovas dr. Rolandas Zuoza.

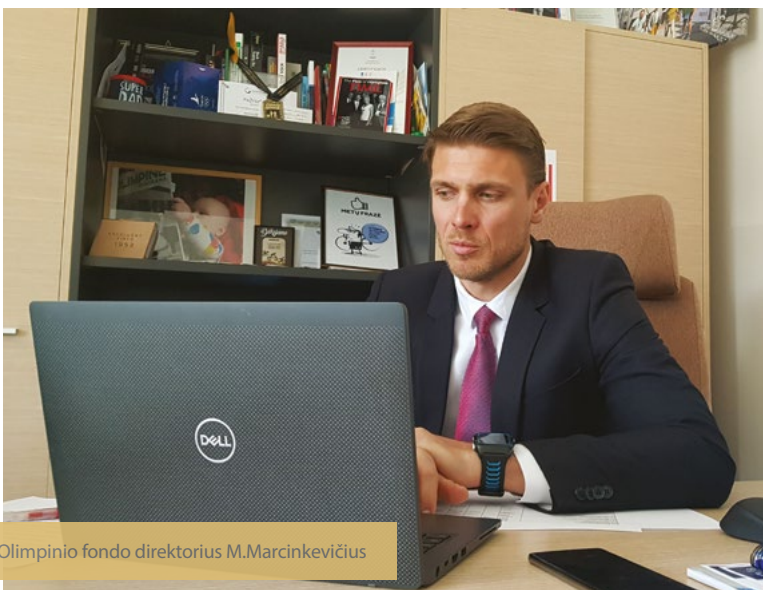
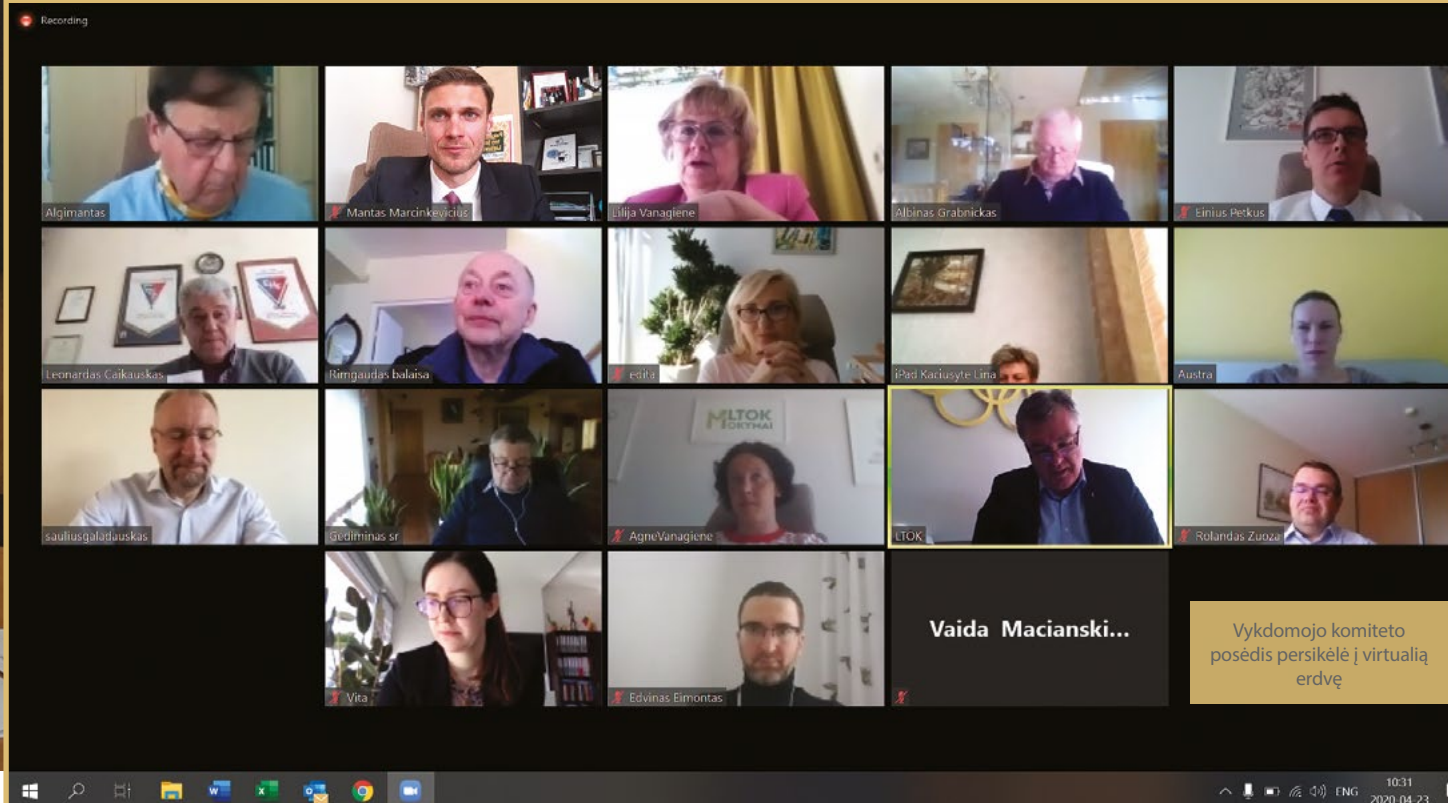
Svarbiausi sprendimai: patvirtintos pirmojo 2020 m. ketvirčio LTOK ir Lietuvos olimpinio fondo (LOF) biudžeto apyskaitos, iš Lietuvos olimpinės rinktinės 2019–2020 m. kandidatų bei LTOK stipendininkų sąrašo išbraukti du sportininkai, mažinamas LTOK projektų ir direktorato finansavimas.

Pirmąjį ketvirtį tiek LTOK, tiek LOF biudžetai vykdyti pagal planą. Pasak LTOK išdininko Rimgaudo Balaišos, nepaisant kovo viduryje paskelbto karantino, LTOK biudžeto pajamos ir išlaidos kone šimtu procentų atitiko planuotąsias.

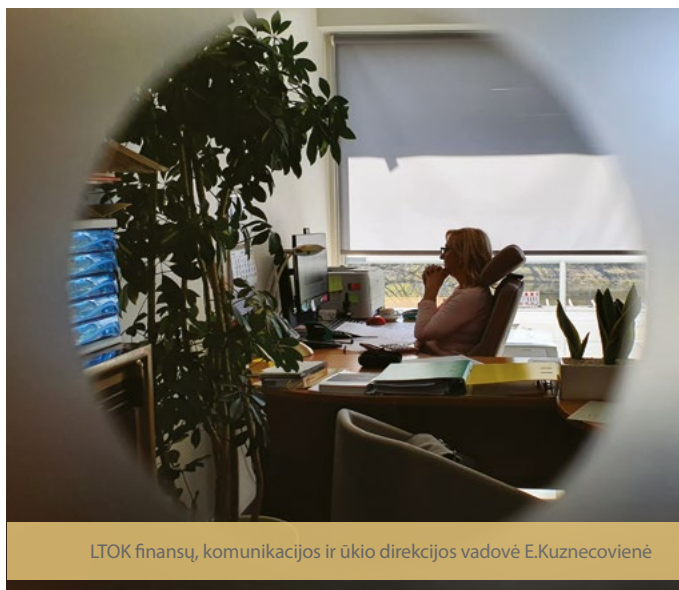
„Tačiau karantino metu dėl suprantamų priežasčių pastebimai sumažėjo UAB „Olifėja“ loterijos bilietų pardavimas. Šis smukimas dar labiau atsispindės antrąjį ketvirtį“, – sakė R. Balaiša.

VK nariai vienbalsiai pritarė iš Lietuvos olimpinės rinktinės 2019–2020 m. kandidatų bei LTOK stipendininkų sąrašo išbraukti du sportininkus – dėl antidopingo taisyklių pažeidimo dvejim metams diskvalifikuotus sunkiaatlečius Žygimantą Stanulį bei Irmantą Kačinską. Kaip informavo Lietuvos antidopingo agentūra, kandidatai į Tokijo olimpinės žaidynes pažeidė draudžiamojo metodo naudojimo taisyklę.

Posėdyje VK nariai buvo supažindinti su LTOK ir LOF organizuojamų renginių pokyčiais. LOF direktorius Mantas Marcinkevičius informavo, kad Olimpinė diena šiemet bus kitokia – kvies sportuoti atskirai. Birželio 23-įją numatoma rengti virtualią šventės versiją – kiekvienas žmogus, tądien nubėgęs lietuvišką olimpinę mylią (1988 metrų distanciją, kuri simbolizuoja metus, kai buvo atkurtas Lietuvos tautinis olimpinis komitetas) ir su specialia grotažyme įkėlęs įrodymą į socialinius tinklus, bus apdovanotas Olimpinės dienos marškinėliais ir rėmėjų suvenyrais. M. Marcinkevičius pridūrė, kad išlieka galimybė ir tikimybė rugsėjo mėnesį Vilniuje surengti ir įprastą Olimpinės dienos šventę.



Olimpinio fondo direktorius M.Marcinkevičius



LTKO finansų, komunikacijos ir ūkio direktijos vadovė E.Kuznecovienė

Olimpinio švietimo direktijos vadovė Vita Balsytė informavo, kad balandžio mėnesį Kauno „Žalgirio“ arenoje turėjęs vykti Olimpinių švietimo forumas nukeltas į lapkričio 19 dieną. Tiesa, kol kas neaišku, ar renginys vyks Kaune, ar tiesioginės vaizdo transliacijos formatu. Tai priklausys nuo situacijos Lietuvoje ir pasaulyje, valstybių sienų politikos, šalies Vyriausybės ir ministerijų rekomendacijų.

LTKO projektų vadovė Agnė Vanagienė Vykdomojo komiteto nariams pristatė Olimpinių solidarumo finansuojamą LTKO užsienio direktijos inicijuotą projektą „He For She Lietuva“. Lyčių lygybės idėją ir moterų sportą skatinantis projektas, kurio globėja tapo kadenciją baigusi prezidentė Dalia Grybauskaitė, startavo kovo 8-ąją, tačiau dėl „Covid-19“ pandemijos yra pristabdytas.

VK posėdžio pabaigoje LTKO prezidentė Daina Gudžinevičiūtė pabrėžė, kad LTKO vykdo griežtą taupymo programą. Finansiniai diržai veržiami visur, kur įmanoma: karpomos olimpinio švietimo, tarptautinių ryšių, komunikacijos, ūkio išlaidos. Visiems LTKO darbuotojams bendru sutarimu mažinami atlyginimai. Prioritetas išlieka sportininkai, treneriai, medikai ir federacijos.



Sporto direktorius E.Petkus



G.Neniškis bangas dažnai gaudo Meksikoje

BANGŲ MEDŽIOTOJAI

IŠBANDŽIUSIŲ BANGLENTES MŪSŲ ŠALYJE YRA TŪKSTANČIAI, TAČIAU RIMTŲ PRETENDENTŲ Į KITAMET TOKIJUJĖ VYKSIANTĮ OLIMPINĮ ŠIOS SPORTO ŠAKOS DEBIUTĄ KŪL KAS NETURIME. BET DIDŽIAUSIAS LIETUVOS BANGLENČIŲ SPORTO ENTUZIASTAS GIRMANTAS NENIŠKIS NEABEJOJA – 10–12 METŲ VAIKINAI IR MERGINOS, PRADĖJĘ SPORTUOTI DABAR, PO AŠTUONERIŲ MĒTŲ GALI TAPTI OLIMPIEČIAIS.

MARIUS GRINBERGAS

Sportininkais save vadinti Lietuvoje gali vos keliolika banglentininkų. Kitiems tai – pabėgimas nuo kasdienybės, mediacijos forma, gyvenimo būdas. Bet ne sportas.

„Reguliarus banglentininkų branduolys – apie 30–40 žmonių“, – sako prieš kelerius metus Lietuvos bangų sporto asociaciją (LBSA), atstovaujančią banglenčių, irklenčių ir puslenčių sportui, su bendraminčiais įkūręs Girmantas Neniškis. Nuo 2017 m. LBSA yra Lietuvos tautinio olimpinio komiteto narė, priklauso ir Tarptautinei banglenčių asociacijai (ISA). Banglentininkus mūsų šalyje treniruoja keturios mokyklos.

Tiesa, G.Neniškis įvardija ir kitus skaičius: „Nuo 2008 m. Lietuvos pajūryje mano rengiamose nemokamose „Surf Camp“ stovyklose banglentes jau išbandė tūkstančiai žmonių – kasmet iki 400–500. Juos mokome saugaus elgesio vandenyje taisyklių, supažindiname su pagrindais ir žmonės pagauna savo pirmąją bangą. O pernai „LTeam Start Up“ programos finansavimą laimėjusioje stovykloje per tris savaitgalius surengėme 700 pamokų ir pirmąsias vaikų varžybas „Talentų iššūkis“.

Nors lietuviai gaudo bangas visame pasaulyje – Balio, Airijos, Ispanijos, Meksikos, JAV pakrantėse, pirmuosius žingsnius dažniausiai žengia Baltijoje. Nors čia bangos kone perpus mažesnės nei vandenyne, niekada netrūksta norinčiųjų jas pasikinkyti.

Net karantino metu didžiausi entuziastai velkasi hidrokostiumą, ant galvos užsimaukšlina gobtuvą, neretai apsiauna ir batus bei plaukia į šaltą jūrą medžioti bangų. Bet tokių drąsulių dabar vos keli. O iki pandemijos įsisiautėjimo Melnragėje buvo galima

sutikti dešimtis banglentininkų, nes žiemą ir rudenį banguotumas Baltijoje – tinkamiausias sportui.

„Geriausios sąlygos plaukti banglentėmis yra Klaipėdoje prie uosto molo. Būtent ten lūžta aukščiausios ir stačiausios bangos“, – paaiškina G.Neniškis, kasmet daugiau nei po pusmetį plaukiojantis banglente Meksikoje.

Kiek Lietuvoje yra rimtai sportuojančių banglentininkų?

Lietuvos čempionate, kurį rengėme jau tris kartus, lietuviams rezervuota 16 iš 24 vietų. Ir jie nė karto neišnaudojo šios kvotos.

Mūsų čempionatas atviras, tad čia atvažiuoja sportininkų iš kitų šalių. Tai labai gerai, nes norint kelti banglenčių sporto lygį mūsų šaliai reikia pavyzdžių, į kuriuos būtų galima lygiuotis. Lietuviai per trejus metus dukart buvo treči, o čempionais yra tapę Latvijos ir Rusijos atstovai. Lietuvos banglenčių čempionatas tapo rimčiausiomis varžybomis regione, į jas atkeliauja visi geriausi aplinkinių šalių banglentininkai, nes jau tapo prestižu čia dalyvauti ir nugalėti.

Mūsiškiai dažnai lipa ant podiumo ir Latvijos čempionate, tačiau kitose tarptautinėse varžybose kol kas beveik ne. Banglenčių sportas mūsų šalyje dar tik pradeda savo kelią. Planavome šiemet išbandyti jėgas pasaulio čempionate, bet jis buvo nukeltas ir neišaišku, ar iš viso įvyks.

Mūsų penki ar šeši banglentininkai aktyviai plaukioja visus metus Lietuvoje ir kitose šalyse. Vienas jų – Marius Ščerbinskas, kuris yra pagavęs ir 8–10 m aukščio bangas. Tai jau aukšto lygio pasiekimas.

INVENTORIUS

Pasak Girmanto Neniškio, pradedantiesiems tinkama lenta ir hidrokostiumas gali kainuoti apie 600–700 eurų. Perėjus į profesionalų lygmenį, tiek kainuoja vien lenta.

„Lietuvoje su viena lenta galima plaukti trejus ketverius metus. Aišku, kai pradama plaukti didesnėse bangose ir atlikti sudėtingesnius manevrus, kyla grėsmė sulaužyti įrangą. Aš per dvejus metus sulaužau vieną lentą. Bet profesionalūs sportininkai, būna, per sezoną sulaužo ir 80 lentų. Dažniausiai tie lūžiai įvyksta po manevrų ore. Lietuviai kol kas tokių nedaro“, – paaiškina G.Neniškis.



„Talentų iššūkio“ varžybų dalyviai Melnragėje

Ar yra sportuojančių merginų?

Piramidės apačioje – banglenčių stovyklose – merginų yra daugiau nei vaikinių. Bet sunku jas įkalbėti žengti antrą žingsnį – pabandyti dalyvauti varžybose ar reguliariai treniruotis.

Viskas dar ankstyvos stadijos. Moterų susidomėjimas šia sporto šaka tikrai kyla. Ir tos merginos, kurios pernai ar užpernai dalyvavo moterų čempionate, kalbina savo drauges prisijungti, nes tai puikus būdas tobulėti.

Tikiusi, kad šis sportas per artimiausius dvejus trejus metus sėkmingai plėtosis ir į treniruotes įtrauksime daug daugiau merginų, vaikų, jaunimo.

Kaip Lietuva yra toli nuo olimpinių žaidynių?

Lietuva buvo gana arti, nes planavome natūralizuoti išėivijos lietuvį, kuris yra profesionalus banglentininkas – vieną iš trijų brolių Gudauskų, gyvenančių Kalifornijos valstijoje. Jie yra dalyvavę aukščiausio lygio varžybose. Bet galiausiai dėl moralinių principų nusprendė nekeisti pilietybės. Tačiau jie mus palaiko kitais būdais.

Mano nuomone, jei mes kalbame apie olimpinį startus, tai turime šnekėti ne apie kažkokią vieną žaidynę, o apie sistemą.

2024 m. Paryžiaus olimpinių žaidynių programoje banglentės patvirtintos. Ir būtų visiškai nerealu, jei 2028 m. Los Andželo žaidynėse nebūtų banglenčių, nes ten jos labai populiarios. Tad šiandien turime aštuonerių metų programą. Tai reiškia, kad bet kuris dešimties–dvylikos metų berniukas ar mergaitė, pradėję treniruotis šiandien, per aštuonerius metus gali pasiekti pasaulinį lygį ir galvoti apie dalyvavimą olimpinėse žaidynėse.

Žinoma, tam reikia ir infrastruktūros, ir tėvų pasiryžimo bei indėlio, nes vien Lietuvoje užauginti olimpietį banglentininką neįmanoma. Reikėtų keliauti ir treniruotis kitose šalyse.

Turime labai perspektyvią merginą iš banglentininkų dinastijos – Beatą Valatkaitę. Ji pernai, būdama aštuonerių, per „Talentų iššūkį“ tapo amžiaus grupės iki 16 metų varžybų nugalėtoja. Yra keli talentingi vaikinai nuo 10 iki 14 metų. Jie puikiai valdo banglentę ir leidžia laiką prie jūros. Matau perspektyvų jiems kažką pasiekti.

Kiek Lietuvoje yra banglenčių sporto trenerių?

ISA sistema išskiria trenerius ir instruktorius. Yra pirmojo lygio instruktoriai, kurie daugiausia užsiima pramoginiu plaukimu banglente. Antrojo lygio specialistai – tai treneriai, kurie į banglentes žiūri iš sporto pusės ir rūpinasi visais aspektais: fiziniu pasirėngimu, mityba, psichologija, technika.

Pernai Lietuvoje vyko antrojo lygio trenerių kursai. Po jų aš esu vienintelis sertifikuotas šio lygio treneris, dar du kandidatai turi atlikti praktiką ir su juos prižiūrinčiu kursų pranešėju atsiskaityti už ją. Tada turėsime Lietuvoje tris antrojo lygio trenerius.

Ar bangos Lietuvos pakrantėje labai skiriasi nuo tų, kurias galima pagauti kitose jūrose ar vandenynuose?

Lyginti pirmiausia reikėtų ne bangas, o vandens telkinius. Kai Ramiajame vandenyne užsisuka didžiulės audros, kyla milžiniškos bangos ir jos keliauja 15 tūkst. kilometrų iki Meksikos krantų. Per visą vandenyną perkeliavusios bangos – lygios, ilgos, tvarkingos, tarp jų dideli tarpai. Tokios, kokios yra filmuose ar banglenčių reklamose. Jos visiškai nepaveiktos vietinio klimato reiškinų.

Baltijos jūra maža. Čia banga ateina tik su stipriu vėju. Jis įkočioja, kaip mes sakome, didesnę bangą ir jos aukštis gali būti iki 5–6 metrų. Bet čia bangos nėra tokios tvarkingos kaip vandenyne. Tačiau nuo Danijos krantų iki Klaipėdos yra visiškai atvira erdvė ir vakarų vėjas atneša dideles bangas per visą Baltijos jūrą. Ir kartą ar du per metus, toms bangoms pasiekus mus ir vėjui pasisukus pūsti nuo kranto, sąlygos tampa panašios į vandenyno.

Bėda ta, kad vandenyne tos bangos gali būti tris ar keturias dienas, pas mus – tik tris ar keturias valandas. Turi atsidurti tinkamu laiku tinkamoje vietoje. Atvažiuosi valanda vėliau – ir jau nepagausi tų bangų. Bet jei padarai namų darbus ir atsiduri laiku reikiamoje vietoje, galima paplaukioti puikiomis sąlygomis.

Ar turime pakankamai banglenčių sporto teisėjų?

Čia didžiausia padėka LTOK, nes drauge su jo finansavimu atsirado realios galimybės kurti ir plėtoti banglenčių sporto sistemą Lietuvoje. Vienas pirmųjų darbų – suorganizavome teisėjų sertifikavimo kursus. Tuo metu buvau LBSA prezidentas, ir mano vienas svarbiausių tikslų buvo sukurti varžybų sistemą, kuria dalyviai pasitikėtų.

Vandens sporto pasaulyje esu daugiau nei 20 metų, mačiau įvairaus teisėjavimo. Ir tokio, kai viską lemia ne meistriškumas, o gražios akys. Mano požiūris buvo griežtas – privalome apsibrėžti, pagal kokią sistemą teisėjaujame. Turime išmokyti mūsų teisėjus, kad galėtume užtikrinti kokybišką varžybų organizavimą ir dalyviams nereikėtų dvejojti, ar vertinimas yra teisingas.

Dabar esame sertifikavę apie dešimt teisėjų. Iš jų keturi yra pasiekę antrojo lygio tarptautinę teisėjo kvalifikaciją. Mūsų teisėjai dažnai vadovauja Latvijos čempionatams, nes žvelgiant į sporto šakos plėtrą Lietuva žengia pora žingsnių priekyje nei mūsų kaimynai.

OLIMPINĖS EMOCIJOS NESVETIMOS MINISTRAMS

LIETUVOS MINISTRAMS SPORTAS NĖRA SVETIMAS, NEMAŽAI JŲ JAUNYSTĖJE AKTYVIAI SPORTAVO, O KAI KURIE SPORTINĘ APRANGĄ VELKASI IR DABAR, PROPAGUOJA SVEIKĄ GYVĖNIMO BŪDĄ.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ



Alfredo Pliadžio nuotr.

A.Verygos gyvenime sportas užima svarbią vietą

Krepšinis, futbolas, lengvoji atletika, regbis, šaudymas, dviračiai. Šios olimpinės sporto šakos Lietuvos ministrus ne tik traukia į arenų ir stadionų tribūnas ar prie televizoriaus – ne vieną jų Vyriausybės nariai išbandė jaunystėje arba užsiima iki šiol.

Ir jaunystėje, ir dabar su sportu draugauja dažni įvairių LTOK projektų partneriai ir dalyviai – švietimo, mokslo ir sporto ministras Algirdas Monkevičius bei sveikatos apsaugos ministras Aurelijus Veryga, taip pat užsienio reikalų ministras Linas Linkevičius, buvęs ekonomikos ir inovacijų ministras, o dabar eurokomisaras Virginijus Sinkevičius.

Įvairių sporto šakų treniruotes yra lankę ir daugiau ministrų. Be to, Lietuvos prezidentas Gitanas Nausėda mėgsta prisėsti prie šachmatų lentos, Seimo komandos krepšinio aprangą ne kartą vilkėjo premjeras Saulius Skvernelis, aplinkos ministras Kęstutis Mažeika.

Tiesa, pasaulį sukaustęs koronavirusas ministrus privertė keisti kasdienes įpročius, o iš arenų dingusios varžybos paliko juos, kaip ir viso pasaulio sporto mėgėjus, be galimybės tribūnose ar per televiziją stebėti sportines kovas.

Tęsiantis koronaviruso pandemijai užsienio reikalų ministras L.Linkevičius Lietuvos sportininkams linki tikėti savo jėgomis, nes ši nelaimė nėra amžina, ji praeis kaip ir visos bėdos.

„Didžiausias mūsų rūpestis dabar – apsaugoti save. Per trumpą laiką kuo bus griežtesnės priemonės, tuo ta krizė trumpiau užtruks. Tai taikytina visiems – sportininkams, mokytojams, medicinams, mums visiems. Todėl sportininkams pirmiausia linkiu kan-

trybės, o pergalės, be abejonės, ateis, jos niekur nepabėgs. Šiuo metu pati didžiausia pergalė – nugalėti koronavirusą“, – sako L.Linkevičius.

ŽAVI REGBIS

Švietimo, mokslo ir sporto ministras 64-erių A.Monkevičius, paklaustas, ar jaunystėje sportavo, šypteli: „O kaipgi. Žaidžiau krepšinį, futbolą, mėgau lengvąją atletiką – šokinėjau į aukštį, į toli, bėgiojau, mėčiau ietį.

Tuo metu atsirado naujas šuolių į aukštį Fosbury stilius, jį labai knietėjo išbandyti. Tada Rietavo vidurinė mokykla, kurioje mokiausi, neturėjo minkštų čiužinių. Juos po kelis pasiklodavome, kad būtų šiek tiek minkščiau prisizeminti, ir šokinėdavome. Buvo rizikinga, galėjome gauti traumų, bet labai norėjome šokinėti. Aišku, rezultatai nebuvo aukšti. Kai pasižiūriu, kiek dabar į aukštį šoka mūsų merginos, tai raustu prisiminęs savo vaikystės ir jaunystės šuolius.“

A.Monkevičius sportavo ir studijuodamas, tačiau nesiekė aukštumų. Pastaraisiais metais jis irgi nepamiršta sporto: „Judėti mėgstu. Ypač savaitgaliais ar vasarą per atostogas. Pavažinėju dviračiu, kuo daugiau stengiuosi vaikščioti pėsčiomis. Dažnai suskaičiuoju, kad per dieną nueinu ne mažiau kaip 10 tūkst. žingsnių. Sportinės formos vis dar neprarandu.“

Kol karantinas nebuvo sukaustęs gyvenimo, A.Monkevičius mėgo lankytis įvairiose varžybose, o pastaruoju metu jį žavėjo regbis.

„Malonų įspūdį padarė Lietuvos regbio rinktinė, kuri per trumpą



A.Monkevičius ne vienerius metus žaidė krepšinį

laiką tapo ištis aukšto lygio komanda. Kas svarbiausia, regbiniškai turi piramidę: veikia akademijos, regbį žaidžia daug jaunimo. Imponuoja ir kitos sporto federacijos, kurios eina tokiu keliu“, – pabrėžia ministras.

A.Monkevičius ilgokai žaidė krepšinį. Dar dirbdamas aukštosios mokyklos dėstytoju dalyvavo Vilniaus lygos veteranų varžybose. Krepšinį toje lygoje žaidė ir ministro sūnūs Tadas bei Algirdas. „Rezultatų lentelėse kartais netgi sumaišydavo vardus, nes Monkevičiai būdavo trys“, – šypteli ministras.

Kai 2015-aisiais tapo Mykolo Romerio universiteto rektoriumi, krepšiniui žaisti ir dalyvauti veteranų varžybose jau neberasdavau laiko. Ministras pripažįsta, kad jo gyvenime svarbus vaidmuo tenka ir sveikai mitybai.

„Nuolat kontroliuoju savo cholesterolį, seku jo lygį. Žinau, kad jis labiausiai priklauso nuo maisto ir judėjimo. Žinau, ką valgyti ir ko ne, nors kartais pasitaiko papiktnaudžiauti“, – neslepia ministras.

IŠBANDĖ KOVOS MENUS

Sveikatos apsaugos ministras 43 metų A.Veryga vaikystėje kartu su klasės draugais dalyvaudavo legendinėse „Drąsūs, stiprūs, vikrūs“ varžybose, o laisvalaikiu nenulipdavo nuo dviračio.

„Man gerai sekėsi prisitraukimai, buvo stiprus pilvo presas. Kaip ir visi mažo miestelio vaikai, Užventyje, kuriame augau, nenulipdavau nuo dviračio. Kieme su draugais mėgdavau žaisti badmintoną. Tai buvo pagrindiniai mano pomėgiai“, – atskleidžia A.Veryga.

Gyvendamas Kaune jis daugiau nei ketverius metus gilinosi į Rytų dvikovos meną – karatė, džudžitsu.

„Tai buvo malonus laiko leidimas, šio užsiėmimo ilgiuosi. Žinoma, būdavo ir mėlynių, ir patempimų, tai neišvengiama, tačiau treniruotėse smagu“, – yra sakęs ministras. Dėl intensyvaus darbo grafiko ir pasikeitusios gyvenamosios vietos kovos menų teko atsisakyti, tačiau A.Veryga fizinį aktyvumą stengiasi išlaikyti kitais būdais. Nors ir pripažįsta, kad beveik nelieka laiko sportui.

„Norėčiau būti aktyvesnis. Mėgstu šiaurietišką vaikščiojimą, bėgimą, kai būna geras oras – sėdu ant dviračio“, – pasakoja ministras.

Sveikatos apsaugos ministras turi tris vaikus. Visus juos nuo mažens skatina judėti ir išbandyti kuo daugiau sporto šakų. Kad ir ką jo vaikai sportuoja, ministras visada stengiasi dalyvauti varžybose ir aktyviai palaikyti.

„Kiek spėjame su žmona, visada važiuojame ir nekantriai laukiame varžybų. Įdomu ne tik, kaip pasirodys, bet taip pat smagu stebėti, kaip vaikai tobulėja, kaip auga, kaip šlifuoja judesius.



L.Linkevičius – dažnas „BeNeLux“ žaidynių dalyvis ir svečias

URM nuotr.

Manau, ir vaikams smagu, kai artimieji atvyksta jų palaikyti. Tai ir tokia šeimos bendravimo forma, visiems suteikianti gerų emocijų“, – yra pasakojęs A.Veryga.

Profesionalių sportininkų varžybas ministras stebi per televiziją. „Visada žiūriu Lietuvos krepšinio rinktinės pasirodymą Europos, pasaulio čempionatuose, olimpinėse žaidynėse. Prie televizoriaus ekrano tampu dideliu sirgaliu“, – prisipažįsta A.Veryga.

Ministras pabrėžia, kad jam labiausiai patinka atletai, kurie užsiima ir socialine veikla. Tokie kaip Jonas Valančiūnas, Rimantas Kaukėnas. „Jie aktyvūs ne tik kaip sportininkai, bet ir kaip piliečiai, rūpinasi visuomene ir bendruomene“, – priduria.

Kai kalba pakrypsta apie sveiką mitybą, ministras tik šypteli: „Visai būna. Tikrai pasitaiko, kad nesveikai gyvenu ta prasme, jog kartais nebūna kada pavalgyti. Tai, žinoma, nėra sveikos mitybos požymis. Bet kada galiu, stengiuosi normaliai papietauti, kad viskas nesusikauptų vakarui, nes vakare valgyti už visą dieną tikrai nesveika.“

Jis stengiasi vengti produktų, kurie yra nepageidautini, pasidomi, kas sveikatai naudinga, o kas ne.

VARŽĖSI SU S.BUBKA

Užsienio reikalų ministras 59-erių Linas Linkevičius su sportu susidraugavo dar besimokydamas Kauno 7-ojoje vidurinėje mokykloje (dabar – Šančių vidurinė mokykla), kurią baigė aukso medaliu. Bandė įvairias sporto šakas, kol galop pasirinko lengvąją atletiką.

„Dėl to kaltas mano treneris Zenonas Stankevičius, kuris įskiepijo meilę šuoliams su kartimi. Tai universali rungtis, reikalaujanti greičio, jėgos, lankstumo. Stiprėdami fiziškai šokinėjome į tolį, bėgiojome per barjerus, sprintą, kilnojome štangą, atlikdavome daug akrobatikos pratimų. Mūsų partneriai buvo Panevėžio internatinės sporto mokyklos lengvaatlečiai, važinėdavome vieni pas kitus į varžybas. Treniruotes lankiau stropiai, šuoliai su kartimi man patiko“, – sako ministras.

Talentingam jaunajam sportininkui Kaune pavyko tapti SSRS „Darbo rezervų“ draugijos jaunių čempionu. „Tada, regis, peršokau 4 m 10 cm. Po to dar dukart tapau sąjunginių varžybų jaunių vicečempionu. Tai buvo mano pačios svariausios pergalės“, – prisipažįsta L.Linkevičius, kurio asmeninis rekordas – 4 m 50 cm.

Ministras prisiminė SSRS uždarytų patalpų jaunių čempionatą tuomečiame Leningrade. Tada šuolių su kartimi sektoriuje jam teko susitikti su būsimąja pasaulio šuolių su kartimi legenda, net 35 kartus gerinusia stadionų ir uždarytų patalpų pasaulio rekordus, pirmuoju žmogumi pasaulyje, 1985 m. įveikusi 6 metrus, olimpinio čempionu ukrainiečiu Sergejumi Bubka.

„Gerau atsimečiau, peršokau 4 m 20 cm, o dvejis metais jaunesnis Bubka tapo čempionu, atrodo, įveikęs penkis metrus. Kažkuriais metais su ukrainiečiu dar kartą teko susitikti“, – prisiminė ministras.



V.Sinkevičius krepšinį yra žaidęs Olandijos antroje lygoje

Tačiau L.Linkevičiaus karjera šuolių su kartimi sektoriuje buvo trumpa. Būdamas Kauno politechnikos instituto Automatikos fakulteto pirmakursis gavo rimtą kelio traumą ir visus metus negalėjo treniruotis.

„Po devynių kartų per savaitę pratybų atsirado tuštuma, buvo nemažas smūgis organizmui, o ir pačiam psichologiškai. Su šuolių sektoriumi buvau priverstas atsisveikinti“, – sako ministras.

L.Linkevičiaus studijų bei darbo Kaune metais visa Lietuva ir ypač Kaunas sirgo krepšiniu, gyveno „Žalgirio“ pergalėmis. Būsimasis užsienio reikalų ministras irgi paniro į krepšinio bumą, stengdavosi patekti į rungtynes. „Tai buvo tikra karštligė, vis ieškodavau bilietėlio. Visaip būdavo – ir gaudavau, ir ne“, – prisipažįsta.

Ankstesniais metais po intensyvaus darbo jam labiausiai padėdavo atsipalaiduoti vairavimas ir šachmatai. Prie lentos sėda ir dabar – žaidžia kompiuteriu per internetą. „Jeigu tik atsiranda galimybė, patinka žaisti, šachmatai mane nuramina. Dar stengiuosi kuo daugiau vaikščioti, pavažinėti dviračiu, bet tai jau pramoga, daugiau judėjimo pratimai“, – šypteli.

Kartais ministras ima į rankas stalo ar lauko teniso raketę. Dažniausiai – per „BeNeLux“ lietuvių sporto žaidynes, kurios prasidėjo 2006-aisiais ir tradiciškai vyksta kiekvieną vasarą. Ši sporto tradicija gimė L.Linkevičiui dirbant ambasadoriumi prie NATO. Tai Belgijos, Olandijos ir Liuksemburgo lietuvių bendruomenių ir Briuselyje įsikūrusių Lietuvos diplomatinė atstovybių projektas. Jos vykdavo NATO sporto bazėje. L.Linkevičiui yra pavykę lauko teniso varžybose užimti trečią vietą.

„Šios sporto žaidynės – tai vienybės, draugystės, šeimos, kultūros ir sveikos gyvensenos šventė, kurioje dalyvauja 300–350 lietuvių. Varžomasi 15 sporto šakų varžybose. Džiaugiuosi, kad ši tradicija tęsiama toliau, kasmet į šią gražią šventę įsilieja vis naujų dalyvių, sirgalių, daugėja sporto šakų“, – sako L.Linkevičius.

Pasak ministro, kaip ir visi normalūs Lietuvos žmonės, dabar jis domisi krepšiniu ir priduria, jog būtų smagu, kad lietuviai gerai žaistų futbolą, tada būtų galima ir juo domėtis. Į kraują įaugusi ir jaunystės sporto šaka – lengvoji atletika.

L.Linkevičius – vienas iniciatorių Užsienio reikalų ministerijoje rengti darbuotojų susitikimus su Dakaro ralio dalyviais. Tik šiemet susitikimas nebuvo surengtas.

„Nesuskubom, nenuspėjom, o šiaip su mūsų Dakaro dalyviais esame ne kartą susitikę. Mes stengiamės pasikviesti ne tik juos, bet kartais ir „Eurovizijos“ dalyvius, jiems padėkojame, nes jie atlieka savotišką diplomatinį darbą, viešinimą, atstovauja Lietuvai.

Progai pasitaikius, ir sportininkus, ir dainininkus visada reikia pasikviesti, pagerbti ir padėkoti“, – sako ministras.

IR UŽSIENYJE ŽAIDĖ KREPŠINĮ

Aktyviai sportuoja buvęs jauniausias Lietuvos Vyriausybės narys – 29-erių V.Sinkevičius. Jis jaunystėje netgi turėjo galimybių tapti profesionaliu sportininku, tačiau pasuko politiko keliu. Didžiausia V.Sinkevičiaus aistra – krepšinis, su kuriuo buvęs ekonomikos ir inovacijų ministras nesiskiria nuo vaikystės.

Jis pusmetį lankė Vilniaus krepšinio mokyklą, su krepšiniu nesiskyrė 2009–2012 m., kai studijavo Velse, Aberistvito universitete, kuriame įgijo ekonomikos ir tarptautinių santykių bakalaurą. Krepšinį žaidė ir 2012–2013 m. besimokydamas Olandijos Mastroichto universitete, kurį baigęs gavo Europos politikos mokslų magistro laipsnį, ir 2013–2014 m. dirbdamas JAV Vašingtono Europos politikos analizės centre projektų vadovų padėjėju.

„Žaidžiau Olandijos antroje lygoje, Velse atstovavau studentų krepšinio rinkinei. Buvo sudėtinga: daug treniruočių, varžybų, daug dėmesio reikėjo skirti ir mokslams. Pavargau nuo krepšinio.

Žaisdamas futbolą Amerikoje nusitraukiau kelio raiščius, buvau priverstas padaryti poras metų pertrauką. Įplyšo ir kelio sąnario meniskas. Nuo tada jau niekada nebeįėjau net į panašų lygį. Pasikeitė greitis, šoklumas“, – prisiminė buvęs ministras, atstovavęs ne tik Seimo, bet ir iš žinomų žmonių suburtai komandai „Kažkur matyti“.

Buvęs Vilniaus Salomėjos Nėries gimnazijos mokinių prezidentas bėgiojo 1000 ir 3000 m distancijas. Vienais metais su komanda net laimėjo Vilniaus gimnazistų lengvosios atletikos bėgimo varžybas.

Be krepšinio, futbolo ir lengvosios atletikos, V.Sinkevičius dar išbandė šaudymą, įstojo į Šaulių sąjungos gretas.

„Krepšinis ir futbolas man dabar pačios gražiausios sporto šakos, jos neturi jokios konkurencijos. Visada malonu grįžti į S.Nėries mokyklą ir dalyvauti kasmet rengiamame gimnaziją baigusiu absolventų tradiciniame krepšinio turnyre „Salama“. Tai svarbiausias mano metų turnyras, patinka jo dvasia. Būna didelis noras žaisti kuo geriau.

Aikštelėje man sunkiau sekasi tramdyti emocijas, o ne kamuolį. Aikštelėje nėra ministrų, direktorių ar prezidentų. Mes visi lygūs, vilkime sportinę aprangą, bėgame, metame, ginamės“, – sako eurokomisaras.

Praejusių metų „Salamos“ turnyras puikiai tritaškius mėtančiam V.Sinkevičiui buvo ypač sėkmingas: su 2010 m. laidos absolventais jis pirmą sykį tapo nugalėtoju ir anksčiau laimėtą bronzos medalį iškeitė į aukso.

Paklaustas, kuris mūsų šalies krepšininkas jam labiausiai patinka, V.Sinkevičius prasitaria, kad jam imponuoja žaidėjai, kurie išsiskiria stipriu charakteriu, sunkiai dirba ir pasiekia gerų rezultatų: „Šiandien mane ypač džiugina Domantas Sabonis. Tikrai džiaugiuosi, kaip jis nuoširdžiai dirba ir rezultatyviai rungtyniauja.“

Visų laikų geriausiu Lietuvos sportininku ministras laiko Arvydą Saboną. „Jo laimėjimai fantastiški. Vien tai, kad būdamas 40-ies grįžo į „Žalgirį“ ir tapo naudingiausiu Eurolygos žaidėju, – kažkas nepakartojamo.

Puikus sportininkas ir buvęs mano kolega Seime Virgilijus Alekna. Labai myliu Rūtą Meilutytę. Man visą laiką atrodė, kad greitai plaukiantys, bėgantys ar dar ką nors darantys 15-mečiai gali išaugti tik supervalstybėse, tokiose kaip Kinija ar JAV. Kai mačiau R.Meilutytę, dalyvaujančią Londono olimpinėse žaidynėse ir siekiančią medalio, užvaldė fantastiškas jausmas. Nuo to laiko labai myliu Rūtą, ji tikrai atliko žygdarbį, pakartojė 1980-ųjų Linos Kačiušytės triumfą. Džiaugiuosi ir mūsų penkiakovininkų laimėjimais“, – vardija V.Sinkevičius.

SPORTININKAI – GYVENIMO KELRODŽIAI

LTOK KAUNO APSKRITIES TARYBA, LIETUVOS MOKINIŲ NEFORMALIOJO ŠVIETIMO CENTRAS, LIETUVOS KŪNO KULTŪROS MOKYTOJŲ ASOCIACIJA IR LIETUVOS SPORTO MUZIEJUS JAU TRYLIKŲ KARTŲ SURENGĖ LIETUVOS MOKINIŲ RAŠINIŲ KONKURSAŲ OLIMPINE TEMATIKA. ŠIŪMETĖ TEMA – „KĄ GYVENIME TURĖCIAU NUVEIKTI, KAD MANE PRISIMINTŲ?“

PRANAS MAJASKAS

Dauguma darbų išsiskyrė savitu požiūriu į gyvenimą: vieni žavėjosi iškilų asmenybių, kiti savo tėvų, senelių ir prosenelių darbais. Komisijai teko perskaityti net 110 rašinių. Keturių amžiaus grupių nugalėtojai ir prizininkai Lietuvos sporto muziejuje buvo apdovanoti Nikės statulėlėmis ir diplomais, o visi konkurso dalyviai – medaliais ir diplomais. Padėkos raštai įteikti pedagogams, padėjusiems moksleiviams parengti rašinius.

Siūlome skaitytojams susipažinti su kelių laureatų rašinių ištraukomis.

Štai ką rašo **Goda Daraškevičiūtė** iš Panevėžio Vytauto Mikalausko menų gimnazijos: „Kartais dėl vieno ar kito pasirinkimo išgirstame nepritimą, imame patys abejoti, ar turime talentą, ar mums to reikia, bet kartais tokiame kelyje padeda asmenys, kurių veikla susižavime vien dėl to, kad jie atkakliai siekė savo tikslo, nepaisydami jokių kliūčių. Toks žmogus man yra Arvydas Sabonis. <...>

Ką aš turėčiau padaryti, kad mano vardas būtų įrašytas į mūsų gyvenimo istoriją? Aš jau darau. Piešiu, piešiu, piešiu. <...> Šiandien mano pelnyti diplomai, prizai dar neleidžia atsistoti ant to paties laiptelio, ant kurio stovėjo ir tebestovė krepšininkas, bet aš tikiu, kad tokia diena išašau.“

Kauno Tado Ivanausko progimnazijos 7c klasės mokinys **Domantas Bieliauskas** rašo: „Šiais laikais žmonių dėmesį gali patraukti tik didžiais darbais ar poelgiais. Sportininkai išgarsėja po didelių laimėjimų. Jie įkvepia kitus tobulėti, siekti aukštumų. Būti žmonių idealu yra labai sunku. Visi iš tavęs tikisi gerų rezultatų, o jei nepasiseka, – sulauki kritikos ir nemalonių komentarų. Po pralaimėjimų svarbu nepalūžti, atsitiesti ir vėl kovoti.“

Man sportininko pavyzdys yra Rūta Meilutytė. Mano pažintis su ja prasidėjo antroje klasėje, kai Rūta lankėsi mūsų pradinėje mokykloje. Ji sužavėjo savo pasakojimu ir atsivežtais mums parodyti medaliais, prizais. Ji buvo neišdidi ir draugiška. Rūta



Konkurso laureatai, jų mokytojai ir Sporto muziejaus direktorius P.Majuskas

Sporto muziejaus nuotr.

mums pasakojo apie savo meilę plaukimui ir jai labiausiai įsiminčius įvykius. Manau, Rūta įkvėpė daug žmonių nepamesti savo tikslų. Jos pasiekti aukščiausi pasaulyje plaukimo rezultatai garsino Lietuvą. Ji tapo olimpine, pasaulio ir Europos čempione, tapo garsi visame pasaulyje ir ypač mylima Lietuvoje. 2012 m. R.Meilutytė buvo apdovanota ordino „Už nuopelnus Lietuvai“ Komandoro didžiuoju kryžiumi. Ji daug kartų išrinkta geriausia Lietuvos metų sportininke. Gaila, bet R.Meilutytė anksti nusprendė baigti plaukikės karjerą. Toks buvo jos pasirinkimas. Ji panorė keisti savo gyvenimo kelią...“

Adomas Michailas Kofmanas iš Panevėžio Vytauto Mikalausko menų gimnazijos rašo: „Esu mokinys. Trokštu įrašyti į istorijos puslapius savo vardą kilniais poelgiais, išmintimi ir gerai žinau, kad svajonių išsipildymas reikalauja ryžto, stiprios valios, ištvermės, drąsos. Tokio nusiteikimo kelyje man pavyzdys yra plaukikas Danas Rapšys. 2019 m. jam lijo medalių lietus, vieną po kito jis pelnė garbingus titulus: tapo Metų sportininku, Metų žmogumi. Mane

žavi tai, kad D.Rapšys išliko kuklus: džiaugiasi pergalėmis, bet sako, kad jam svarbiausia būti geru žmogumi. Tuo klausimu mes su juo – minčių dvyniai. <...>

Aš nebūsiu sportininkas. Mano svajonė – tapti geru pedagogu, istorijos arba dailės istorijos mokytoju ar dėstytoju, o D.Rapšys man yra mokėjimo siekti tikslo ir įgyvendinti pasirinkimą, gerai žinant, kad reikės nebijoti sunkumų, idealas. <...>

Man istorija – ne tik praeitis, bet ir žinių šaltinis, parodantis, koku keliu ėjo mano tauta, kaip ir kokio progreso pasiekė žmonija. Su manimi sutiktų mano prosenelis Antanas, Antano Smetonos valdymo laikotarpiu tarnavęs Lietuvos kariuomenėje ir buvęs viršila. Tarnystė sustiprino jo patriotizmą ir išugdė meilę bei pagarbą Tėvynei. Visą gyvenimą domėjėsi istorija ir politika, po tarnybos užsiėmė fotografavimu, vaidyba saviveikliniame teatre. Šis jo domėjimasis parodo, kad prosenelis buvo ir tebėra tos šviesios ir gražios Lietuvos inteligentas, kurio nesusendino metai, kaip tik suteikė išminties, kurios gali semti lobynais...“ (Apdovanojimai vyko vasarį).

ŽIEBIASI NAUJA ŽVAIGŽDĖ

PERLAŠ, DEIMANTAS, ŽUDIKĖ KŪDIKIO VEIDU. TAIP VADINAMA TALENTINGOJI KREPŠININKĖ JUSTĖ VERONIKA JOCYTĖ, KURIĄ VERSDAMOSI PER GALVAS VILIOJO GARSIAUSIOS JAV IR EUROPOS KREPŠINIO AKADEMIJOS.

VAIDAS ČEPONIS

Palangiškė pasirinko prestižinę daugkartinio NBA čempiono Tony Parkerio akademiją Prancūzijoje ir joje jau pradėjo kelti savo meistriškumą. Ten praleido keturis mėnesius, o kovą dėl koronaviruso pandemijos laikinai grįžo į Lietuvą.

Mergaitė, kaip ir jos pusantrų metų vyresnis brolis Rokas, gimė JAV. Į šią šalį buvo išvykęs mokyti tėtis Alvydas – jis studijavo viename Nebraskos koledžų, ten pat siekė ir krepšinio aukštumų. Tačiau lietuvį ėmė kamuoti traumos, jis suprato, kad kalnų krepšinio aikštėje nenuvers, todėl šeima, prabėgus vos dviem mėnesiams nuo Justės gimimo, nutarė grįžti į Lietuvą.

Palangoje J.Jocytės tėtis toliau žaidė krepšinį mėgėjų lygoje. Alvydas dukterį nusivesdavo į įvairias varžybas. Kartą sportiškai atrodančią mergaitę pastebėjo trenerė Daiva Mažionienė. Ji pakvietė Justę ateiti į krepšinio treniruotes. J.Jocytė nedvejodama sutiko.

Tėtis ketino savo atžalą leisti į muzikos mokyklą, bet pamatęs, su kokia didžiule aistra ji pasinėrė į krepšinį, greitai persigalvojo.

ŽAIDĖ SU VYRESNĖMIS

J.Jocytė pateko į vieną grupę su net ketveriais metais vyresnėmis krepšininėmis, mat Palangoje nebuvo jos amžiaus mergaičių grupės.

Justė dar prieš pradėdama lankyti treniruotes kieme nuolat mėtė kamuolį su broliu Roku. Ne tik mėtė, bet ir žaisdavo vienas prieš vieną. Nė vienas nenorėdavo nusileisti. J.Jocytei nuo mažų dienų į kraują buvo įaugęs troškimas laimėti ir būti geriausia.

Ne kartą tie mūšiai baigdavosi muštynėmis, nekalbadieniais, mergaitės ašaromis, nes dažniausiai nugalėdavo vyresnis brolis. Vaikai lauke tarpusavyje kovodavo net prietemoje. Šios dvikovos užgrūdino Justę, todėl paskui jai nebuvo sunku rungtyniauti su gerokai vyresnėmis varžovėmis.

Rokas irgi gabus žaidėjas, šiuo metu tobulėja Romos „Stella Azzurra“ krepšinio akademijoje. Jis nusprendė negrįžti į Lietuvą ir dėl koronaviruso užsidarius sienoms liko Italijoje.

Beje, Justės ir Roko dėdė Evaldas Jocys buvo žinomas Lietuvos krepšinininkas. Jis atstovavo Plungės „Olimpo“ klubui, kuris anksčiau žaidė Lietuvos krepšinio lygoje, buvo vienas komandos lyderių. Jos tėtis Alvydas ir jo brolis Evaldas yra kilę iš Plungės.

Galbūt J.Jocytės talentas užkoduotas genuose? Į priekį gal stumia ir žemaitiškas charakteris?

KASDIEN VAŽINĖJO Į KITĄ MIESTĄ

Kai Justei sukako aštuoneri, krepšinio paslapių mokyti ji persikėlė į Klaipėdą pas griežtą trenerę Ramunę Kumpienę, mat Palangoje taip ir neatsirado bent panašaus amžiaus mergaičių grupės. Tiesa, uostamiestyje palangiškei irgi teko lieti prakaitą su



Asmeninio archyvo nuotr.

Jocių šeima

dičkėmis, bet dauguma jų buvo šiek tiek jaunesnės nei Palangoje – skyrė dveji, ne ketveri metai. Jaunėlė arė sukandusi dantis, nepraleido nė vienos treniruotės, ir šis darbas davė gardžių vaisių.

Klaipėdoje paaiškėjo, kad Justė ne tik darboti, bet nepaprastai talentinga ir kūrybinga. Ji puikiai orientavosi įvairiose žaidimo situacijose, dažniausiai priimdavo teisingus sprendimus aikštėje, žaibiškai perprasidavo trenerės užduotis. Be to, jauniausia grupės krepšinininkė išsiskyrė ypatingu plastiškumu ir psichologiniu tvirtumu – nejautė jokios baimės galynėdamasi su vyresnėmis varžovėmis.

Kai sukako devyneri, ji kasdien į treniruotes iš Palangos į Klaipėdą viena vykdavo autobusu.

BAUSMĖ – NELEISTI ŽAISTI

Justei patarimus dalijo ne tik trenerė, bet ir tėtis. Jis liepė tobulinti metimą ir per dieną į krepšį mesti kelis šimtus kartų. Alvydas buvo be galo reiklus. Jis reguliavo ir savo atžalų mitybą, miego režimą. Jei vaikai imdavo tinginiai, grasindavo nebeleisti į treniruotes ir varžybas, o tai Justei su Roku atrodė kaip didžiausia bausmė.

Šis muštras išėjo į naudą. Palangos krepšinio princesė ne kartą davė į kaulus ir berniukams. Netrukus dėl to jai prilipo pravardė – samdoma žudikė kūdikio veidu (angliškai – „baby-faced assassin“).

Mergaitė tobulėjo, galima sakyti, dienomis. Dar po metų kitų įvairaus amžiaus Lietuvos moksleivių čempionatuose ji buvo tiesiog nesustabdoma: per rungtynes pelnydavo po 30–40 taškų, atkovodavo apie 15 kamuolių, atlikdavo nemažai rezultatų perdavimų.

Juodą darbą vainikavo pernai iškovotas sidabro medalis Europos jaunučių (iki 16 metų) čempionate Makedonijoje. Tada „superJustei“ buvo vos trylika, tačiau talentingoji juodadarbė buvo mūsų šalies komandos lyderė. Ji per mačą pelnydavo po 20 taškų

ir tapo rezultatyviausia pirmenybių žaidėja.

Paskui palangiškė dar kurį laiką rungtyniavo šalies Moterų krepšinio lygoje kartu su suaugusiomis žaidėjomis. Ji atstovavo Klaipėdos „Neptūnui“ (taip dabar vadinasi ne tik uostamiesčio vyrų, bet ir moterų komanda). Klaipėdoje į moterų krepšinio rungtynes susirinkdavo pilna salė žmonių. Kai J.Jocytė išvyko į užsienį, „Neptūnas“ vėl rungtyniavo pustuštėje arenoje. Justė netgi debiutavo Lietuvos moterų rinktinėje.

NBA GARSENYBĖS PAGYROS

Netrukus J.Jocytė sulaukė siūlymo tobulėti T.Parkerio akademijoje, kuri įsikūrusi Prancūzijos mieste Lione. Ten nuvykusius Jocius priėmė pats T.Parkeris. Buvusi NBA žvaigždė apie lietuves žaidimą pareiškė: „Po trejų metų turėsime nerealų talentą.“

J.Jocytė jau spėjo apsilankyti Vilerbano ASVEL moterų klubo aprangą ir debiutavo Eurolygoje. Ji tapo jauniausia šio turnyro krepšininke per visą varžybų istoriją – palangiškei tuo metu buvo 14 metų ir 29 dienos.

Išvykusi į Prancūziją lietuvių ėmė lankyti tarptautinę mokyklą, kuri priklauso T.Parkerio akademijai. Joje ji mokėsi prancūzų kalbos. Justė dar prieš išvykdamą į svečią šalį pažadėjo visiems per pusmetį išmokti prancūziškai. T.Parkerio akademijoje didžiulis dėmesys skiriamas ir mokslui, nes suvokiama, kad tik maža dalis auklėtinių taps aukšto lygio žaidėjomis.

Lietuvę globoja ir pats T.Parkeris. Jis ne kartą kvietėsi talentingą krepšininę į savo namus ir dalijo įvairių patarimų ne tik apie krepšinį. Palangiškę sužavėjo tai, kad NBA garsenybė yra paprastas, nuoširdus ir nepasikėlęs žmogus. Jis Justės tėčiui Alvydui pasakė, kad šis gali bet kada jam parašyti ar paskambinti, jeigu kils klausimų.

Krepšinio deimantui iš Palangos dėmesį rodo ne tik T.Parkeris, bet ir gausus būrys Lietuvos bei kitų šalių žurnalistų. Ar tėtis nesibaimina, kad jo duktė gali užriesti nosį, pradėti per gerai galvoti apie save ir nustoti tobulėti?

„Tikrai ne. Ji neišpuiks, nesusirgs žvaigždžių liga. Justė gerai išauklėta, kukli, turi tvirtą charakterį. Mano duktė pasižymi ir geru humoro jausmu“, – ne kartą žurnalistams savo atžalą gyrė A.Jocys.

Tai, kad Justė moka pajuokauti, įsitikinau ir aš, kai palangiškę kalbinau jai grįžus namo.

Kaip per karantiną leidžiate dienas?

Būnu su tėčiu ir mama. Mokausi nuotoliniu būdu, mokytojai iš Prancūzijos siunčia įvairias užduotis. Taip pat sportuoju. Man yra sudaryta programa sportuoti specialiai namuose, pagal ją ir darbuojuosi. Dėl karantino krosų nebėgioju, bet labai norisi bent pasivaikščioti lauke.

Kas Prancūzijoje patiko labiausiai? Kas buvo sunkiausia?

Pirmiausia likau sužavėta treniruočių sąlygomis. Gali eiti į salę kada tik nori. Pratrybos dažniausiai vykdavo dukart per dieną. Pati salė, visas inventorių yra visiškai naujas. Tik eik ir dirbk. Sunkiausia buvo pramokti prancūziškai. Visi mokslai prancūzų kalba. Šiek tiek paaiškina angliškai – ir viskas. Mokslai suderinti su treniruočių grafiku. Prancūzijoje pamokų kiek mažiau nei Lietuvoje.

Tai ar pramokote prancūziškai?

Laisvai dar nekalbu, bet suprantu tikrai daug. Sunkiau sekasi šnekėti, bet mokykloje su mokytoja susikalbu.

O kaip su lietuvių kalba ir literatūra?

Šio dalyko jau nebesimokau.

Ar svečioje šalyje susiradote draugų?

Taip. Labai daug jų atsirado. Dabar su naujaisiais draugais nuolat palaikau ryšį.



J.Jocytė svajona žaisti WNBA

Kaip maistas Prancūzijoje? Ar patiko šios šalies virtuvė?

Ten maistas yra vienas svarbiausių dalykų. Aš Lietuvoje buvau didelė batono mėgėja, o ten jį dar labiau pamėgau. Na, bet žinau, kad batonu piktnaudžiauti negalima. Reikės daryti pertrauką (šypsosi).

Paryžius yra viena pasaulio madų sostinių. Ar teko lankytis šiame mieste? Gal pakeitėte aprangos stilių?

Kol kas nepakeičiau, bet jaučiu, kad šioje srityje prancūzai man padarė įtaką. Žiūrėsim, kaip bus ateityje. Viešėjau Paryžiuje, kai ten vyko NBA rungtynės. Tiesa, neturėjau daug laiko, todėl spėjau tik nusifotografuoti prie Eifelio bokšto ir viskas.

Jei pristabdžius koronaviruso plitimą šalių sienos ir toliau bus uždarytos, gal planuojate vėl apsilankyti „Neptūno“ aprangą?

Aišku, dabar to pasakyti negaliu, bet būtų įdomu pažaisti su Kau-no „Aistėmis“, Vilniaus „Kibirkštimi“ ir pažiūrėti, ar patobulėjau.

Kokius žaidimo elementus jums reikia tobulinti labiausiai? Kokį krepšinio komponentą esate įsisavinusi geriausiai?

Reikia gerinti beveik viską – ir gynybą, ir metimą, ir driblingą, bet dabar labiausiai noriu šlifuoti mažas detales. Pavyzdžiui, kojų darbą, stovėseną. Geriausiai man turbūt sekasi „skaityti“ įvairias situacijas aikštėje.

Kurioje pozicijoje – įžaidėjos ar atakuojančios gynėjos – patinka žaisti labiausiai?

Gal įžaidėjos, nes man neblogai sekasi skirstyti kamuolius.

Kokia jūsų, kaip krepšininės, svajonė?

Patėkti į stipriausią pasaulio lygą – moterų NBA (WNBA).

Jau kurį laiką oficialiai jūsų ūgis yra 184 centimetrai. Gal jau paaugote?

Tėtis sako, kad vieną kitą centimetrą gal ir paaugau (juokiasi).

Koks jūsų hobis?

Mano didžiausias hobis yra krepšinis. Jei nežaidžiu, tada labai patinka pabūti gamtoje, taip pat su šeima žiūrėti įvairius filmus.

Kai tapote garsi, gal pradėjo rašyti vaikinai ir kviešti į pasimatymus?

Būtų gerai (juokiasi). O jei rimtai, tai rašo daugiausia krepšinio klausimais, anksčiau sveikindavo tapus Europos vicečempione, kitomis progomis. Kartą Prancūzijoje toks vakarėlis buvo su bernais, o aš prancūziškas dainas variau. Gėdos turėjau per akis (kvatoja).

OLIMPINĖS ŽAIDYNĖS – (NE)IŠVENGIAMAI?

ELEKTRONINIS SPORTAS (E. SPORTAS) – OLIMPINĖ SPORTO ŠAKA? TARPTAUTINIS OLIMPINIS KOMITETAS NUBRĖŽĖ RYŠKIĄ RAUDONĄ LINIJĄ, KURIOS, SAKO, NEPERŽENGS, TAČIAU DVIEJŲ SKIRTINGŲ SPORTO PASAULIŲ SUSILIEJIMAS NEIŠVENGIAMAS?

JULIUS BLIŪDŽIUS



E. sporto arena

TOK nuotr.

Elektroninio sporto raumenų augimo tempai tiesiog įspūdingi. Kaip skelbia e. sporto tyrimų kompanija „Newzoo“, 2018 m. pasaulinės e. sporto industrijos pajamos sudarė 830 mln. eurų, o 2021 m. jos turėtų siekti 1,5 mlrd. eurų. Kasmet po keliolika procentų pritraukiama ir naujų žiūrovų, o kitąmet jų gretos turėtų pagausėti iki 560 mln. auditorijos.

Olimpinės sporto šakos statusas dar labiau paskatintų augimą: pritrauktų naujų auditorijų, rėmėjų ir, kas svarbiausia, padėtų sulaužyti sporto bendruomenės skepticizmą. Ar TOK pasiryš vaizdo žaidimus iškelti į didžiausią pasaulyje varžybų sceną? Ar realu, kad olimpinis medalis būtų įteiktas už laimėtą „League of Legends“ ar „Fortnite“ kompiuterinį žaidimą?

VEDLIO VAIDMUO – AZIJAI

2017 m. TOK pirmą kartą oficialiai pripažino, kad vaizdo žaidimai gali būti laikomi sportine veikla, kuri gali padėti sudominti jaunus žmones olimpinio judėjimu. Jaunimo auditorija pastarąjį dešimtmetį TOK tapo itin svarbi, tą patvirtina riedučių, banglenčių ar laipiojimo sporto įtraukimas į olimpinę programą.

2018-ųjų žiemą, likus savaitei iki Pjongčango žiemos olimpinio žaidynių, TOK oficialiai išreiškė palaikymą „StarCraft 2“ turnyru, kurį surengė kompanija „Intel“. Tais pačiais metais vaizdo žaidimai buvo įtraukti į Azijos žaidynių, vykusių Indonezijoje, parodomąją programą.

Prie kompiuterių sėdintys žaidėjai nekovojo dėl medalių, tačiau „League of Legends“ finalas tarp Pietų Korėjos ir Kinijos, „EsportsCharts“ duomenimis, pritraukė daugiau nei 1,3 mln. žiūrovų. Taip pat buvo varžomasi žaidžiant „StarCraft 2“, „Hearthstone“, „Arena of Valor“, „Clash Royale“ ir „Pro Evolution Soccer“.

Žengus pirmąjį laukiamą ir kito žingsnio: 2022 m. Kinijoje vyksiančiose Azijos žaidynėse elektroninis sportas pirmą kartą taps oficialios varžybų programos dalimi ir e. sportininkai kausis dėl medalių.

Prieš Tokijo olimpinės žaidynės buvo planuotas „Intel World Open“ turnyras, taip pat palaimintas TOK, o jame turėjo varžytis „Street Fighter V“ ir „Rocket League“ žaidėjai. Tai turėjo būti dar vienas didelis žingsnis dviejų sporto pasaulių susiliejimo link.

Elektroninio sporto pasirodymas 2022 m. Azijos žaidynėse turėtų tapti generaline repeticija prieš pristatant šią sporto rūšį parodomąjoje 2024 m. Paryžiaus olimpinio žaidynių programoje. Darant prielaidą, kad TOK eina Azijos olimpinės tarybos (angl. *Olympic Council of Asia*) minamu keliu, 2028 m. jau turėtų būti kovojama dėl elektroninio sporto medalių ir olimpinėse žaidynėse.

NUBRĖŽĖ RIBA, KURIOS NEPERŽENGS

Bet. Yra ryškia raudona linija nubrėžtas „bet“. Pastarąjį gruodį viršūnių susitikime TOK atnaujino savo poziciją e. sporto atžvilgiu ir patikslino, kad nėra pasirengęs priimti žaidimų, kurie neparemti tradicinėmis sporto šakomis, tokiais kaip krepšinis ar futbolas.

”

OLIMPINĖJE PROGRAMOJE NEGALI BŪTI ŽAIDIMŲ, SKATINANČIŲ SMURTĄ IR DISKRIMINACIJĄ, VADINAMŲJŲ ŽUDYMO ŽAIDIMŲ. MŪSŲ POŽIŪRIU, JIE PRIEŠTARAUJA OLIMPINĖMS VERTYBĖMS IR NEGALI BŪTI PRIIMTINI.

THOMAS BACHAS

Šį patikslinimą dar galima taip plačiau paaiškinti: jeigu e. sportas nori belstis į olimpinės žaidynės, tai tik su žaidimais, imituojančiais populiarias sporto šakas.

Nors kai kurie sportiniai vaizdo žaidimai, tokie kaip „NBA 2K“, turi profesionalų lygį, populiariausias e. sportas pagrįstas militaristinių, arba, paprastai tariant, žudymo, žaidimų žanrais. TOK ir anksčiau reiškė susirūpinimą, kad žiaurūs vaizdo žaidimai, kitas pernelyg atviras turinys prieštarauja olimpinėms vertybėms, o dabar šią nuostatą suformulavo oficialiai.

Taigi, nepaisant sėkmės Azijoje, olimpinį žaidynių link judantis e. sportas turėtų pereiti prie žaidimų, kuriuose nėra smurto. Praėjus keliems mėnesiams po Azijos žaidynių TOK prezidentas Thomas Bachas naujienų agentūrai AP sakė: „Olimpinėje programoje negali būti žaidimų, skatinančių smurtą ir diskriminaciją, vadinamųjų žudymo žaidimų. Mūsų požiūriu, jie prieštarauja olimpinėms vertybėms ir negali būti priimtini.“

E. sporto bendruomenės kontrargumentas: olimpinėje programoje esančios, pavyzdžiui, bokso ar fechtavimo sporto šakos taip pat yra smurtinės kilmės.

TOK prezidentas sutinka, kad visų dvikovos sporto šakų šaknys yra tikrosios kovos realiame gyvenime, tačiau sportas, anot T. Bacho, yra civilizuota to išraiška.

„Jei vaizdo žaidimai yra susiję su žudymu, jie nesutampa su olimpinėmis vertybėmis“, – pakartojo TOK vadovas.

Vaizdo žaidimų turnyrus Azijos žaidynėse kuravusios „Alisports“ generalinis direktorius Zhangas Dazhongas irgi kalba apie tai, kad e. sportas turėtų judėti link tradicinių sporto šakų („sports-focused e-sports“). Tai alternatyva. Kompromisas.

„E. sportas pirmiausia turėtų būti susijęs su sportu, o ne pramoga ar tiesiog garbe atstovauti šaliai“, – įsitikinęs Z. Dazhongas.

Jo tvirtinimu, 2022 m. žaidynėse e. sporto programos ašis turėtų būti „Pro Evolution Soccer“ arba FIFA žaidimas, taip pat galima tikėtis tokių turnyrų, kaip „Rocket League“, „NBA 2K“, „Madden NFL“ ar „Forza Motorsport“.

Taigi elektroninis sportas laukiamas olimpinėje šeimoje, bet be žaidimų, kurie pritraukia didžiausias minias. Tai kažin ar gera žinia e. sporto bendruomenei. Su militaristiniu smurtu susijusių žaidimų eliminavimas nesužavės milžiniškos auditorijos, kuri pavertė e. sportą tokia jėga, kokia ji yra šiandien.

Tai pavojinga zona, į kurią TOK nenori žengti, ir tai suprantama. TOK nenori būti diskusijų, ar vaizdo žaidimai inspiruoja realų smurtą, priešakyje. Juolab kad ir olimpinio sporto šakų taisyklės nuolat koreguojamos taip, kad liktų kuo mažiau asociatyvaus smurto pėdsakų.

E. sporto priėmimas į olimpinę bendruomenę keltų tam tikrų specifinių iššūkių. Pavyzdžiui, reiktų susitarimų su žaidimų leidėjais, o susitarti su tokiais gigantais, kaip „EA Sports“, kurio nedaly-



TOK nuotr.

vavimas žaidynėse būtų smūgis prestižui, gali būti nelengva.

Arba lyčių lygybės klausimas. TOK atkakliai siekė ir siekia, kad vyrų bei moterų proporcijos visose olimpinėse disciplinose būtų vienodos, o e. sporte dominuoja viena lytis. Klausimas, ar elektroninio sporto įtraukimas nediskriminuos šalių, kuriose technologinė pažanga yra lėtesnė, taip pat gali būti keliamas.

TEKTŲ KEISTI GYVENIMO BŪDĄ

Dėmesys ne žaidimams, o žaidėjams. Per pastarąjį TOK viršūnių susitikimą sutarta, kad šiame etape didžiausią dėmesį reiktų sutelkti į pačius e. sportininkus, o ne į konkrečius žaidimus.

TOK išreiškė rūpestį skatinti e. sporto profesionalus ir žaidėjus mėgėjus aktyviau sportuoti ir ugdyti įpročius, kurie padėtų stiprinti fizinę bei psichologinę sveikatą. Kitaip tariant, TOK nenori, kad e. sportininkai būtų tik sėdintys ir į ekranus spoksantys „atletai“ – jie turi suaktyvinti savo gyvenimo būdą ir patys sportuoti.

Po šiuo susirūpinimu paslėptą žinutę galima šifruoti taip: prie kompiuterių sėdintys žaidėjai diskredituoja sportininkų įvaizdį, kuris TOK išlieka svarbus. Gal net esminis. Juk kažkada ir šachmatams kelią į olimpiadą tvėrė argumentas, kad intelektualiams žaidimams trūksta fizinės veiklos bruožų.

Gruodžio pranešime TOK taip pat išreiškė galimybę įtraukti žaidimus, kuriuose naudojama virtualioji arba papildyta realybė, kad žaidimo metu būtų galima pridėti fizinį komponentą.

„TOK įžvelgia didelį bendradarbiavimo ir e. sporto įtraukimo į sporto judėjimą potencialą. Daugybė sporto imitacijų tampa fiziškesnės dėl virtualiosios ir papildytosios realybės, kurios atkartoja tradicines sporto šakas“, – teigta pranešime.

Būtent apie virtualiosios realybės priemones ir revoliucinius sprendimus daug kalba 2024 m. Paryžiaus žaidynių organizatoriai. Su šūkiu „Virtual and Connected“ prancūzai žada olimpinėje istorijoje dar neregėtą sirgalių įtraukimą į varžybas. Pavyzdžiui, planuojama Paryžiuje surengti mėgėjams skirtą masinį maratono bėgimą tą pačią dieną ir toje pačioje trasoje, kad šie pajustų tai, ką jaučia olimpiečiai.

„Pirmą kartą istorijoje olimpinės varžybos bus atviros tau. Paryžiaus žaidynių organizatoriai rengia revoliuciją žaidynių istorijoje. Tapk aktoriumi, o ne žiūrovu. Dalyvauk maratone, kitose varžybose kaip olimpietis. Tą pačią dieną, tomis pačiomis sąlygomis“, – tokia žinute tviteryje pasidalijo Paryžiaus žaidynių organizatoriai.

O ką jau kalbėti apie virtualiosios realybės pritaikymo galimybes. Pasaulinė buriavimo federacija viena pirmųjų pasiūlė virtualios regatos koncepciją. 2018 m. ji surengė pirmąjį e. buriavimo pasaulio čempionatą, o vykdomasis direktorius Andy Huntas pareiškė, kad kiekviena federacija privalėtų turėti savo e. sporto strategiją.

„Būtų nuostabu ateityje pamatyti sirgalius, besivaržančius su olimpiniais atletais“, – pridūrė skaitydamas pranešimą Lozanoje. ▶



UŽ AR PRIEŠ?

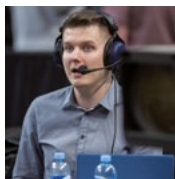
Danas Rapšys, plaukikas, olimpietis

„Manau, į olimpinę programą nereikėtų įtraukti e. sporto. Turėtų vykti atskiri e. sporto čempionatai, kurie rengiami ir dabar. Juk olimpinėje programoje viskas susiję su labai dideliu raumenų darbu, atletizmu, ko nėra e. sporte. Manau, plaukikai e. sporto įtraukimą į olimpinę programą vertintų neigiamai, nors dauguma jų žaidžia, kaip ir aš. Būti profesionaliu e. sportininku yra sunku – reikia labai geros reakcijos, greito mąstymo, tačiau šis sportas neturėtų būti olimpinėse žaidynėse.“



Rytis Vyšniauskas, sporto apžvalgininkas, komentatorius

„Esu prieš. Manau, kad e. sportas laisvai gali turėti savo olimpinį žaidynių interpretaciją ir tai galėtų būti tikrai sėkmingas projektas. Bet jei kalbame apie e. sportą tikrose žaidynėse, tai pirmiau olimpinę idėją reikėtų kelti apie tradicijas turinčias sporto šakas, tokias kaip šachmatai ar smiginis. E. sportas yra patrauklus, turi didelę auditoriją, kuri nuolat plečiasi. E. sporto įtraukimas į olimpinės žaidynes sulauktų nemažo susidomėjimo, bet kartu sukeltų didelę skepticizmo bangą. Tai būtų suprantama.“



Manau, logiška kelti klausimą, kur yra riba tarp sporto ir ne sporto. Kartu labai teigiamai reaguojau į e. sporto plėtrą, tai įdomus procesas. Dabar jau gan aiškiai susiformavusi riba tarp profesionalių žaidėjų ir tiesiog mėgėjų. Manau, žmonės ėmė suprasti, kad tai nėra tiesiog mygtukų spaudinėjimas, kur bet kas gali žaisti ir laimėti. Norint tapti e. sporto profesionalu, reikia labai daug dirbti, reikia stiprių intelektinių gebėjimų ir tai nėra lengvas kelias. Tačiau bet kokius gretinimus ir lyginimus su sportu vertinu skeptiškai. Džiugu, kad krepšinio ir futbolo klubai atkreipė dėmesį į

elektroninį sportą ir turi atskiras sekcijas – tai komerciškai naudingas žingsnis, bet nemanau, kad virtualus futbolas arba krepšinis išstums ir perraugis tikrąjį žaidimą. Labiau tai matau kaip abiem pusėms naudingą bendradarbiavimą nei konkurenciją. Ir netikiu, kad profesionalūs „geimeriai“ taps visateisiais olimpiečiais.“

Erikas Kirvelaitis, Prienų „CBet“ komunikacijos ir e. sporto padalinio vadovas

„Manau, kad e. sportas anksčiau ar vėliau taps olimpinio sporto dalimi. Vien tai, kad e. sportas yra globali veikla, kuria užsiima ir domisi milijonai žmonių, rodo milžinišką potencialą. Nors dabar e. sportas ir olimpinės žaidynės skamba kaip nieko bendra neturintys ir atskirai veikiančios vienetai, neabejoju, jog ateityje jie suvienys jėgas. Tai gali įvykti dėl begalės priežasčių, tačiau viena pagrindinių – nesustabdomas e. sporto augimas. E. sportas patrauklus universalumu ir suteikiama galimybe suvienyti žmones. Tai artima olimpinėms vertybėms. Juo užsiimti gali visi – nuo paties mažiausio iki vyriausio, nepriklausomai nuo lyties, amžiaus, fizinių duomenų, galimybių ar gebėjimų. Būtent toks e. sporto prieinamumas ir universalumas suteikia jam žavesio, o olimpiniam judėjimui atveria visiškai naujas, dar nepalietas erdves. Olimpinio komiteto atsargumas e. sporto atžvilgiu, manau, yra suprantamas – juk tai dar labai jauna sporto šaka. Vis dėlto, pasauliui vis liberalėjant, netgi fantastinio žanro žaidimams, dabar negaunantiems pripažinimo, ateityje, manau, taip pat bus uždegta žalia šviesa.“



Neabejoju, kad ir Lietuvai būtų naudinga, jeigu e. sportas taptų olimpinio sporto dalimi. Su e. sportu susipažinusių ir juo besidominčių jaunuolių Lietuvoje labai daug. Nors profesionalus e. sportas Lietuvoje dar tik žengia pirmuosius žingsnius, jo įtraukimas į olimpinę programą, manau, atvertų lietuviams papildomų galimybių.“

ŽAIDYNIŲ VEIKLOS – INTERNETE

NORS LIETUVOS MAŽŪJŲ ŽAIDYNĖS DĖL KORONAVIRUSO PANDEMIJOS BUVO SUSTABDYTOS, ŽAIDYNIŲ DALYVIAMS VEIKLOS NETRŪKSTA. ORGANIZATORIAI DIDŽIAUSIĄ LIETUVOJE IKIMOKYKLINIO UGDYMO VAIKAMS SKIRTĄ PROJEKTĄ PERKĖLĖ Į INTERNETINĘ ERDVĘ.



LTOK nuotr.

2019 m. mažųjų žaidynių akimirka

Žaidynių paskyrose socialiniuose tinkluose „Facebook“ ir „Instagram“ organizatoriai ne tik dalijasi idėjomis, kaip saugiai sportuoti karantino metu, bet ir skatina aktyvų bendruomenės įsitraukimą.

Visą balandžio mėnesį projekte dalyvaujančių ikimokyklinio ugdymo įstaigų specialistai buvo kviečiami išbandyti jėgas konkurse „Pedagogo rekomendacija“. Akcijos dalyviai turėjo įrašyti ne daugiau nei 4 minučių vaizdo rekomendaciją, kuri padėtų ikimokyklinio amžiaus vaikams mankštintis ir užsiimti aktyvia veikla namuose.

Šeimos taip pat kviečiamos dalyvauti „Pieno kokteilio iššūkio“ ir „Šeimos estafetės“ konkursuose. „Pieno kokteilio iššūkis“ – visa-

me pasaulyje išpopuliarėjęs žaidimas, padedantis gerinti koordinaciją, stiprinantis socialinius ryšius bei suteikiantis gerų emocijų.

Lietuvos mažųjų žaidynių bendruomenės nariai taip pat aktyviai kuria ir filmuoja estafetes namuose, kuriose dalyvauja visa šeima. Puikų pavyzdį parodė olimpietis baidarininkas Aurimas Lankas, penkerių sūnui Aretui namie įrengęs tikrą estafečių trasą.

Gegužės mėnesį vaikai kviečiami dalyvauti piešinių konkurse „Ažuolas ir draugai“ ir pasitelkę fantaziją kuo kūrybiškiau pavaizduoti „LTeam“ talismaną Ažuolą.

Konkursai vyksta Lietuvos mažųjų žaidynių paskyroje feisbuke. Daugiau informacijos apie konkursus rasite projekto feisbuko paskyroje ir www.mazujuzaidynes.lt.

„SVAJONIŲ KOMANDŲ“ SUSITIKIMAI

2017–2020 m. Klaipėdos regione įgyvendinamas projektas „Svajonių komandos“. Jo tikslas – per sportines veiklas ugdyti mokinių lyderystę, organizacinius gebėjimus, darbo komandoje įgūdžius, pedagogams suteikti žinių ir gebėjimų, reikalingų XXI amžiaus kompetencijoms ir olimpinėms vertybėms ugdyti, taip pat skatinti Klaipėdos regiono mokyklų bendradarbiavimą.

Šio projekto komandos vasario–kovo mėn. pasirinko ir suplanavo edukacinius užsiėmimus šiomis temomis: „Sportas – priemonė lauzyti stereotipus“, „Lyčių lygybė“, „Aplinkosauga“ ir kt. Edukacinių užsiėmimų tikslas – naudojant sportą kaip priemonę supažindinti užsiėmimo dalyvius su jaunųjų lyderių pasirinkta

tema, jos aktualumu visuomenei.

Dėl šalyje paskelbto karantino ir nuotoliniu būdu organizuojamo ugdymo proceso susitikimus buvo nuspręsta rengti taip pat nuotoliniu būdu. Šešių susitikimų metu mokiniai pristatė savo kurtus edukacinius užsiėmimus, projekto komanda suteikė naudingų rekomendacijų. Susitikimuose kartu su mokiniais dalyvavo ir pedagogai. Taip pat buvo aptarta pasikeitusi tolesnė projekto eiga. Daugelis projekto veiklų planuojamos rudenį.

Projektą „Svajonių komandos“ įgyvendina Britų taryba Lietuvoje kartu su LTOK.



LTOk archyvo nuotr.

KEIČIASI OLIMPINĖS DIENOS DATA

30 metų gyvuojanti tradicija nutrūko: dėl koronaviruso grėsmės LTOk pakoregavo didžiausios šalyje sporto šventės planus – 2020 m. Olimpinė diena, kaip buvo numatyta anksčiau, birželio 13 d. Vilniuje nevyks. Bet tai nereiškia, kad Lietuvoje tradicine tapusi sporto šventė šiemet apskritai nebus surengta – svarstomi įvairūs galimi scenarijai.

„Kartu su šių metų Olimpinės dienos šeimininke Vilniaus miesto savivaldybe svarstome tiek apie datos pakeitimą, tiek apie šventės perkėlimą į virtualią erdvę. Viskas priklausys nuo viruso plitimo ir Vyriausybės nutarimų renginių atžvilgiu. Nuspręsimė remdamiesi rekomendacijomis“, – sakė renginį organizuojančio Lietuvos olimpinio fondo direktorius Mantas Marcinkevičius.

Tarptautinė olimpinė diena kasmet švenčiama birželio 23-iają, minint Tarptautinio olimpinio komiteto įkūrimą 1894 m. Lietuvoje Olimpinė diena švenčiama nuo 1989-ųjų, o pastaraisiais metais šis renginys sulaukia didžiulio populiarumo ir itin daug dalyvių bei žiūrovų. Pernai per Olimpinę dieną buvo pagerintas lankomumo rekordas – uostamiestyje šimtą nemokamų veiklų išbandė, turnyrus ir varžybas stebėjo bei Monique koncerto klausėsi apie 30 tūkst. dalyvių. Be Vilniaus ir Klaipėdos, LTOk ir LOF organizuojama Olimpinė diena jau vyko Kaune, Alytuje, Šiauliuose ir Panevėžyje.

NUOTRAUKOJE: 2019 m. Olimpinės dienos akimirka

PRATĘSTA REGISTRACIJA

„LTeam START UP GOES GREEN“ programos vykdytojai nusprendė paraiškų registraciją pratęsti iki spalio 30 d. Projektus gali registruoti visi juridiniai asmenys, turintys paramos gavėjo statusą. Paraiškas jau pateikusiems to pakartotinai daryti nereikia. Taip pat nėra privaloma tikslinti veiklų datų, nes gavus finansavimą jas bus galima koreguoti.

Programos vykdymo laikotarpis: 2021 m. sausio 1 d. – 2021 m. gruodžio 31 d. Nugalėtojai bus paskelbti lapkričio 27 d. interneto svetainėje LTeam.lt.

Registracijos forma: <http://bit.do/lteam-startup2020>.

Debiutiniais metais daugiau nei 300 paraiškų sulaukusi „LTeam START UP“ programa šiemet startavo su naują misiją pabrėžiančiu pavadinimu – „LTeam START UP GOES GREEN“. Lietuvos tautinis olimpinis komitetas ir Lietuvos olimpinis fondas šiemet ne tik ragina organizuoti aktyvią fizinę veiklą skatinančius renginius, bet skatina tai daryti tausojant gamtą.

„LTeam START UP GOES GREEN“ programa skirta visiems, kurie įgyvendina įvairių rūšių laisvalaikio veiklas, masinius renginius, susijusius su fiziniu aktyvumu.

Pagrindiniai programos kriterijai: dėmesys aplinkosaugos

problemoms ir tvarumui, dalyvių ir žiūrovų skaičius, fizinio aktyvumo skatinimas, netipinių ir naujų fizinio aktyvumo formų, bendruomenės įtraukimas, ankstesnė patirtis ir tolesnės plėtros galimybė. Paraiškos, kuriose nebus aiškiai aprašytas renginio tvarumo ar aplinkosaugos planas, nebus svarstomos.

Mažiausia piniginė parama 1000, didžiausia – net 5000 eurų. Iš viso projektams finansuoti bus skirti 25 tūkst. eurų.

Projektai bus atrinkami dviem etapais: pirmajame gautos paraiškos bus įvertintos programos komiteto, kurį sudarys kompetentingi asmenys iš sporto bendruomenės (olimpiečiai, žurnalistai, sporto specialistai), o į antrąjį pateks tik geriausi projektai – jų autoriai bus kviečiami savo idėjas komitetui pristatyti gyvai.

Į projektų aprašymus, o vėliau juos įgyvendinant privaloma integruoti „LTeam“ ir LTOk logotipus. Kiekvienas finansinės paramos gavėjas, įvykdęs projektą, per 30 kalendorinių dienų privalės pateikti projekto ataskaitą.

Šių metų programoje negali dalyvauti organizacijos, nepateikusios ataskaitų už anksčiau gautą paramą pagal „LTeam START UP“ programą.

NEĮPRASTAS OLIMPINĖS MYLIOS BĖGIMAS



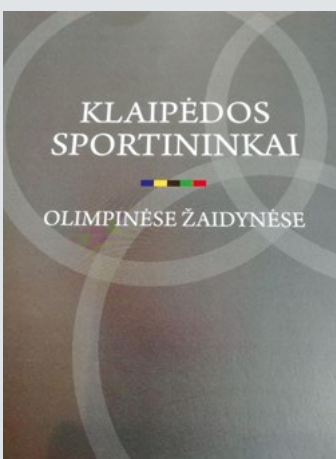
Tarptautinė olimpinė diena Lietuvoje šiemet bus paminėta neįprastai – virtualiu bėgimu. Birželio 23 d. sporto entuziastai, bėgte įveikę lietuvišką olimpinę mylią – 1988 metrus – ir savo pasiekimu pasidalinę socialiniuose tinkluose, galės laimėti prizų.

„Prisitaikdami prie mokslo metų pabaigos Lietuvoje Tarptautinę olimpinę dieną minėdavome šiek tiek anksčiau nei oficiali jos data. Šiemet, susiklosčius tokioms aplinkybėms, nusprendėme sportiškai šią šventę paminėti kartu su visu pasauliu bei nepamiršti visų saugumo priemonių, – sakė Lietuvos olimpinio fondo direktorius Mantas Marcinkevičius. – Organizuojame virtualų bėgimą, kuriame dalyvauti ir laimėti galės kiekvienas.“

Daugiau informacijos apie virtualias bėgimo varžybas bus *ltok.lt* svetainėje.

SUKAKTUVININKO KNYGA

Ilgametis respublikinių ir tarptautinių lengvosios atletikos varžybų teisėjas, Klaipėdos sporto istorijos puoselėtojas, proginių ekspozicijų ir parodų rengėjas Algirdas Plungė vasario pabaigoje su draugais paminėjo 80-metį. Šiai gražiai sukakčiai pats sukaktuvininkas pasirūpino puikia dovana – išleido knygą „Klaipėdos sportininkai olimpinėse žaidynėse“.



LOA nuotr.

PLANUOTI RENGINIAI NUKELTI

Vasario 21 d. Vytauto Didžiojo universiteto Švietimo akademijoje vykusiamie Lietuvos olimpinės akademijos ataskaitiniai suvažiavimai buvo patvirtinti 2020 m. akademijos veiklos planas. Jis buvo ambicingas, nes tai darbai, kuriuos reikėjo atlikti prieš 2021-ųjų ataskaitinį rinkimų suvažiavimą.

Patvirtindami šių metų veiklos planus dar nežinojome, kad mūsų visų laukia netikėti didžiuliai iššūkiai – visą pasaulį apėmusi pandemija. Ji kai kuriuos planuotus renginius nukėlė į periodą po karantino. Nemažai reikalų padeda išspręsti internetas. Jau vyksta fotokonkursas studentams, bendraujame su socialiniais partneriais, LOA interneto svetainėje pateikiame informaciją apie mūsų veiklą. Renkame medžiagą žurnalui „Sporto mokslas“, dalyvaujame ekspertinėje veikloje.

Deja, dauguma planuotų renginių nukelti vėlesniam laikui: jaunimo stovykla „Olimpinės vertybės studentų gyvenime“, treneriams skirtas seminaras „Olimpinis ugdymas neformaliajame švietime“,

paskaita-seminaras „Sporto vertybės: ar sportuodamas galiu būti geresnis?“, LOA sesija studentams, judrusis protmūšis Lietuvos studentų festivalyje, užsiėmimai Trečiojo amžiaus universiteto studentams, parodos olimpinės istorijos tema ir kiti renginiai. Planuojame bendrus renginius su Lietuvos mokslų akademija ir Mokslininkų sąjunga. Beje, visus metus vyksta konkursas „Už olimpinę idėjų sklaidą Lietuvoje“ LOA akademiko prof. Povilo Karoblio prizui laimėti.

Atšaukta Tarptautinės olimpinės akademijos 16-oji sesija nacionalinių olimpinė akademijų prezidentams bei direktoriams Olimpijoje, nežinia kada vyks 13-oji Baltijos šalių sporto mokslo konferencija (planuota 2020 m. balandžio 23–24 d. Palenkės Bialoje, Lenkijoje), kiti tarptautiniai renginiai.

Mes turime surengti tuos renginius, kuriuos šiomis aplinkybėmis galime. Tai mūsų pareiga. Kaip sakė Konfucijus, pareiga – tai daugumas to, kas būtina!

Dr. Artūras Poviliūnas
LOA prezidentas

OLIMPINĖ KREPŠINIO ATRANKA – KITAMET

Šiemet Kaune planuotas olimpinis vyrų krepšinio atrankos turnyras neįvyks. FIBA nusprendė jį perkelti į tuos pačius metus, kai vyks ir Tokijo olimpinės žaidynės – į 2021-uosius. 2021 m. turėjęs vykti Europos čempionatas nukeltas į 2022-uosius.

Keturi olimpiniai atrankos turnyrai šių

metų birželio 23–28 d. turėjo vykti Kaune, Viktorijoje (Kanada), Splite (Kroatija) ir Belgrade (Serbija). Nuspręsta juos rengti kitais metais tarp birželio 22 ir liepos 4 d. Tikslios datos bus numatytos vėliau. Tik turnyrų nugalėtojai rungtyniaus olimpinėse žaidynėse.

VIRTUALUS KOLEKCININKŲ SUSIRINKIMAS

Lietuvos olimpinė kolekcininkų asociacija (LOKA) surengė visuotinį narių susirinkimą internetu. LOKA prezidentas Juozas Širvinskas ir jo pavaduotojas Kęstutis Skerys visiems nariams į elektroninius paštus išsiuntė aiškinamuosius raštus ir 2019 m. asociacijos veiklos ataskaitą apie atliktus darbus, panaudotas lėšas bei šiemet planuojamus renginius.

Pernai LTOK ir LOKA iniciatyva 300 egzempliorių tiražu išleista knyga „Atkurto Lietuvos olimpinio komiteto 30 metų (1988–2018) jubiliejus kolekcininkų žvilgsniu“. Jos sudarytojai – LOKA nariai K. Skerys, LTOK patarėjas Algimantas Gudiškis, LOKA generalinis sekretorius Rimantas Džiautas bei LOKA narys Jonas Načiūnas.

2019 m. LOKA nariai su stendais dalyvavo parodoje „Adventuras“, XX tarptautinėje Vilniaus knygų mugėje, Olimpinės dienos renginyje Klaipėdoje, Varšuvoje vykusioje 25-ojoje pasaulinėje AICO kolekcininkų mugėje, skirtoje Lenkijos olimpinio komiteto šimtmečiui paminėti. Išleistas LOKA 2020 m. kalendorius.

Šiemet planuojama išleisti pernykštės LTOK 30-mečio jubiliejui skirtos didelio populiarumo sulaukusios knygos papildomą tiražą, surengti parodą, skirtą Tokijo olimpinėms žaidynėms, aplankyti Joniškio krepšinio muziejų, Šiauliuose apžiūrėti LOKA nario Vyginto Ališausko parodą.

LOKA nariai vieningai pritarė ataskaitai ir šių metų planui.

NUOTRAUKOJE: Knyga „Atkurto Lietuvos olimpinio komiteto 30 metų (1988–2018) jubiliejus kolekcininkų žvilgsniu“



LTOK archyvo nuotr.



ARENŲ TUŠTĖJIMO METAS

Trečius metus rengiamo Lietuvos sporto žurnalistų federacijos Mėnesio sporto nuotraukos konkurso trečiuoju šių metų laureatu tapo fotografas Vytautas Kuralavičius.

Marijampolietis konkurso organizatoriams atsiuntė tuščios Marijampolės „Hikvision“ arenas nuotrauką. Nauja šių dienų sunkmečio tema.

4F

OFICIALUS RĖMĖJAS



LIETUVOS
OLIMPINĖ
KOMANDA

WILFREDO
LEON X 4F

**THAT'S
MY WAY!
WHAT'S
YOURS?**

MŪSŲ PARDUOTUVĖS

PPC „AKROPOLIS“, KAUNAS
PLC „PANORAMA“, VILNIUS
PPC „AKROPOLIS“, ŠIAULIAI
PPC „AKROPOLIS“, KLAIPĖDA
PPC „OZAS“, VILNIUS



4fstore.lt

4fitlithuania

4f_official



PerlasGo

MOKĖKITE NEMOKAMAI!*



*Nulis paslaugų mokesčių, apmokant sąskaitas **Perlas Go** programėle. Apmokėkite sąskaitas už vandenį, dujas, elektrą, šildymą, internetą, darželius, taip pat rinkliavas VMI, **Sodrai** ir t.t. nemokamai! Nuskenуйте QR kodą ir atsisiųskite programėlę.

