

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

OLIMPINĖ PANORAMA

2021 M. BIRŽELIS NR. 6 (142)



Į TOKIJĄ – 37 LIETUVOS ATLETAI

TOKIJO OLIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ ATRANKA BAIGĖSI. KAI KURIE LIETUVOS SPORTININKAI JAU KURIASI JAPONIJOJE. TEN VIENA PIRMŪJŲ IŠVYKSTA IR KLUOTOJŲ RINKTINĖ



WWW.LTOK.LT



DALYVAUJI LOTERIJOSE – VAŽIUOJI KARTU

8% nuo loterijos bilieto kainos keliauja
Lietuvos olimpiniam sportui

#IšviensuLTeam



viking
lotto

EURO
JACKPOT



Keno
LOTO



5

SKAITYTOJAMS
LTOK PREZIDENTĖS MINTYS



6

TOKIJAS 2020
PASIVYTI LAIKĄ

10

ATRANKA
SUDUŽUSI SVAJONĖ

12

RENGINYS
OLIMPINĖ DIENA TRUKO NET SAVAITĘ

16

KOLEKCIININKAMS
ANT MONETOS – IRKLUOTOJŲ KETURVIETĖ

17

EOK
ĮVERTINIMAS LIETUVAI



18

IŠ ARTI
LIETUVIAI GALI VISKĄ

20

ŽVILGSNIS
Į TOKIJĄ – SU DVIEM AUKLĖTINIAIS

22

PROGRAMA
„OLIMPINĖS KARTOS“ BANGA RITASI VIS
PLAČIAU



24

ANTIDOPINGAS
DAUGIAU GREIČIO, MAŽIAU POPIERIAUS

27

AR ŽINOTE, KAD
OLIMPINĖS ISTORIJOS MARGUMYNAI

28

TEISĖJAS
KETVIRTOSIOS OLIMPINĖS, BET KITOKIOS



30

TALENTAI
SKIRTINGOS IDENTIŠKOS DVYNĖS

32

KRONIKA
LTOK ĮVYKIŲ DIENORAŠTIS

34

**SKAITAU, ŽIŪRIU,
KLAUSAU**
GILINASI Į PSICHOLOGIJOS PASLAPTIS



VIRŠELYJE

Lietuvos irklavimo
olimpinė rinktinė

Manto Stankevičiaus nuotr.

REDAKTORIUS

Marius Grinbergas

AUTORIAI

Birutė Pakėnaitė
Vaidas Čeponis
Laima Stundžaitė
Lina Motuzytė
Mantas Stankevičius
Marytė Marcinkevičiūtė
Bronius Čekanauskas
Julius Bliūdžius
Inga Jarmalaitė
Algis Balsys
Dominykas Genevičius

FOTOGRAFAI

Alfredas Pliadis
Elvis Žaldaris

KALBOS REDAKTORĖ

Inga Necelienė

MAKETUOTOJAS

Artūras Gimžauskas

KONTAKTAI

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

INTERNETO SVETAINĖ

www.ltok.lt

Online ISSN 2351-5899

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

 **EURO
VAISTINĖ**

jauskitės gerai



**OLIMPINĖS
KOMANDOS
VAISTINĖ**



**JEI SIRGTI,
TAI TIK UŽ LIETUVĄ!**

MŪSŲ SPORTE BŪTINOS PERMAINOS

VOS PO KELIŲ SAVAIČIŲ TOKIJO OLIMPINIAME STADIONE BUS IŠKILMINGAI UŽDEGTA OLIMPINĖ UGNIS, SKELBSIANTI XXXII OLIMPIADOS ŽAIDYNIŲ STARTĄ. PIRMIEJI LIETUVOS SPORTININKAI Į JAPONIJĄ JAU IŠVYKO, KITI RUOŠIASI KELIOLIKA VALANDŲ TRUKSIANČIAM SKRYDŽIUI. APIE LIETUVOS DELEGACIJĄ TOKIJUJE „OLIMPINĖ PANORAMA“ KALBĖJOSI SU OLIMPINE ČEMPIONE, LTOK PREZIDENTE DAINA GUDZINEVIČIŪTE.

Lietuvos olimpinėje rinktinėje – vos 37 sportininkai. Tai mažiausia delegacija nepriklausomybę atgavusios Lietuvos istorijoje. Esate nusivylusi?

Ne tas žodis. Tai – katastrofa. Neįtikėtina, kad Lietuvai sparčiai žengiant į priekį, mokslo ir medicinos sritims tobulėjant bei augant galimybėms mūsų sportininkų į olimpines žaidynes vyksta kone perpus mažiau. O juk turėtų būti atvirkščiai.

Esu labai nusivylusi. Jau prieš kelerius metus prognozavome, kad sunaikinus centralizuotą sportininkų rengimo sistemą ir atėmus iš Lietuvos olimpinio sporto centro medicininio ir moklinio aptarnavimo funkcijas Lietuvos olimpinė rinktinė stipriai sumažės.

Taip ir įvyko, kai už pasirėngimą liko atsakingos tik federacijos, kurios dažnai tiesiog neturi resursų tokio lygio paslaugoms, kokios būtinos geriausiems sportininkams, užtikrinti. Akivaizdu, kad mūsų sporte būtinos permainos. Ir kuo greičiau, tuo geriau.

Pirmieji Lietuvos delegacijos nariai jau išvyko į Japoniją. Kaip jiems pavyko įsikurti?

Kadangi į olimpinį kaimelį sportininkai bus įleidžiami tik likus penkioms dienoms iki pirmojo starto, didžioji dalis olimpinės rinktinės kelionę Japonijoje pradeda aklimatizacijos stovykla Hiracukoje, kuri yra valanda kelio nuo Tokijo. Todėl jau liepos pradžioje ten išvyko LTOK sporto direktijos atstovai. Jų tikslas – užtikrinti, kad sportininkams būtų sudarytos geriausios sąlygos.

Hiracuką pasiekė ir pirmieji sportininkai – liepos 6-ąją į Japoniją išskrido plaukimo rinktinė. Išskrido neįprastai tyliai. Dėl epidemiologinės situacijos saugodami atletus nerengėme tradicinių išlydėtuvių į žaidynes. Sportininkų ir aptarnaujančio personalo saugumas – pagrindinis prioritetas.

Kiek žinau, plaukikai įsikūrė sklandžiai ir jau pradėjo treniruotis visai šalia viešbučio esančioje sporto bazėje.

Kokios jūsų, kaip Tarptautinio olimpinio komiteto narės, pareigos laukia Tokijuje?

Liepos 20–21 d. Tokijuje vyks 138-oji TOK sesija. Pirmoji po ilgos pertraukos, kurioje TOK nariai susitiks gyvai. Turbūt pagrindinis sesijos akcentas – patvirtinti Brisbaną 2032 m. olimpinį žaidynių sostinę.

Taip pat tradiciškai TOK nariai privalo dalyvauti olimpinį žaidynių apdovanojimų ceremonijoje bei užkabinti nugalėtojams



Martyno Mazeikos nuotr.

medalius. Tiesa, dėl epidemiologinės padėties antrosios tradicijos turbūt bus atsisakyta, bet pareiga dalyvauti apdovanojimų ceremonijoje liks. Labai norėčiau, kad man tektų laimėti sveikinti mūsų sportininkus.

Vis dėlto svarbiausias mano, kaip LTOK prezidentės ir Lietuvos delegacijos vadovės, tikslas Tokijuje – palaikyti mūsų sportininkus. Sirgaliai iš užsienio į žaidynių arenas įleidžiami nebus, todėl stengsiuosi aplankyti kuo daugiau varžybų, kad mūsų atletai tribūnoje matytų Lietuvos vėliavą ir jaustų palaikymą.

Arenose mūsų sportininkus palaikys ir Lietuvos ambasados Japonijoje darbuotojai bei Hiracukos gyventojai. Esame jiems dėkingi ne tik už suteiktas sąlygas treniruotis prieš žaidynes, bet ir už nuoširdų mūsų atletų palaikymą.

Kalbino Lina Motužytė



PASIVYTI LAIKĄ

LIEPOS 23-IAJĄ PRASIDĖSIANČIOS TOKIJO OLIMPINĖS ŽAIDYNĖS NEABEJOTINAI BŪS KITOKIOS, NEI BŪTŲ BUVUSIOS PRIEŠ METUS. TUO ĮSITIKINĘ SPORTO MOKSLININKĄŠ GENADIJUS SOKOLOVAS IR SPORTO PSICHOLOGĄ ANDRIUS LIACHOVIČIUS. BET ŽIŪROVAI DĖL TO TIK LAIMĖS, MAT KAI DAUG KO NEJMANOMA PROGNOZUOTI, TOKIJO ŽAIDYNĖS KAIP JOKIOS KITOS BŪS IŠSKIRTINĖS IR SAVO NENUSPĖJAMUMU.

BIRUTĖ PAKĖNAITĖ

Tokijo olimpinės žaidynės dar neprasidėjusios tapo istorinės. Nors kelios olimpinės žaidynės dėl karo buvo atšauktos, dar nė karto jos nebuvo nukeltos. Pasaulinė COVID-19 pandemija visus privertė išmokti gyventi kitaip. Sportininkai irgi turėjo rasti būdų prisitaikyti prie naujos realybės, pasikeitė ir paprastai žaidynių ciklu dėliojamas jų tvarkaraštis. Tačiau vieneri papildomi metai iki žaidynių – ne tik skaičiai kalendoriuje. Tai – ir naujos svarbiausio sporto renginio spalvos.

Praėjusių metų pradžioje pasaulis sustojo, kai iš Kinijos atkeliavęs pavojingas koronavirusas pradėjo šienauti gyvybes. Valstybės užvėrė sienas, buvo atšaukti sporto, kultūros, pramogų renginiai, specialistai paliko savo darbo vietas ir pradėjo dirbti iš namų, kad bent taip pabandytų apsisaugoti nuo žaibiškai plintančio viruso. Ištuštėjo ir stadionai, arenos, baseinai, o treniruočių ir varžybų ritmu gyventi įpratę sportininkai buvo priversti ieškoti būdų treniruotis savarankiškai, mat kurį laiką ne tik neturėjo bazių, bet ir galimybių susitikti su treneriais.

Į neeilinę situaciją sureagavo Tarptautinis olimpinis komitetas ir 2020 m. kovą pranešė, kad Tokijo žaidynės nukeliamos metams. Buvo sportininkų, kurie jau turėjo kelialapius ir lėktuvo bilietus į šias žaidynes, buvo tokių, kuriems galimybė jose pasirodyti atro-

dė ranka pasiekama, kai kurie sąžiningai dirbo su reabilitologais, kad iki kelionės į Tokiją spėtų išsigydyti traumas. Papildomi metai viską pakeitė.

Vieniems jie tapo proga išsilaikyti žaizdas ir persikrauti. Kitiems atsirado grėsmė perdegti. Tretieji pagriebė siūlo galą ir įšoko į olimpinį žaidynių traukinį, nors prieš metus tai atrodė neįmanoma.

NELIKO AIŠKIŲ FAVORITŲ

Liaudies patarlė byloja, kad nėra to blogo, kas neišeitų į gera. Tad ir papildomi metai iki žaidynių tapo proga geriau joms pasirengti.

„Per šiuos metus visuomenė daugiau sužinojo apie pavojingą virusą, išmoko saugotis. Sportininkai irgi įgijo daugiau galimybių apsisaugoti bei dalyvauti varžybose. Dar prieš metus buvo daugiau šansų, kad užsikrėtęs koronavirusu iš viso negalėsi startuoti“, – pastebi sporto psichologas A.Liachovičius ir priduria, kad dauguma olimpinėse žaidynėse dalyvausiančių sportininkų bus paskiepyti, tad ir psichologiškai jausis saugesni.

Apskritai Tokijo žaidynės, matyt, bus viena saugiausių vietų Žemėje, mat apsisaugoti nuo COVID-19 per jas bus skiriamas išskirtinis dėmesys.



Evljo Žaldario nuotr.

G.Sokolovas (viduryje) patarimus dalija ir Lietuvos sportininkams. Nuotraukoje – su šiuolaikinės penkiakovės olimpine čempione L.Asadauskaite-Zadneprovskiene ir jos vyru bei treneriu A.Zadneprovskiu

Daugiau kaip du dešimtmečius JAV gyvenantis ir daugiausia su Amerikos sporto ir ypač plaukimo žvaigždėmis dirbantis G.Sokolovas pastebi, kad papildomi metai iki žaidynių – ir galimybė išsilaikyti žaizdas bei pagerinti savo rezultatus.

„Buvo sportininkų, kurie per metus smarkiai patobulėjo ir pakliuvo į žaidynes, nors dar pernai apie tai net svajoti negalėjo. Pavyzdžiui, kelios jaunos Amerikos plaukimo žvaigždės sužibo tik 2021-aisiais, nors dar 2020 m. būtų neturėjusios galimybių dalyvauti Tokijo žaidynėse“, – pateikia pavyzdį G.Sokolovas.

Amerikoje dirbančiam sporto mokslininkui antrina Lietuvos atletų psichologine sveikata besirūpinantis A.Liachovičius. Pasak jo, sportininkai, kurie prieš metus dar nebuvo pakankamai subrendę dalyvauti žaidynėse, gavo daugiau laiko, o kai kurie taip sparčiai tobulėjo, kad dabar jau gali būti priskiriami prie favoritų.

„Apskritai per šias žaidynes jau itin sunku prognozuoti, kas bus konkrečių rungčių favoritai, nes daug kas priklausys nuo to, kokiomis sąlygomis sportininkai iki žaidynių treniravosi. Realiai mes nežinome, kas kokiomis sąlygomis treniravosi per karantiną, tad nežinome, ir kokios sportinės formos bus.“

Lygiai taip pat nežinome, kaip kuris sportininkas bus pasirengęs psichologiškai, o psichologinis pasirengimas per šias žaidynes bus itin svarbus, nes siekiant apsaugoti nuo koronaviruso Tokijoje atletai negalės naudotis įprastais dalykais. Pavyzdžiui, norėdami atsikratyti įtampas, išeiti pasivaikščioti po miestą.

Bet dėl to žaidynės bus tik įdomesnės. Ir patiems sportininkams, nes nelieka aiškių favoritų, ir juolab – žiūrovams“, – įsitikinęs A.Liachovičius.

Dar vienas svarbus teigiamas veiksnys, sporto psichologo pastebėjimu, yra tas, kad iki 2024 m. Paryžiaus olimpinė žaidynių liko vos treji metai.

„Kai kalbuosi su sportininkais, kartais suprantu, kad jie užsimiršta ir skaičiuoja, jog iki kitų žaidynių liko ketveri metai, mat Tokijo žaidynės, nors ir metams atidėtos, vis dar vadinamos 2020-ųjų. Tačiau liko jau tik treji metai“, – primena A.Liachovičius.

DIRBA SU GARSIAUSIAIS ATLETAIS

Sporto mokslininkas G.Sokolovas dirbti į Jungtines Valstijas išvyko šio amžiaus pradžioje – 2000-aisiais. Jis aštuonerius metus vadovavo JAV plaukimo federacijos fiziologijos ir sporto mokslo departamentui, rūpinasi JAV plaukikais, vandensvydininkais, triatlonininkais.

Mokslininkas sukūrė išskirtinę tyrimų metodiką, tad jo patarimų prašo garsiausi pasaulio vandens sporto meistrai. Tarp jų buvo ir legendinis JAV plaukikas, tituluočiausias visų laikų olimpietis

Michaelas Phelpsas, kuris iš viso iškovojo 28 olimpinis medalius, 23 iš jų – aukso.

G.Sokolovas padeda sportininkams taisyti technikos klaidas, tobulina jų treniruočių procesą, o treneriams skaito paskaitas apie sportininkų rengimą ir praktinį sporto mokslo pritaikymą.

Mokslininkas bendradarbiauja ir su Lietuvos plaukimo federacija. Kolorado Springso plaukimo centre G.Sokolovas nuolat testuodavo geriausias mūsų šalies plaukikus.

„Gyvenu aukso amžių, kai galiu sau leisti daryti projektus, kuriuos mėgstu ir kurie reikalingi treneriams ir sportininkams. Mūsų darbai pasitiki ir palaiko tiek JAV plaukimo federacija, tiek šalies Olimpiniis komitetas.“

Subūriau puikių specialistų komandą: kuriame naujus testavimo, treniruočių prietaisus, kompiuterines programas, konsultuoju trenerius ir sportininkus, vedu trenerių mokymo kursus“, – pasakoja G.Sokolovas.

Šiuo metu jis užima kelias pareigas: yra „Global Sport Technology Inc“ vyriausiasis fiziologas, už aukštus sportinius pasiekimus atsakingas direktorius JAV penkiakovės federacijoje, dėsto JAV olimpinio komiteto, Amerikos plaukimo trenerių asociacijos, kotedžų plaukimo trenerių asociacijos ir Tarptautinės vandens sporto šakų federacijos (FINA) trenerių kursuose.

G.Sokolovas neseniai išrinktas į Tarptautinės šiuolaikinės penkiakovės federacijos (UIPM) trenerių komitetą atstovauti Šiaurės ir Centrinei Amerikai.

„Mūsų kompanija aktyviai dalyvauja kuriant mokslinius prietaisus ir atliekant fiziologinius bei biomechaninius sportininkų tyrimus. Šiuos tyrimus atliekame tiek JAV olimpiniam treniruočių centre Kolorado Springse, tiek išvykę į kitus klubus. Nuo 2011-ųjų vykdome ir tarptautinį projektą su FINA, analizuojame plaukikų techniką bei varžybinių veiklų pasaulio plaukimo čempionatuose“, – sako G.Sokolovas.

Sporto mokslininkas iš Lietuvos dabar daugiausia dirba su JAV plaukimo rinktinės nariais – Katie Ledecky, Simone Manuel, Kathleen Baker, Nathanu Adrianu, Ryanu Lochte, Mattu Greversu, Cody Milleriu, Tomu Shieldsu ir daugeliu kitų. Be to, jis testuoja JAV triatlono ir penkiakovės atstovus.

Daugybę metų pradirbęs su žinomiausiais pasaulio atletois G.Sokolovas pastebi ir nemažai neigiamų niuansų dėl to, kad žaidynės metams atidėtos.

„Kai kurie vyresni sportininkai nepateko į olimpinės žaidynės, nes varžovai juos aplenkė 2021-aisiais. Sportininkai planuoja savo ateitį, atsižvelgdami į žaidynių datą. Mokslai, šeima, profe-

sinis gyvenimas nuo žaidynių itin priklauso, tad jas nukėlus teko keisti ir planus. O tai gali kainuoti nemažus pinigus“, – atkreipia dėmesį G.Sokolovas.

Be to, pasak mokslininko, tiems sportininkams, kurie planavo paskutines savo karjeros žaidynes, sunku laukti visus metus. Mat ne tik tenka atidėti kitus gyvenimo planus, bet ir sunkiau išlaikyti gerą sportinę formą.

„Jaunesni ir traumuoti sportininkai atidėjus žaidynes daugiau laimėjo. Kai kuriems atsirado galimybė patekti į žaidynes ir jie ja pasinaudojo. Tačiau tiems, kurie kelialapius į Tokiją turėjo jau 2019 ar 2020 metais, atsirado grėsmė psichologiškai perdegti“, – pastebi G.Sokolovas.

PATARIA MINTIS LAIKYTI PRIE SAVĖS

Žinia, kad žaidynės pirmą kartą istorijoje nukeliamos metams, buvo šokiruojanti. Ją suvokti reikėjo ir sportininkams, kurie savo laiką skaičiuoja nuo varžybų iki varžybų.

„Buvo atidėtos ne tik žaidynės – nemažai sporto renginių apskritai atšaukti ir neliko jokių galimybių varžytis. Kai kurie sportininkai drauge neteko ir galimybės iškovoti kelialapius į Tokiją, nors jie atrodė ranka pasiekiami.

Be to, atletai prarado progą įvertinti savo treniruočių pastangas, o tai – didelis psichologinis smūgis, mat jie tam ir dirba, kad pasikui per varžybas galėtų patikrinti, ko yra verti“, – atkreipia dėmesį A.Liachovičius.

Neapibrėžtumas ir negalėjimas atsakyti į klausimą, kada gyvenimas grįš į įprastą vėžes, sportininkams turėjo itin didelės reikšmės.

„Viena vertus, atrodo, kas čia tokio – jie vis tiek galėjo treniruotis. Kita vertus, jie neteko galimybės patikrinti savo jėgų ir prisiminti, kaip elgtis tam tikrose nemaloniose situacijose. Tad šiuo laikotarpiu itin svarbus tapo psichologinis pasirengimas. Tokijuje, manau, geriausiai pasirodys tie, kurie bus geriausiai pasirengę psichologiškai“, – įsitikinęs sporto psichologas.

Pasak A.Liachovičiaus, dėl pandemijos atsirado itin daug šalutinių veiksnių, kurių sportininkai negali kontroliuoti. O kuo daugiau atletas mąsto apie dalykus, kurių negali kontroliuoti, tuo labiau sutrikęs jaučiasi.

„Tai reiškia, kad jis gali mažiau panaudoti savo fizinių, taktinių, techninių gebėjimų. Psichologinio pasirengimo svarba ir yra išmokyti sportininką mintis laikyti prie savęs ir susikoncentruoti į tai, kas nuo jo priklauso. Bet tam sportininkams reikėjo kuo daugiau varžybų, kad būtų galima patikrinti, kas tam tikrose situacijose veikia ar neveikia. Kadangi varžybų beveik nebuvo, daug kas priklausys nuo to, kaip atletai patys sugebės susidoroti su psichologiniu krūviu“, – teigia A.Liachovičius.

Sporto psichologas atletams pataria kiek įmanoma stengtis galvoti apie tai, ką jie gali kontroliuoti. Pavyzdžiui, apie tai, kaip dirba jų kūnas ar kokį veiksmą patys turi atlikti, kad šoktų aukščiau, bėgtų greičiau, šaudytų taikliau.

Tačiau mintys apie tai, ko kontroliuoti neįmanoma – kaip pasirodys varžovai, kur skries kulka ar ietis, kokią vietą pats užimsiu – yra žalingos.

„O tokių minčių daugėja, kai ko nors laukiame. Tada pradedame kurti ateities planus ir dėl to dar labiau įsitempiame. Tokiais atvejais patariu susitelkti, pavyzdžiui, į savo plaštakas ir pėdas, o ne į tai, ko patys negalime kontroliuoti“, – pataria A.Liachovičius.

ATSAKYTI Į SVARBŲ KLAUSIMĄ

Tokijo žaidynėse bus sportininkų, kurie kelialapius iškovoję dar gerokai iki sprendimo jas atidėti metams. Bet dar daugiau bus tokių, kurie teisę pasirodyti žaidynėse įgijo tik šiomet.

Kurie jų turės psichologinį pranašumą? G.Sokolovo įsitikinimu, tie, kurie bus pasiekę geriausią įmanomą sportinę formą.

„Jei sportininkai iškovoję kelialapius anksčiau, bet pastaruojau



A.Liachovičius – su Tokijuje startuosiančiomis treko dviratininkėmis S.Krupeckaite ir M.Marozaitė

metu nerodė gerų rezultatų, suprantama, kad jie nesijaučia tvirtai. Tačiau dauguma sportininkų, kelialapius iškovojusių 2021-aisiais, turėtų jaustis užtikrintai“, – svarsto sporto mokslininkas.

A.Liachovičius atkreipia dėmesį į dar vieną svarbų aspektą: didžiausią pranašumą turės tie, kurie žino, kaip iškovoti kelialapį į žaidynes. „Kai atlieku kokį nors veiksmą, svarbu ne tai, koks mano rezultatas, o tai, ar žinau, kaip tai padariau, kad galėčiau pakartoti. Jei rezultatą pasiekiau neseniai ir žinau, kaip tai padariau, žinoma, kad turiu pranašumą prieš tą, kuris kelialapį iškovojė anksčiau.

Bet jei nežinau, kaip laimėjau, neturiu šio pranašumo – mano rezultatas bus vienas veiksnių, kuris sukels didesnius lūkesčius. Dar ir dėl to labai svarbu dalyvauti kuo daugiau varžybų, kad sportininkai prisimintų, kaip ką atlieka, ir kreiptų kuo daugiau dėmesio į tai, kaip pasiekia rezultatą“, – aiškina A.Liachovičius.

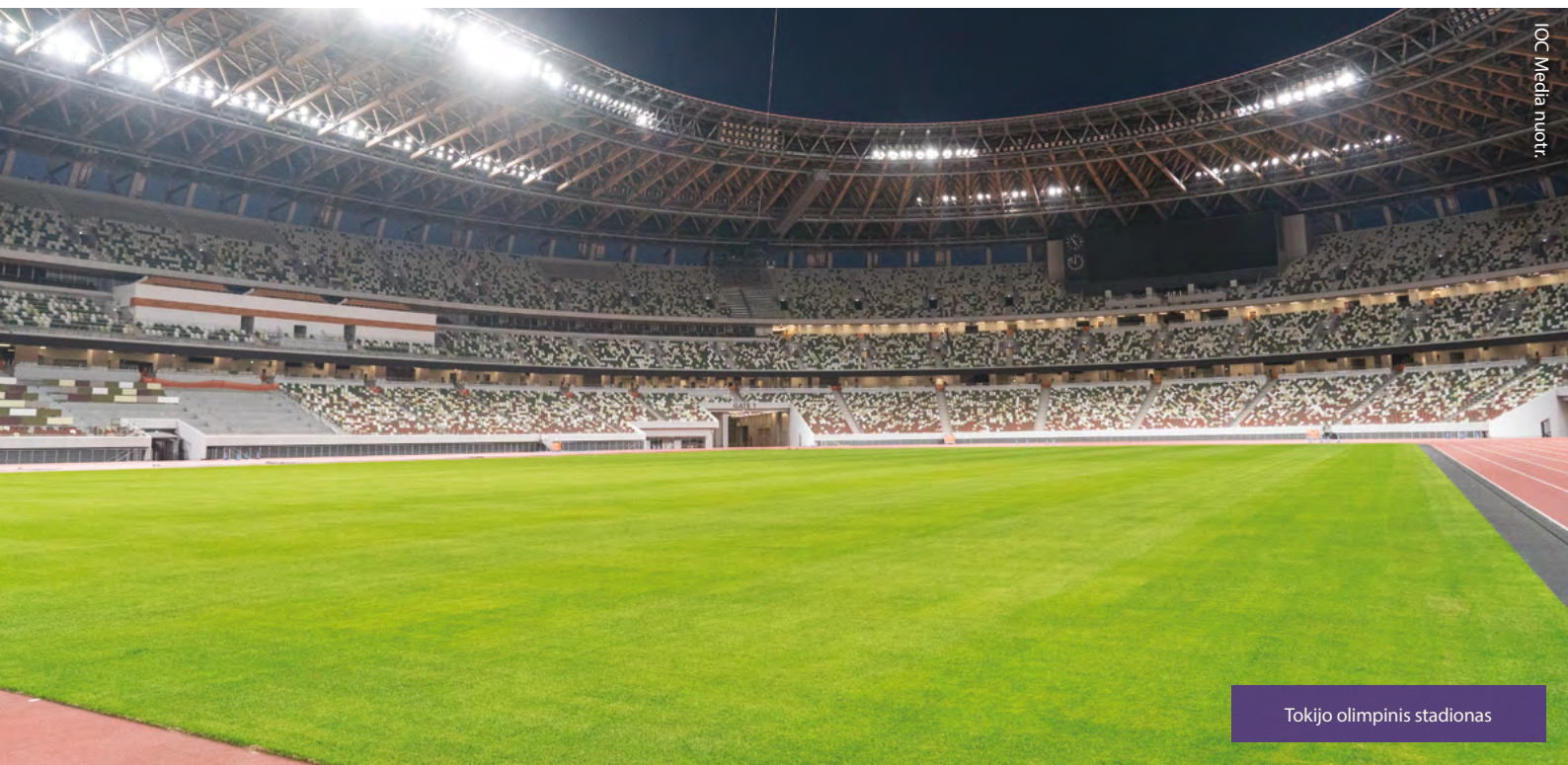
Pasak jo, neretai atletai galvoja apie galutinį tikslą, pavyzdžiui, kaip iškovoti kelialapį, užimti konkrečią vietą ar pasiekti konkretų rezultatą. Bet kai šį tikslą pavyksta pasiekti, o sportininkas nežino, kaip tą padarė, spaudimas ne sumažėja, o tik dar labiau padidėja.

„Tikslas turėtų būti žinojimas, kaip veikti tam tikrose situacijose, kad galėčiau pasiekti rezultatą. Tarkime, jei paklaustume žmogaus, ką reikėtų daryti, kad jis ryte būtų žvalus, matyt, daugelis atsakytų, jog reikia gerai išsimiegoti. Bet svarbiausia vis dėlto išsiaiškinti, ką reikia daryti, norint gerai išsimiegoti – kokių konkrečiai veiksnių imtis, kad miegas būtų kokybiškas, ir tuos veiksmus nuolat kartoti.

Sporte – lygiai tas pats. Jei iššokau itin aukštai, turiu žinoti žingsnius, kuriuos atlikau, kad pasiekčiau tokį rezultatą. Gal, pavyzdžiui, prieš šokdamas dariau tempimo pratimus, atkreipdamas dėmesį, kaip tempiasi raumenys, gal prieš šokdamas kojas stčiau taip, o ne kitaip ir tai padėjo šokti aukščiau. Kai gali atsakyti į klausimą, kaip konkrečiai pasiekti konkretų rezultatą, gali jį ir pakartoti, o tada savaime jautiesi psichologiškai tvirčiau“, – pataria A.Liachovičius.

TRIBŪNOS BUS PUSTUŠTĖS

Nors iki Tokijo olimpinė žaidynių liko vos kelios savaitės, dar visai neseniai buvo neaišku, ar papildomus metus laukę sportininkai nebus priversti varžytis prieš tuščias tribūnas. Gerokai anksčiau buvo paskelbta, kad į žaidynes nebus įleidžiami sirgaliai iš užsienio. Tačiau vietos žiūrovai irgi neužpildys visų vietų arenose, mat



Tokijo olimpinis stadionas

jų skaičius dėl pandemijos bus ribojamas.

Priimtas sprendimas, kad per Tokijo olimpinės žaidynes konkrečioje varžybų arenoje galės būti užpildyta pusė visų žiūrovams skirtų vietų, o bendras didžiausias leidžiamas žiūrovų skaičius visose varžybų vietose – 10 tūkstančių. Vis dėlto ir šis sprendimas dar gali keistis, atsižvelgiant į COVID-19 situaciją.

Kokios reikšmės sportininkams ir jų rezultatams gali turėti žiūrovai ir jų buvimas arba nebuvimas? Vienareikšmio atsakymo į šį klausimą nėra, įsitikinę ir G.Sokolovas, ir A.Liachovičius.

„Sirgalių, šeimos ir draugų palaikymas yra svarbus. Tačiau ne visiems sportininkams jis vienodai svarbus. Viskas priklauso nuo to, kaip sportininkas pripratęs varžytis. Jei per daugumą varžybų sportininkas sėkmingai varžosi be šio palaikymo, žiūrovų nebuvimas arba pustuštės tribūnos jam turės mažai įtakos“, – mano G.Sokolovas.

A.Liachovičius antrina JAV dirbančiam kolegai. Pasak sporto psichologo, vienus sportininkus atmosfera su žiūrovais užveda ir motyvuoja, kitiems neturi jokios reikšmės arba net slepia.

„Pilnos tribūnos gali būti vienas veiksnių, kurie lemiamu momentu duoda impulso, bet reikia labai gerai mokėti tuo pasinaudoti, nes dažniausiai sportininkai bando pabėgti nuo to. Žiūrovų plojimai ar šūksniai gali tapti papildoma jėga. Bet jei pradėsime jų labai bijoti, tai mus nuvarys į kitą pusę“, – sako A.Liachovičius.

GALI SUKELTI ĮTAMPĄ

Psichologo tikinimu, dar vienas svarbus aspektas, kad olimpiečiai Tokiją matys tik per autobuso langą – bandant apsisaugoti nuo pavojingo viruso, atletams bus griežtai draudžiamas bet koks kontaktas su išoriniu pasauliu.

Į olimpinį kaimelį sportininkai gali atvykti ne anksčiau kaip likus penkioms dienoms iki pirmųjų atstovaujamos sporto šakos varžybų ir išvykti ne vėliau kaip per 48 valandas po to, kai baigs varžybas. Bet koks atletų judėjimas iš olimpinio kaimelio bus griežtai kontroliuojamas.

„Iš pradžių sportininkams viskas bus nauja, tad ir olimpinis kaimelis bus įdomus, bet per kelias dienas ta aplinka taps žinoma, atletai prie jos pripras ir pradės įsikurti į savo mintis. Kai esame naujoje aplinkoje, smegenims nėra laiko mąstyti apie tokius dalykus, kaip, pavyzdžiui, seksis per varžybas. Bet paskui smegenys

pripranta ir vėl girdime monotoniškas mintis, kurios gali sukelti nemalonius išgyvenimus, o kūnas irgi ima jausti įtampą“, – aiškina A.Liachovičius.

G.Sokolovo pastebėjimu, papildomos saugumo priemonės ap sunkins ir apribos sportininkų judėjimą žaidynėse. Drauge tai gali apsunkinti patekimą į treniruočių vietas ir varžybų arenas.

„Dėl papildomų saugumo reikalavimų nemažai komandų planuoja vykti į Japoniją tik kelios dienos prieš varžybas, kad galėtų rengtis žaidynėms geresnėmis sąlygomis. Tačiau visa tai gali paveikti sportininkų aklimatizaciją ir rezultatus“, – atkreipia dėmesį G.Sokolovas.

TIKISI ITIN AUKŠTŲ REZULTATŲ

31 metų sporto psichologas A.Liachovičius yra dirbęs 2018 m. jaunimo vasaros olimpinėse žaidynėse Buenos Airėse, 2019 m. Europos žaidynėse Minske, o dabar pirmąsyk vyks į olimpinės žaidynes kaip Lietuvos rinktinės psichologas.

Lietuvos sportininkų olimpinės rinktinės pagalbininkų komanda į Tokiją išvyks anksčiau, tad A.Liachovičius jau kraunasi daiktus į žaidynių sostinę. Paskutines pasirengimo žaidynėms detales dėlioja ir atletai.

„Bet kuriam sportininkui svarbus fizinis, taktinis, techninis ir psichologinis pasirengimas. Sportininkas gali pasirodyti geriausiai tik tiek, kiek labiausiai treniruota jo silpniausioji vieta. Džiugu, kad per pandemiją atletai itin daug dėmesio pradėjo skirti psichologiniam pasirengimui, nors anksčiau į tai žiūrėjo per atsainiai“, – pasidžiaugia A.Liachovičius.

Pasak G.Sokolovo, pasirengimas žaidynėms yra sudėtingesnis dėl limituotų kelionių į varžybas ir treniruočių stovyklas. Kai kurių varžybų datos keičiamos likus kelioms savaitėms arba varžybos iš viso atšaukiamos.

„Tai verčia sportininkus ir trenerius keisti treniruočių planus, nors treniruočių planas sudaromas 4–6 mėnesiams ir net ilgesniam laikotarpiui. Todėl sunku būti geros sportinės formos, kai varžybų datos ar vieta nuolat keičiasi. Be to, atsiranda papildomų išlaidų paskutinėmis dienomis organizuojant keliones.

Kita vertus, sumažėjus kelionių skaičiui, sportininkai turėjo daugiau laiko treniruotėms. Tai yra teigiamas dalykas. Neabejoju, kad Tokijoje matysime labai aukštus sportinius rezultatus“, – sako G.Sokolovas.



Slovėnų lyderio L.Dončičiaus (su kamuoliu) nesustabdė net NBA milžinai D.Sabonis ir J.Valančiūnas

SUDUŽUSI SVAJONĖ

LIETUVOS VYRŲ KREPŠINIO RINKTINĖ PIRMĄ KARTĄ PO NEPRIKLAUSOMYBĖS ATKŪRIMO NEPATEKO Į OLIMPINES ŽAIDYNES.

VAIDAS ČEPONIS

Net 31 taškas, 13 rezultatyvių perdavimų, 11 atkovotų kamuolių, 42 naudingumo balai. Toks monstriškas Slovėnijos komandos vunderkindo Lukos Dončičiaus pasirodymas palaidojo lietuvius olimpinio atrankos turnyro finale. Mūsų šalis pralaimėjo varžovams 85:96. Slovėnija pirmą kartą savo šalies krepšinio istorijoje dalyvaus olimpinėse žaidynėse.

Lemiamoje dvikovoje slovėnai buvo pranašesni. Jie padarė tik penkias klaidas. Nors Lietuvos ekipa turėjo NBA vidurio puolėjus Domantą Sabonį ir Joną Valančiūną, ji pralaimėjo kovą dėl atšokusių kamuolių (34:37). Slovėnai pritemdė dukart NBA „Visų žvaigždžių“ renginio dalyvį D.Sabonį, kuris finale pelnė tik 9 taškus.

Tuo tarpu L.Dončičius lemiamoje akistatoje turėjo patikimų gynklanešių: Vlatko Čančaras lietuviams atseikėjo 18 taškų, Jaka Blažičius – 16, Mike’as Tobey – 13.

NEATLAIKĖ ĮTAMPOS

Kai kurie mūsų šalies krepšininkai neatlaidė psichologinės įtampos – šeimininkai mače su slovėnais prametė net 10 baudų iš 25 (60 proc.). Atrankos turnyre lietuviai vidutiniškai realizavo tik 70,6 proc. baudų metimų.

Nors mūsų komandoje nestigo patikimų metikų, atrankoje mūsų šalis iš toli atakavo vidutiniškai – 34,4 proc.

„Didžiulis nusivylimas visai Lietuvai. Žmonės mumis tikėjo, esa-

me nusivylę, nepatenkinti ir liūdni, bet neisime dabar žudyti. Ačiū sirgaliams, kurie mus palaikė. Realybė tokia, kad Slovėnija laimėjo“, – po finalo sakė rinktinės kapitonas Mantas Kalnietis.

Lietuviai grupės varžybose 76:65 įveikė Venesuelą ir 96:57 – Pietų Korėją, o pusfinalyje palaužė lenkus 88:69.

Iš kitų olimpinių žaidynių atrankos turnyrų į Tokijo žaidynes pateko Čekija (turnyras vyko Kanadoje), Vokietija (turnyras vyko Kroatijoje), Italija (turnyras vyko Serbijoje).

TIESMUKAS PUOLIMAS

Pasak kai kurių krepšinio specialistų, finale prastoka buvo ne tik Lietuvos rinktinės gynyba. Puolant trūko laisvumo, kūrybiškumo, geresnio kamuolio judėjimo. Lietuvių puolimas buvo nuspėjamas – jie nuolat kišo kamuolius D.Saboniui ir J.Valančiūnui, daugelis kitų žaidėjų vengė imtis atsakomybės arba nepataikė net būdami laisvi.

Viena priežasčių, dėl ko Lietuvos krepšininkai neprasibrovė į Tokijo olimpinės žaidynes, ir ta, kad iki mūsų su Slovėnija mūsų ekipa nežaidė nė vienų sunkesnių rungtynių ir nepajuto kraujo skonio. Kontrolinėse dvikovose dukart buvo įveikta silpnoka Dominikos Respublikos rinktinė ir smarkiai nukraujavusi Rusija. Olimpinės atrankos varžybose Dariaus Maskoliūno auklėtiniai gana lengvai nugalėjo Venesuelą, Pietų Korėją ir Lenkiją.



Lietuvos krepšinininkų atrankos kovas stebėjo ir šalies prezidentas G.Nausėda su žmona Diana

Prieš atrankos varžybas daug diskusijų sukėlė mūsų nacionalinės komandos trenerių sprendimas atsisakyti Eurolygoje rungtyniaujančio Vitorijos „Baskonia“ ekipos starto penketo nario Tado Sedekerskio, pasižyminčio puikia gynyba, paslaugų.

Nemažai Lietuvos krepšinio aštuolių buvo labai nepatenkinti, kad slovenams atstovavo natūralizuotas amerikietis M.Tobey. Slovėnijos pilietybę jis gavo tik prieš atrankos turnyrą. Jei šis vidurio puolėjas būtų nerungtyniaavęs, kažin ar Slovėnijos komanda būtų pačiupusi bilietą į olimpiadą.

SUBLIZGĖJO TIK VIENAS KITAS

Mūsiškių gretose Kaune rezultatyviausiai ir naudingiausiai žaidė J.Valančiūnas. Jis vidutiniškai pelnė po 16 taškų, atkovojo 9,5 kamuolio, rinko 23 naudingumo balus. Tiesa, gintis jam sekėsi sunkiai, ypač tada, kai oponentai atlikdavo derinį dviese prieš du.

Pagyrimo vertas puolėjas Arnas Butkevičius. Pusfinalyje jis efektyviai uždengė vieną lenkų lyderių Mateuszą Ponitką, o finale įmetė 14 taškų, nepadarė nė vienos klaidos, sukaupė 20 naudingumo balų. Šis rodiklis buvo geriausias mūsų šalies rinktinėje.

Kaune laukta solidesnio Mariaus Grigonio, Mindaugo Kuzminsko, Luko Lekavičiaus žaidimo. M.Grigonis per keturis mačus pataikė tik 29,4 proc. tritaškių, L.Lekavičius – vos 14,3 proc.

Nekrito ir Rokui Jokubaičiui, kuris realizavo 28,6 proc. tolimų metimų ir 67 proc. baudų. Psichologinės įtampos neatsikratęs Mindaugas Kuzminskas gavo progą pasireikšti tik dvejose rungtynėse, kuriose iš viso sukraptė vos du taškus.

PASITRAUKĖ TRENERIS

Po finalo su Slovėnija iš vyriausiojo rinktinės trenerio posto pasitraukė Darius Maskoliūnas.

„Aš tikrai baigiu darbą rinktinėje. Gaila, kad tokiu akcentu, bet taip jau yra“, – po mačo su slovenais sakė strategas.

Kaip rimčiausias kandidatas perimti nacionalinės ekipos vairą įvardijamas Permės „Parma“ klubo strategas Kazys Maksvytis.



Lietuvos rinktinė

OLIMPINIS KREPŠINIO TURNYRAS

Visi olimpiinių žaidynių vyrų krepšinio turnyro dalyviai

A grupė: Iranas, Prancūzija, JAV, Čekija

B grupė: Australija, Vokietija, Italija, Nigerija

C grupė: Argentina, Japonija, Ispanija, Slovėnija

LIETUVOS OLIMPIEČIAI TOKIJO ŽAIDYNĖSE

Lengvoji atletika: Diana Zagainova (trišuolis), Andrius Gudžius (disko metimas), Edis Matusevičius (ieties metimas), Brigita Virbalytė (20 km ėjimas), Arturas Mastianica (50 km ėjimas), Marius Žiūkas (20 km ėjimas), Airinė Palšytė (šuoelis į aukštį), Adrijus Glebauskas (šuoelis į aukštį), Liveta Jasiūnaitė (ieties metimas), Agnė Šerkšnienė (400 m bėgimas), Gediminas Truskauskas (200 m bėgimas).

Plaukimas: Danas Rapšys (200 ir 400 m laisvuju stiliumi bei 200 m kompleksiniu būdu), Andrius Šidlauskas (100 ir 200 m krūtine), Giedrius Titenis (100 m krūtine), Kotryna Teterėvkova (100 ir 200 m krūtine), vyrų estafetė 4x100 m kompleksiniu būdu (D.Rapšys, A.Šidlauskas, Simonas Bilis, Deividas Margevičius).

Irklavimas: Mindaugas Griškonis (vienvietė), Saulius Ritteris ir Aurimas Adomavičius (porinė dvivietė), Milda Valčiukaitė ir Donata Karalienė (porinė dvivietė).

Dviračių sportas: Rasa Leleivyte (plento grupinės lenktynės), Evaldas Šiškevičius (plento grupinės lenktynės), Simona Krupeckaitė ir Miglė Marozaitė (treko komandų sprintas, asmeninis sprintas, keirinas).

Šiuolaikinė penkiakovė: Laura Asadauskaitė-Zadneprovskienė, Gintarė Venčkauskaitė, Justinas Kinderis.

Buriavimas: Viktorija Andrulytė („Laser Radial“), Juozas Bernotas (burlentės RS:X).

Sportinė gimnastika: Robertas Tvorogalas.

Graikų-romėnų imtynės: Mantas Knystautas (svorio kategorija iki 130 kg).

Baidarių irklavimas: Mindaugas Maldonis (vienvietė baidarė, 200 m rungtis).

Šaudymas: Karolis Girulis (kulkinio šautuvo iš 50 m atstumo (3x40) ir orinio šautuvo iš 10 m atstumo rungtys).

Sunkioji atletika: Arnas Šidiškis (svorio kategorija iki 109 kg).

Dziudo: Sandra Jablonskytė (svorio kategorija per 78 kg).



OLIMPINĖ DIENA



Olimpinės dienos aukurą uždegė G.Nausėda, deglą su ugnimi gavęs iš olimpiečių. Iš kairės: D.Nausėdienė, J.Kinderis, J.Bernotas, L.Asadauskaitė-Zadneprovskienė, D.Gudzinevičiūtė, G.Nausėda, M.Maldonis

OLIMPINĖ DIENA TRUKO NET SAVAITĘ

PIRMĄ KARTĄ NET ŠEŠIAS DIENAS VILNIUJE VYKUSIOS OLIMPINĖS DIENOS UGNĮ ŽIEBĖ IR DEGLĄ NEŠĖ TOKIJO ŽAIDYNĖMS BESIRENGIANTYS SPORTININKAI, O UŽDEGTI REKORDINĖS ŠVENTĖS AUKURĄ PATIKĖTA ŠALIES PREZIDENTUI GITANUI NAUSĖDAI.

Būtent ugnies estafete ir deglo žiebimu birželio 26 d. prie Vilniaus Baltojo tilto prasidėjo sporto šventės „Olimpinė diena 2021“ finalinis renginys.

Šiemet Olimpinė diena Lietuvoje paminėta jau 32 kartą ir pirmąsyk vyko ne viena, o net šešias dienas – visą savaitę Vilniuje ir jo apylinkėse esančiose sporto bazėse visi norintieji galėjo išbandyti įvairias sporto šakas.

„Olimpinę ugnį žiebiau pirmą kartą. Tai – ypatingas jausmas, nes supranti, kad tai yra kažko labai svarbaus pradžia, o tu nedidele dalimi prie to prisidėjai“, – įspūdžiais dalijosi G.Nausėda.

Pasibaigus atidarymo ceremonijai į Olimpinės dienos renginį susirinkę dalyviai kartu apšilo „Impuls“ mankštoje. Po jos visi pasileido į taškų ir prizų medžioklę – prie Baltojo tilto jų laukė 47 sportinės veiklos, kurias atlikus dalyvių „Omaps“ programėlę papildė tam tikras taškų kraitis. Jį dienos pabaigoje buvo galima iškeisti į įvairius „LTeam“ ir „Decathlon“ prizus.

„Kiekvienos šalies olimpinis komitetas švenčia Olimpinę dieną. Visi pasirenka savą formatą, o mūsų formatas, kai visos federacijos pristato savo veiklas, pasiteisino, tad džiaugiamės, kad ir vėl galėjome suburti sportą mylinčių žmonių bendruomenę“, – sakė

Lietuvos tautinio olimpinio komiteto prezidentė Daina Gudzinevičiūtė.

„Matau įvairaus amžiaus žmonių, žmonių su negalia – tokių, kurie mėgsta sportuoti. Linkiu, kad tokių žmonių atsirastų vis daugiau, nes sportas – be galo smagus. Galiu pasakyti, kad kuo labiau įtemptas darbas – tuo didesnę atgaivą teikia judėjimas, sportas tomis retomis laisvomis minutėmis. Kiekvieną savaitgalį ir pats stengiuosi jas išnaudoti ar dviračiui, ar futbolui, ar krepšiniui“, – sakė šalies vadovas G.Nausėda.

„Labai džiugu, kad galime pristatyti sporto šakas, o žmonės gali ateiti jas pasibandyti su vaikais, galbūt išsirinkti, kas jiems patinka, ir taip įsilieti į sporto šaką. Mes visą laiką su šeima dalyvaujame – smagu, labai gera atmosfera ir sveikintinas dalykas“, – sakė olimpinė čempionė Laura Asadauskaitė-Zadneprovskienė, po deglo ceremonijos kartu su vyru, dviejų olimpinėjų medalių savininku Andrejumi Zadneprovskiu ir būriu lietaus neišsigandusių dalyvių įveikusi lietuvišką olimpinę mylią.

Finalinę dieną vilniečiai ir miesto svečiai galėjo ne tik patys stebėti varžybas, bet ir klausytis nemokamo Vido Bareikio koncerto, kuriame jis atliko ir iškart hitu tapusią dainą „Aš esu vėliava“, skirtą



Olimpinę mylią ryžosi įveikti įvairaus amžiaus bėgikai



Pirmajai šalies porai Tokijo olimpinėjų ir parolimpinių žaidynių talismanus padovanojo Japonijos ambasadorius Lietuvoje Shiro Yamasaki su žmona



G.Nausėda išbandė savo jūgdžius bokso treniruotėje



Orientavimosi varžybų startas



Breiko profesionalų „Open“ grupėje triumfavo vilnietė D.Banevič

Į Tokijo olimpinės žaidynes vykstantiems „LTeam“ sportininkams palaikyti.

„Labai didžiuojuosi šiuo nauju kūrinio ir nekantrauju pasidalyti juo su žiūrovais. Tai ne tik didžiausia daina, prie kurios teko dirbti – vos trijų minučių kūrinyje skamba daugiau nei 50 žmonių balsų, įrašyta net 280 takelių, bet ir viena ilgiausiai brandintų dainų. Pirmoji dainos versija sukurta dar 2019-aisiais, bet tuomet teko kūrinį metams įšaldyti ir nuo to jis tik dar sustiprėjo. Esu labai dėkingas likimui, kad turiu galimybę prisidėti prie Lietuvos sporto, pergalių ir tautiškumo dvasios puoselėjimo“, – prieš koncertą intrigavo vienas populiariausių šalies atlikėjų.

Iki šiol Olimpinė diena vyko įvairiuose šalies miestuose – Vilniuje, Kaune, Alytuje, Šiauliuose, Panevėžyje ir Klaipėdoje. Praėjusiais metais, pakeitus jos formatą, sporto šventė aprėpė ne tik šalies teritorijoje, bet ir po visą pasaulį išsibarsčiusius lietuvius – buvo surengtas virtualus lietuviškos olimpinės mylios bėgimas, kuriame dalyvavo daugiau nei 3000 tautiečių iš 31 valstybės, esančios visuose pasaulio žemynuose.

Šįkart šventės planus bandė sujaukti lietus. Tačiau jis nė kiek neišgąsdino dalyvių.



Emocingas V.Bareikio koncertas



„Eurovaistinės“ paviljoną užsuko L.Asadauskaitė-Zadneprovskienė

„Nėra blogo oro, o kai taip šilta – lietūs suteikia gaivumo, ypač kai tiek daug aktyvių rungčių. Šiaip ar taip sušlapsi, tad lietūs – visai nėra motais, – patikino Olimpines dienas deglo nešimo estafetėje dalyvavęs, o vėliau 5 km varžybas laimėjęs trečiosioms karjeroje žaidynėms besirengiantis Justinas Kinderis ir pridūrė: – Tie, kurie dėl oro neatvyko, manau, daug prarado. Olimpines dienas man visada reiškia labai daug – aš ypač ją prisimenu savo gimtajame Panevėžyje. Ne visada pavyksta jose sudalyvauti, nes reikia derintis prie varžybų, bet šį kartą netgi sutapo su kontroline treniruote.“

Tarp moterų greičiausia buvo taip pat penkiakovininkė, 2016 m. Rio de Žaneiro olimpinių žaidynių dalyvė Leva Serapinaitė.

„Kitą savaitę mūsų laukia Europos čempionatas, tad su treneriu pakalbėjome, kad šis pasirodymas bus kaip gera treniruotė prieš startą jame. Trasa buvo labai maloni, be didelių kalnų – tas mane labai pradžiugino“, – šypsojosi penkiakovininkė.

Dvigubai ilgesnėje distancijoje nepralenkami buvo Jaunius Strazdas ir Gitana Akmanavičiūtė.

„Visų pirma esu patenkintas oru, nes pasisekė – pagaliau šiek tiek atvėso ir tai padėjo pasiekti geresnį rezultatą. Buvau netoli geriausio asmeninio laiko, tad esu patenkintas. Smagu, kad sugrįžta renginiai, vėl galime varžytis bei patirti tą gerą jausmą“, – po finišo džiaugėsi čempionas.

„Jau net nesuskaičiuosiu, kelintą kartą bėgu Olimpines dienas bėgimuose, – šyptelėjo laimėtoja. – Džiaugiuosi, kad nebuvo karšta ir lietūs atgaivino, tad smagu buvo ir bėgti. Oras – kaip užsakytas, nes vakar buvo saulėta diena, buvo sunku, o šiandien oras bėgti tikrai labai geras.“

Sporto šventėje taip pat vyko nemokami 500 metrų vaikų bei lietuviškos olimpinės mylios (1988 metrai) bėgimai, o iš viso šiose keturiose trasose savo jėgas išbandė daugiau nei 600 dalyvių.

Visi finišo liniją kirtę sportininkai gavo Olimpines dienas medalius, bendrųjų įskaitų prizininkai – piniginius prizus ir rėmėjų įsteigtas dovanas, o amžiaus grupėse triumfavo bėgikus ap-

dovanojo „LTeam“ partneriai.

Birželio 26-ąją per finalinę sporto šventės „Olimpinė diena 2021“ dalį vyko breiko turnyras ir orientavimosi sporto varžybos „LTeam Rogaining“. Breiko atstovai varžėsi dviejose kategorijose, o orientacininkai – trijose. Tiesa, breiko šokėjams prizai atiteko ir papildomai pagal amžiaus grupes.

2024 m. Paryžiaus olimpinėse žaidynėse debiutuosiančio breiko turnyre pradedančiųjų grupėje čempionu tapo vilnietis Simas Kaušylas, o profesionalų „Open“ grupėje triumfavo vilnietė Dominyka Banevič.

„Visada galima padaryti geriau, bet esu patenkinta savo pasirodymais, – sakė olimpinė viltimi vadinama D.Banevič, savo šokius atlikusi ant pagrindinės šventės scenos. – Palaikymas visada yra gerai, publika priduoja šokėjams energijos. Man apskritai visas renginys patiko, esu laiminga.“

„LTeam Rogaining“ varžybos pirmą kartą Lietuvos tautinio olimpinio komiteto ir Lietuvos olimpinio fondo (LOF) organizuojamuose renginiuose debiutavo tik 2020 m. Druskininkuose vykusiame „LTeam“ žiemos festivalyje, tad Olimpiniame dienoje tai buvo vasaros debiutas. Dalyviams poromis reikėjo bėgte įveikti trasą ir pagal žemėlapią rasti kontrolinius punktus. Varžybų laiko limitas – dvi valandos, dalyviai galėjo varžytis moterų, vyrų ir mišrioje įskaitoje.

Moterų grupės nugalėtojomis tapo komanda „Lėtas ir lėtesnis“, kurią sudarė Karina Konopliova ir Gabrielė Mačiulytė, tarp vyrų greičiausi buvo Tomas Jasinevičius ir Audrius Rudys („Baltų lokys“), o mišriųjų komandų grupėje – Gediminas ir Kristina Trimakai („Olimpiniai atletai iš Lietuvos“).

Papildomi apdovanojimai buvo įsteigti ir amžiaus grupių laimėtojams. Tarp moksleivių geriausiai pasirodė Zigmantas Reisas ir Martynas Jančys („Ruoniai“), tarp vyrų veteranų – Aidas Barkauskas ir Artūras Liubartas (OS'ıninkai), o tarp mišriųjų porų veteranų – Nadežda Normontienė ir Robertas Rudzevičius („Pakopa po pakopos“).

PRIZAI

Renginį organizuojantys LTOK ir LOF kartu su Vilniaus miesto savivaldybe šventei buvo paruošę net 15 tūkst. įvairiausių prizų ir dovanėlių.

Kaip įprasta Olimpines dienas renginiams, kiekvienas apsilankęs galėjo ne tik išbandyti įvairias sportines veiklas, bet ir rinkti taškus, kuriuos šventės pabaigoje buvo galima iškeisti į „LTeam“ prizus ir suvenyrus.

Tarp prizų – „LTeam“ veido kaukės, kuprinėlės, akiniai nuo saulės, kaklaskarės, riešo treniruokliai, gertuvės bei Olimpines dienas marškinėliai ir medaliai.



Per savaitę Olimpines dienas dalyviai išbandė įvairiausias, ne tik sportines veiklas



ANT MONETOS – IRKLUOTOJŲ KETURVIETĖ

BIRŽELIO 26-ĄJĄ LIETUVOS IRKĻAVIMO SOSTINĖJE TRAKUOSE BUVO PRISTATYTA LIETUVOS BANKO IŠLEISTA 20 EURŲ KOLEKCIŲ SIDABRO MONETA, SKIRTA XXXII OLIMPIADOS ŽAIDYNĖMS TOKIJUJE. JOJE PAVAIZDUOTA IRKLUOTOJŲ KETURVIETĖ, SIMBOLIZUOJANTI MŪSŲ ŠALIES IRKLUOTOJŲ PERGALES RIO DE ŽANEIRO IR ANKSTESNĖSE ŽAIDYNĖSE.

ALGIS BALSYS

Dainiaus Labučio (Lietuvos bankas) nuotr.



D. Gudzinevičiūtė ir A. Kuniyoshi

Pasibaigus tos dienos tarptautinės regatos „Gintariniai irklai“ varžyboms, prie finišo bokštelio esančiose tribūnose susėdus garsiems irklavimo meistrams bei šios sporto šakos mėgėjams prasidėjo iškilmės.

„Malonu pristatyti kolekcinę 20 eurų monetą. Ji, beje, labai greitai buvo išparduota (šios monetos į apyvartą išleistos birželio 22 d. – red. pastaba). Liekame ištikimi tradicijai – Lietuvos sportininkus į vasaros olimpinės žaidynės palydime išleisdami kolekcinę sidabro monetą. Su Lietuvos tautiniu olimpinio komitetu visada pasitariame, kokias sporto šakas monetą skirti. Šį kartą ji skirta irkluotojams. Visa širdimi linkiu sėkmės žaidynėse. Su viltimis ir lūkesčiais palydime sportininkus į tolimąjį Tokiją“, – sakė Lietuvos banko valdybos pirmininko pavaduotoja Asta Kuniyoshi.

LTOK prezidentė Daina Gudzinevičiūtė pasidžiaugė šiomis iškilmėmis: „Labai graži moneta. Irkluotojams tai bus geras simbolis kuo sėkmingiau finišuoti. Žaidynės, kurių papildomai laukėme metus, jau visai priartėjo. Jos bus išskirtinės daugeliu aspektų, todėl neabejoju, kad ir ši kolekcinė moneta turės ypatingą istorinę vertę.“

Lietuvos irklavimo federacijos (LIF) prezidentas Dainius Pavilionis padėkojo Lietuvos bankui ir LTOK, kad taip įvertintas irklavimas.

A. Kuniyoshi pirmąją Tokijo žaidynėms skirtą monetą įteikė olimpinei čempionei D. Gudzinevičiūtei. Monetomis apdovanoti irkluotojai – Rio de Žaneiro olimpiniai vicečempionai ir Tokijo olimpiečiai Mindaugas Griškonis, Saulius Ritteris, bronzinės prizininkės Milda Valčiukaitė, Donata Vištartaitė-Karalienė, irkluotojai Aurimas Adomavičius, Dovydas Nemeravičius, treneriai Kęstutis Keblys, Tomas Valčiukas, Virgaudas Leknickas, Robertas Tamulevičius, LIF prezidentas D. Pavilionis.

LIF viceprezidentė Rima Karalienė pristatė savo naują knygą „Irkilai iki Niagaros krioklių“ apie dramatišką irkluotojos Sofijos Grucovos gyvenimą. Šią knygą bei dar vieną – nuotraukų albumą, sudarytą iš jos tėvo, 1964 m. Tokijo žaidynių dalyvio irkluotojo Povilo Liutkaičio parsivežtų negatyvų, – ji įteikė LTOK prezidentei, tiksliau, visiems Lietuvos olimpiečiams.

Manto Stankevičiaus nuotr.



R. Karalienė pristatė knygą ir albumą



OLIMPINĖ MONETA

Tokijo žaidynėms skirta moneta – septintoji Lietuvos banko išleista olimpinė moneta, antroji – įvedus eurą. 20 eurų moneta nukaldinta iš 925 prabos sidabro. Jos skersmuo 38,61 mm. Svoris 28,28 g. Monetos paviršiaus kokybė *proof*. Grafinio projekto autorius – Vladas Žukas.

Monetos averse – stilizuota irkluotojų keturvietė, greta išdėstyti Lietuvos tautinio olimpinio komiteto logotipas, užrašai „Lietuva“, nominalas „20 €“ ir UAB Lietuvos monetų kalyklos logotipas. Monetos reverse – stilizuota Tokijo olimpinė irklavimo trasa iš paukščio skrydžio, užrašas „Tokijas“ lietuvių ir japonų kalbomis, metai „2021“. Monetos briauna su užrašu XXXII OLIMPIADOS ŽAIDYNĖS. Išleidimo data 2021 m. birželio 22 d. Tiražas 2500 vnt. Monetos kaina 69 eurai. Moneta nukaldinta UAB Lietuvos monetų kalykloje.



D.Gudzinevičiūtė – pirmoji moteris, tapusi EOK viceprezidente

ĮVERTINIMAS LIETUVAI

BIRŽELIO 10 D. OLIMPINĖ ČEMPIONĖ, LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO PREZIDENTĖ DAINA GUDZINEVIČIŪTĖ IŠRINKTA EUROPOS OLIMPINIŲ KOMITETŲ ASOCIACIJOS (EOK) VICEPREZIDENTE.

Graikijos sostinėje Atėnuose vykusioje EOK generalinės asamblėjos ir rinkimų sesijoje organizacijos viceprezidente tapusi lietuvė – ne tik pirmoji Baltijos šalių atstovė, bet ir pirmoji moteris, išrinkta į šias pareigas.

„Toks kitų Europos nacionalinių olimpinė komitetų vadovų pasitikėjimas – didelis įvertinimas ne tik man, bet ir Lietuvai. Dar kartą įsitikinome, kad tarptautinėje sporto politikos arenoje esame svarbūs žaidėjai. Man didelė garbė būti pirmąja moterimi šiose pareigose. Kartu su komanda esame pasiruošę dirbti olimpinio judėjimo ir Europos sportininkų labui“, – sakė D.Gudzinevičiūtė.

EOK prezidentu išrinktas graikas Spyrosas Capralos. Jis nugalėjo iki šiol prezidento pareigas ėjusį daną Nielsą Nygaardą. Abu kandidatai į prezidentus į savo komandą pasirinko D.Gudzinevičiūtę, todėl ji buvo vienintelė kandidatė užimti viceprezidento postą.

2013-aisiais EOK vykdomojo komiteto nare pirmą kartą tapusi LTOK vadovė aktyviai įsitraukė į organizacijos veiklą. Ketverius metus ji vadovavo EOK lyčių lygybės sporte komisijai, iki šiol yra šios komisijos narė. D.Gudzinevičiūtė taip pat buvo 2019-aisiais Minske vykusią Europos žaidynių koordinavimo komisijos narė.

Atėnuose vykę EOK rinkimai – išskirtiniai. Lapkritį vykusioje nuotolinėje Generalinės asamblėjos sesijoje vienbalsiai buvo pritarta EOK įstatų punktų pakeitimui dėl galimybės rinkimus organizuoti anksčiau, nei baigiasi kadencija, jei dėl vienokių ar kitokių priežasčių prezidentas nustotų eiti pareigas. N.Nygaardas laikinai pareigas einančiu prezidentu tapo prieš metus po EOK vadovo Janezo Kocijančičiaus mirties.

Lapkritį vykusioje Generalinėje asamblėjoje taip pat pritarta remiantis Tarptautinio olimpinio komiteto rekomendacijomis ir siekiant lyčių lygybės sporte EOK įstatuose numatyti, kad iš 16 Vykdomojo komiteto narių ne mažiau nei penkias pozicijas užimtų moterys.

D.Gudzinevičiūtė – ir TOK narė. LTOK vadovė iki šiol yra vienintelė Lietuvos atstovė, išrinkta į TOK.



Naujasis EOK prezidentas S.Capralos

EOK nuotr.



Lietuvos irkluotojų rinktinė. Iš kairės: S.Ritteris, M.Valčiukaitė, A.Adomavičius, D.Karalienė, M.Griškonis, D.Nemeravičius

LIETUVIAI GALI VISKĄ

„DARBINĖS NUOTAIKOS“, – NUSIŠYPSO LIETUVOS IRKLAVIMO RINKTINĖS VYRIAUSIASIS TRENERIS KĘSTUTIS KEBLYS PO IŠGIRSTŲ SVEIKINIMŲ PAGALIAU PAVYKUS SUFORMUOTI KOMANDĄ, KURI VYKS Į TOKIJO OLIMPINES ŽAIDYNES.

MANTAS STANKEVIČIUS

Birželio viduryje paaiškėjo galutinis rinktinės įgulų narių sąrašas: Tokijuje vienvietę irklus Mindaugas Griškonis, moterų porinę dvivietę Milda Valčiukaitė ir Donata Karalienė, o į vyrų dvivietę sės Saulius Ritteris su Aurimu Adomavičiumi. Į Tokiją vyks ir Dovydas Nemeravičius. Jis užims vyrų porinės dvivietės atsarginio irkluotojo vietą.

A.Adomavičius ir S.Ritteris – naujai suburta komanda. „Tačiau tai – stiprūs, geri, demonstruojantys neblogą greitį atletai. Pirmiausia turėsime parengti jiems valtį, kad sportininkai patogiai joje jausųsi, o vėliau turėsime pakankamai laiko „suvienodinti“ irkluotojus, suderinti visą mechanizmą, – vardija K.Keblys. – Ar daug darbo laukia? Kol kas negalime sakyti, kad viskas idealu ir gražu, bet nėra ir didelių problemų. Nebus taikoma filosofija kardinaliai keisti kažkurio irklovimo techniką. Abu irkluotojai turi labai stiprių savybių, todėl norime, kad jie šiomis savybėmis suartėtų. Ir, svarbiausia, pajustų vienas kitą valtyje.“

Treneris džiaugiasi, kad pirmosios treniruotės parodė, jog sportininkams sekasi tai daryti.

„Valtyje turime du yrininkus, Sauliui tenka naujas amplusa – sė-

dėti už nugaros. Tai jam didelis iššūkis, bet Saulius – labai aukšto meistriškumo sportininkas ir matome, kaip jam pavyksta taikytis prie esamos situacijos. Jis ir toliau demonstruoja savo gebėjimus, juk ne veltui ne kartą buvo vienas greičiausių pasaulio irkluotojų, – primena K.Keblys.

Prabilęs apie atsarginį D.Nemeravičių treneris prisiminė skaudžią pamoką, kurią teko išmokti per porinės keturvietės atranką į olimpinės žaidynes.

„Vienu metu turėjome penkis žmones, vėliau liko keturi, kurie vyko į atranką. Likus vos kelioms dienoms iki starto atrankos regatoje vienas komandos narys patyrė traumą, bet turėjome sūktis. Todėl dabar žinome, kad atsarginis irkluotojas yra lygiai toks pat svarbus. Jo užduotis tikrai sudėtinga ir sunki, nes žaidynėms jis ruošis kaip ir visi. Jis nėra silpnėsnis. Dovydas gali puikiai irkluoti tiek su Aurimu, tiek su Sauliumi. Žinome, kad būtent Dovydas su Sauliumi iškovojo kelialapį į Tokiją. Atsarginis visada būna šalia, jis bet kurią akimirką turi būti pasirengęs keisti dėl sveikatos problemų negalintį startuoti sportininką. Galbūt tik atrodo, kad atsarginis – nereikšmingas žmogus, tačiau taip nėra, – patikina treneris.



K.Keblys

Moterų porinė dvivietė į žaidynes vyks be atsarginės sportininkės. „Tai buvo sudėtingas, galbūt neteisingas ir skubotas sprendimas, – pripažįsta K.Keblys. – Buvo svarstoma, kad šalia merginų būtų Viktorija Senkutė. Bet dabar turime, ką turime. Taip, jaunų mergaičių yra, bet tai dar nėra tasai sportinis kalibras. Ir Viktorija nėra tas kalibras, koks Donata su Milda, bet ji – šiek tiek arčiau.“

Irklavimo rinktinė į Japoniją išskris liepos viduryje ir aklimatizuosis lietuviams gerai pažįstamame Hiracukos mieste, su kuriuo LTOK yra pasirašęs bendradarbiavimo sutartį. Treneriuočių sąlygos bus ypatingos: sportininkai galės būti tik viešbutyje ir treneriuočių bazėse, už pasirodymą kitose vietose, pavyzdžiui, miesto parduotuvėje, grės diskvalifikacija iš žaidynių.

„Į olimpinį kanalą mus įleis tik likus šešioms dienoms iki starto, pirmą dieną bus galima tik pasiimti inventorių, jį reguliuoti, tačiau irkluoti nebus leidžiama, – informuoja K.Keblys. – Tai reiškia, kad mes, treneriai, dirbsime kanale, sportininkai dirbs salėje su treneriuokliais. Pripažinkime, treneriuokliai suteikia visai kitokį pojūtį. Vandens nebuvimas nėra gerai, bet kito pasirinkimo neturėsime.“

Pasak trenerio, situacija nėra labai bloga, svarbiausia, kad sportininkai turės laiko aklimatizacijai.

2019 m. K.Keblys Tokijuje viešėjo su šalies jaunių rinktinė. „Irklavome tame pačiame kanale, teko stebėti, kaip sportininkai prisitaiko – startavę septintą dieną visi jautėsi neblogai. Todėl ir šįkart skaičiavome, kiek laiko prireiks aklimatizacijai. Žinome, kad bus labai karšta ir drėgna. 35 laipsniai karščio ir 80 proc. drėgmė – gera turkiška pirtis. Paklauskite, ar lietuviai sugeba irkluoti tokiomis sąlygomis? Lietuviai viską sugeba. Jiems nebūna blogų sąlygų. Ar šilta, ar šalta – nesvarbu. Tiesiog reikės pakoreguoti apšilimus, dar kelias smulkmenas“, – sako treneris.

Su sportininkais į olimpines žaidynes vyks trys treneriai: pats K.Keblys, M.Griškio treneris Robertas Tamulevičius ir su moterų porine besidarbuojantis Virgaudas Leknickas. Komandos vadovu



Naujai suburta įgula – A.Adomavičius ir S.Ritteris

paskirtas Egidijus Balčiūnas.

K.Keblys prieš penkerius metus į Rio de Žaneiro olimpines žaidynes vyko kaip moterų porinės dvivietės treneris. Tuomet M.Valčiukaitė ir D.Karalienė (tada dar Vištartaitė) iškovojo bronzos medalius.

Šįkart į olimpines žaidynes K.Keblys grįžta kaip vyriausiasis rinktinės treneris, dėliojantis vyrų porinės dvivietės niuansus.

K.Keblys prisipažįsta, kad jo darbas su moterų komanda nutrūko tada, kai Donata sustabdė sportinę karjerą. Treneris buvo paskirtas dirbti su jaunių ir jaunimo rinktinė, o vėliau Lietuvos irklavimo federacijos prezidentas Dainius Pavilionis bei sportininkai išreiškė norą, kad K.Keblys imtų treniruoti vyrų porinę keturvietę.

„Tuo metu įgula buvo visiškame dugne. Buvo tikslas prikelti ją olimpinei atrankai. Mes tą ir darėme. Kelialapio neiškovojome. Komanda subyrėjo, įvyko atranka į porinę dvivietę. Buvo priimtas sprendimas, kad su vaikiniais dirbsiu aš. Netikėtumų per šį ciklą buvo daug, bet esu dėkingas likimui, kad teko dirbti su jauniais ir jaunimu. Tai suteikė labai daug žinių, – neslepia K.Keblys. – Augau su jaunimu, turėjau laisvės dirbti su metodikomis, buvo laiko eksperimentams. Turėjau puikių mokytojų, tokių kaip Algirdas Arelis. Iki šiol su juo konsultuojamės. Fiziologijos klausimais mane konsultuodavo Juozas Skernevičius. Augau, mokiausi. Keturvietė tapo iššūkiu. Tai buvo tituluoti sportininkai, pasižymintys savais charakteriais. Norėjau patikrinti, ar sugebėsiu juos atvesti iki to lygio, kuriame jie buvo. Aš treniravau juos, jie treniravo mane.“

Šį olimpinį ciklą didžiausia staigmena treneriui tapo D.Karalienės sugrįžimas į didįjį sportą. „Neįtikėtina profesionalė, nuolat mąstanti, kaip viską padaryti geriausiai, ieškanti geriausių sprendimų. Ji iš savęs reikalauja labai daug. Pradėjo sportuoti lapkričio mėnesį, o jau kovą gerino asmeninius rekordus. Kiekvieną treniruotę ji kalasi su savimi iš paskutiniųjų – dirba, dirba, dirba, atsigaua ir vėl dirba. Tai yra neįtikėtina“, – stebisi vyriausiasis rinktinės treneris.

Beje, to garbingo priesašo „vyr.“ šalia žodžio „treneris“ K.Keblys visiškai nesureikšmina: „Darbai, prisidėję kartu su priesašu „vyr. treneris“, atėjo laipsniškai, užsikraunant ant pečių vis daugiau organizacinių reikalų. Kas yra vyriausiasis treneris? Tai esi tas pats tu, tik turi daugiau pareigų ir darbų. Olimpino ciklo vizija buvo paprasta – kiekviena įgula turi savo trenerį. Anksčiau viskas buvo šiek tiek kitaip. Man teko koordinuoti visą rinktinės darbą, bet turėjau ir savo įgulą, su kuria dirbau. Ypatingo jausmo dėl to „vyr.“ nejaučiu, tiesiog žinau, kas, kaip ir kur. Pasikartosiu, nesureikšminu to, esu lygiavertis treneris, kaip ir visi kiti.“

O paskutinis pokalbio klausimas, žinoma, apie lūkesčius, susijusius su olimpinėmis žaidynėmis. Ir atsakymas, kuris gana trumpas: „A finalai.“

Į TOKIJĄ – SU DVIEM AUKLĒTINIAIS

REIKĖJO LAUKTI NET 40 METŲ, KOL IŠSIPILDĖ VIENA DIDŽIAUSIŲ DVIRAČIŲ SPORTO TRENERIO 64-ERIŲ VILNIEČIO GEDIMINO KASTANAUSKŲ SVAJONIŲ. DU JO AUKLĒTINIAI – BUVĘ KLASĖS DRAUGAI RASA LELEIVYTĖ IR EVALDAŠ ŠIŠKEVIČIUS – IŠKOVOJŲ KELIALAPIUS Į TOKIJO OLIMPINES ŽAIDYNES.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ



Asmeninio albumo nuotr.

G.Kastanauskas olimpiečiais tapusius savo auklėtinius E.Šiškevičių ir R.Leleivyte rengė ne tik fiziškai, bet ir psichologiškai

Kartu su sportininkais pirmą kartą olimpinės žaidynes gyvai pamatys ir jų treneris, kuris neslepia, kad jaučia didžiulį jaudulį nuo pat tos dienos, kai jo geriausi auklėtiniai pasipuošė Lietuvos olimpinės rinktinės aprangomis.

Olimpinės rinktinės kandidatė yra dar viena G.Kastanausko auklėtinė Katažina Sosna, startuojanti kalnų dviračių sporto varžybose.

Tiesa, nedaug trūko, kad Lietuvos dviračių sporto bendruomenė būtų praradusi šį talentingą trenerį, gimusį tremtyje Šiaurės Kazachstane ir su tėvais į Lietuvą grįžusį dvejų metų.

Kai R.Leleivytei ir E.Šiškevičiui buvo vos treji ir jie apie jokią sportą negalvojo, Gediminas, kupinas patriotinių jausmų, užsirašė į savanorių gretas ir per kruvinus Sausio įvykius 1991-aisiais saugojo Lietuvos Aukščiausiąją Tarybą, o Maskvoje kilus rugpjūčio pučui – Vyriausybę. Jis apdovanotas Lietuvos kariuomenės kūrėjo medaliu, o vėliau paskirtas pasienio užkardos viršininku, kuriuo dirbo 1991–1995 m.

„Atsiveikinau su trenerio darbu, kurį pradėjau 1981-aisiais, ir per Sausio įvykius išėjau tarnauti į krašto apsaugą. Daugiau kaip pusę metų neišeidami iki pat pučo saugojome Aukščiausiąją Tarybą. O pučas įvyko per mano gimtadienį – rugpjūčio 19 dieną ir tik tada buvome paleisti į namus. Kai Lietuva tapo nepriklausoma, paju-

tau, kad mano pašaukimas – ne karinė sritis, o dviračių sportas. Sugrįžau į jį, o 1998-aisiais mano grupėje jau treniravosi Rasa su Evaldu“, – prisiminė G.Kastanauskas.

Šiame ne tik jūsų auklėtiniai pelnė olimpinius kelialapius, bet ir buvote paskirtas Lietuvos moterų dviračių rinktinės vyriausioju treneriu. Metai įspūdingi?

Metai tikrai puikūs, juk įgyvendinome tai, ko šitiek laiko siekėme – pagaliau dalyvausime olimpinėse žaidynėse. Bet ir anksčiau mano karjeroje buvo gerų metų. Daug džiaugsmo suteikė Rasos Leleivytes 2006-ųjų auksinis finišas pasaulio jaunimo čempionate, 2008 m. pelnytas Europos jaunimo iki 23 metų čempionės vardas.

Patyriau nepamirštamų akimirkų ir tada, kai Katažina Sosna 2010 ir 2011 m. tapo Europos jaunimo iki 23 metų plento čempionatų bronzine prizininke, o 2016-aisiais per Europos kalnų dviratininkų maratono čempionatą irgi stovėjo ant garbės pakylės trečiojo laiptelio. Pasaulio jaunių dviračių treko čempionato prizininke tapo Aleksandra Sošenko, kuri, tiesa, jau baigė sportinę karjerą.

Lietuvos moterų rinktinės vyriausioju treneriu pirmą kartą buvau paskirtas 2011-aisiais prieš Londono olimpinės žaidynes, kai pakeičiau Valerijų Konovalovą. Bet juo dirbau trumpai.

Kaip jums pavyko rasti auklėtinius, kurie dabar tapo olimpiečiais?

Rasa ir Evaldas mokėsi Barbaros Radvilaitės vidurinėje mokykloje vienoje klasėje. Evaldas į dviračių sportą atėjo anksčiau, būdamas ketvirtokas. Rasa iš pradžių lankė dziudo treniruotes, tačiau netrukus pasekė klasioko pavyzdžiu ir šeštoje klasėje pakeitė sporto šaką, pasirinko dviračius.

Kad mokiniai taptų aukšto meistriškumo dviratininkais, juos rengiau ne tik fiziškai, bet ir psichologiškai. Jaunystėje irgi myniau dviračių pedalus, turėjau puikų trenerį Henriką Sinkevičių. Jis man įskiepijo meilę šiai sporto šakai, todėl sekdamas jo pavyzdžiu irgi stengiausi tapti geru treneriu.

Ta įskiepyta meile iki šiol dalinuosi su savo mokiniais. Mano buvusi auklėtinė Valentina Toguzajeva-Pokladok pasekė mano pėdomis ir pradėjome dirbti kartu: iš pradžių Vilniaus „Sietyno“ sporto mokykloje, o nuo 2014-ųjų, sujungus aštuonias miesto sporto mokyklas, – Vilniaus miesto sporto centre.

Apie R. Leleivytę esate sakę, kad tokios gabios dviratininkės savo grupėje dar neturėjote. O ką galite pasakyti apie jos klases draugą E. Šiškevičių?

Abu savaip talentingi. Evaldas pasižymi dideliu darbštumu ir noru treniruotis bei kovoti trasoje. Jis nepasižymi išskirtiniais duomenimis, bet visada nori būti pirmas: krinta, atsikelia ir vėl veržiasi į priekį.

Rasa pasižymi greičiu, reakcija, staigumu, yra koordinuota, galėjo būti gera lengvaatletė sprinterė ar dziudo imtynininkė. Olimpino kelialapiu šįkart neiškovojusį Katažina – tikra darbštuolė. Gydytojai jai tik per didelius vargus leido sportuoti. Tačiau po truputį, neforsuodami krūvių atsikratėme visų sveikatos problemų ir dabar Katažina atlaiko didelius krūvius kalnuose. Nors jai, gana aukštai ir tvirtu sudėjimu, kalnuose nėra lengva rungtyniauti, tačiau sportininkė viską pasiekė ypač sąžiningu darbu. Noriu pasakyti, kad mano grupėje visi tokie auklėtiniai.

Italijoje daug metų lenktyniavusi Urtė Juodvalkytė dabar vadovauja Karo policijos būriui, Sabina Brazevič – Poznanės universiteto dėstytoja.

R. Leleivytė jau daug metų gyvena Italijoje, ten dabar treniruojasi ir K. Sosna, o E. Šiškevičius – Prancūzijoje. Kaip su jais palaikote ryšį?

Kalbamės įvairiausiais būdais. Rasa kiekvieną rudenį grįžta namo ir treniruojasi mano grupėje. O Evaldas su šeima daugiau laiko praleidžia Prancūzijoje.

Iki olimpinių žaidynių Rasa dar dalyvaus dvejuose varžybose, o liepos 12 d. pradėsime treniruoti stovyklą Livinjo aukštikalnėse Italijoje. Į Tokiją su ja vyksime liepos 20 d. Moterų grupinių lenktynių startas – liepos 25-ąją.

Evaldas irgi dalyvaus varžybose Prancūzijoje ir kartu su Lietuvos vyrų rinktinės vyriausiuoju treneriu Artūru Kaspučiu liepos 19 d. skris į Tokiją. Vyrų grupinių lenktynių startas – liepos 24-ąją.

Ar jūsų dviračių sporto bazė vis dar yra Naujojoje Vilnioje, kur, įtikinus Vilniaus miesto savivaldybę, kad šis rajonas yra užmirštas, ten gyvenantys vaikai mažai sportuoja, pagal pa-naudos sutartį buvo skirtos patalpos, kurias patys įsirengėte?

Tos dviračių sporto bazės, kurioje treniravosi mūsų olimpiečiai, jau nebėra. Dabar ten – „Lidl“ parduotuvė. Bet per miesto savivaldybę buvo skirta lėšų naujai dviračių sporto bazei įrengti. Dabar mes įsikūrėme „Laisvės“ gimnazijos pirmame aukšte.

Turime viską, ko dviratininkams reikia po pratybų. Yra mokyklos stadionas su nauja danga, sporto salė, kurioje galime treniruotis. Sporto baze esame labai patenkinti, ji geresnė nei ankstesnė.



Šių metų Europos kalnų dviračių kroso čempionate K. Sosna (kairėje) iškovojo penktąją vietą. Nuotraukoje – su G. Kastanausku ir 19 vietą užėmusia G. Karasiovaite

2001–2014 m. dirbote ne tik treneriu, bet ir vadovavote „Sietyno“ sporto mokyklai, kurioje buvo kultivuojamos aštuonios sporto šakos. Nebuvo sunku?

Ne, nebuvo. Nors kolektyvas didelis, bet buvau jaunesnis, turėjau daug energijos. Tuo laikotarpiu mokykloje buvo daug talentingų sportininkų, iš kurių norisi išskirti irkluotoją Mildą Valčiukaitę, dirbo 50 trenerių. Kai buvo jungiamos Vilniaus sporto mokyklos, pasilikau dirbti tik dviračių sporto treneriu.

Šiomet sukaks 40 metų, kai dirbate dviratininkų treneriu. Ką dangi nuo vienuolikos metų pats mynėte dviračio pedalus, kokį meistriškumą pavyko pasiekti?

Buvau laikomas perspektyviu dviratininku, tačiau per anksti, dar priklausydamas jaunučių grupei, buvau pakviestas į Lietuvos vyrų rinktinę. Treniruoti krūviai mano organizmui buvo per dideli, po jų taip ir neatsigavau. Mano karjera baigėsi septyniolikos. Pirmasis treneris H. Sinkevičius man įteigė: kad ir kas būtų, nereikia pertrenuoti vaikų. Tą aš iki šių dienų ir darau.

Ko iš jūsų auklėtinių galima tikėtis Tokijuje, kokios jų vietos pradžiugintų?

Būčiau laimingas, jeigu olimpinėje trasoje jie rungtyniautų garbingai ir būtų pajėgūs kovoti su daugiau dalyvių turinčiomis komandomis, trasoje būtų atidūs ir nepažiopsotų susidariusių situacijų.

Moterų grupinėse lenktynėse jėgas bandys apie 70, o vyrų – apie 100 sportininkų. Sunkioje ir kalnuotoje trasoje įvairiai gali susiklostyti taktinė kova, bus daug visokių situacijų. Labai svarbu, kad auklėtiniai pataikytų į reikiamą momentą. Rasa ir Evaldas nėra lenktyniavę Japonijoje, jiems trasa bus nežinoma.



F. Beleşkevičienė

„OLIMPINĖS KARTOS“ BANGA RITASI VIS PLAČIAU

KAS BŪTŲ, JEI Į DARŽELĮ ATKELIAUTŲ VIRTUALI OLIMPINĖ ĖJIKĖ BRIGITA VIRBALYTĖ? ARBA MOKYKLOJE UŽ SPORTINĘ VEIKLĄ GAUTUME UNIKALŲ PRIZĄ IŠ PERDIRBTŲ ATLIEKŲ – JUK TOKIJŲ ŽAIDYNIŲ MEDALIAI IRGI PAGAMINTI IŠ NAUDOTOS ELEKTRONIKOS DETALIŲ. PANAŠŪS DAĖYKAI DĖSIS NET SEPTYNIASDEŠIMT DVIEJOSE UGDYMO ĮSTAIGOSE. ČIA VYKSTA ĮVAIRIAUSIOS VEIKLOS, KURIOMS OLIMPINĖS DVASIOS ĮPŪTĖ LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO PROGRAMA „OLIMPINĖ KARTA“ IR, SVARBIAUSIA, PRIE JOS NET PANDEMINIU LAIKOTARPIU SU DŽIAUGSMU PRISIDĖJĘ PEDAGOGAI.

LAIMA STUNDŽAITĖ

Gegužę startavę ir iki lapkričio besitęsiantys renginiai neišvengiamai susiję su svarbiausiu metų sporto įvykiu – Tokijo olimpinėmis žaidynėmis.

„Viena Kėdainių mokykla, turinti baseiną, nusprendė, kad dėmesį skirs jiems naujai sporto šakai – vandensvydžiui, tad bendradarbiaudama su šios olimpinės sporto šakos federacija su ja supažindins vaikus. Kitos įstaigos, galvodamos apie Tokijo žaidynes, su vaikais pieš, kurs talismanus, supažindins su Lietuvos sportininkais, įtrauks ir juos į veiklas. Treti savo bendruomenėse rengia olimpinės dienas ar žaidynes – įtraukdami olimpinį žaidynių ceremonijų elementus ir simbolius. Vienas darželis kviečia kitus žaidynių metu drauge palaikyti mūsų sportininkus Tokijoje.

Kiti akcentuoja ryto mankštas ir jas skirtingai įgyvendins“, – Lietuvos tautinio olimpinio komiteto Olimpinių švietimo direktcijos vadovė Vita Balsytė, kuriojanti jau dvidešimt metų gyvuojančią programą „Olimpinė karta“, džiaugiasi jos dalyvių aktyvumu, fantazija ir veiklų gausa.

MAŽOJI JAPONIJA KAUNE

Kauno šv. Kazimiero progimnazijos direktorės pavaduotoja ugdymui Filomena Beleşkevičienė prie „Olimpinės kartos“ prisijungė beveik prieš porą dešimtmečių, kai programa tik prasidėjo, o ji pati dirbo fizinio ugdymo mokytoja.

„Manau, visa kūno kultūra, visas fizinis ugdymas turėtų remtis tomis esminėmis vertybėmis, kurias deklaruoja olimpinis judėjimas“.



Asmeninio albumo nuotrauka

L.Kozienė ir pati sportuoja su „Žilvičio“ darželinukais

mas. Svajoju, kad visi su vaikais dirbantys mokytojai šiomis vertybėmis vadovautųsi“, – sako ir progimnazijos, ir Kauno miesto renginius organizuojanti mokytoja.

Šįmet spalio 11-ąją jos ir „Olimpinės kartos“ dėka šv. Kazimiero progimnazija virs mažąja Japonija, vyks integruotas bendruomenės projektas „Olimpinių žaidynių keliu“. Tokios sporto ir sveikatinimo dienos rengiamos Japonijoje, kauniškiai visą mokyklos bendruomenę ir mokomuosius dalykus apimančią programą paruošė remdamiesi Tekančios saulės šalies pavyzdžiu.

„Kiek bus įmanoma, savo jėgomis ir su socialinių partnerių pagalba visas tos dienos veiklas orientuosime į Japonijos kultūrą, istoriją, sveikatinimo ir fizinio aktyvumo sampratą, prisiminsime Tokijo žaidynes, jose dalyvavusias asmenybes, sporto šakas, kurių atstovai varžėsi, ten pasiektus rezultatus. Tądien vaikai bus įtraukti į integruotas veiklas – tiek sportines, tiek mokomųjų dalykų. Nugalėtojai bus, bet jų neišskirsime – visus apdovanosime vienodais iš antrinių žaliavų pagamintais prizais“, – pasakoja F.Beleškevičienė.

Dar labiau tolimąja Japonija padvelks renginio pabaigoje – vyks visus suvienijanti tradicinė arbatos gėrimo ceremonija.

DIDŽIUOJASI BUVUSIU AUKLĖTINIŲ

Mažeikių lopšelis-darželis „Žilvitis“ „Olimpinės kartos“ programą prieš ketverius metus atrado tradiciniu keliu – interneto svetainėje. Kadangi administracija domisi sporto seminarais, renginiais ir projektais, iškart prie jos prisijungė. „Kiekvienas finansavimas yra svarbus, tai prisideda prie sporto inventoriaus atnaujinimo, renginių organizavimo ir įvairovės. Dalyvaujame sporto projektuose, nes sportuojantis, žaidžiantis, draugiškas vaikas – laimingas vaikas“, – sako „Žilvičio“ atstovė Lina Kozienė.

Šių metų „Žilvičio“ olimpinio projekto pavadinimas „Noriu būti olimpietis“ atsirado ne šiaip sau. Jį įkvėpė darželio ugdytinis Rokas Jokubaitis, kuris po sėkmingo sezono Kauno „Žalgiryje“ tapo dėl kelialapio į Tokiją kovojančios nacionalinės vyrų krepšinio rinktinės žaidėju.

„Rokas nuo mažens svajojo būti geru krepšininku ir jam pavyko“, – šypsosi L.Kozienė.

Ne tik darželis nepamiršo sportininko, Rokas savo pirmosios ugdymo įstaigos, kurioje ir pamėgo krepšinį, irgi neužmiršo – svarbių švenčių proga jis atsiunčia vaizdo sveikinimų ir linkėjimų.

Projekto dalyviai „Žilvičio“ ugdytiniai susipažins su Tokijo olimpinėmis žaidynėmis, patys atkartos jų logotipą ir dalyvaus savose – darželio olimpinėse žaidynėse, mokysis bendrauti ir bendradarbiauti, draugauti ir gerbti vieni kitus.

„Esame aktyvi ir draugiška bendruomenė, kai kuriose sportinėse veiklose dalyvauja ir ugdytinių tėvai. Tokie renginiai mus dar labiau vienija“, – pabrėžia L.Kozienė.

ĮTRAUKIA IR KITAS BENDRUOMENES

Galima sakyti, kad prieš du dešimtmečius nuo „Olimpinės kartos“ ir prasidėjo olimpinis ugdymas Lietuvoje. Prie programos pamažu jungėsi ugdymo įstaigos, kurioms rūpėjo olimpinių vertybių ir vaikų fizinio aktyvumo idėjų sklaida, siekis auginti olimpiečius. Šiandien tokių mokyklų ir darželių, susispietusių po „Olimpinės kartos“ vėliava, – jau 150. Pavasarį projekto dalyviai teikė paraišką ir net 72 iš jų gavo finansavimą savo idėjoms įgyvendinti.

Iš pradžių dauguma dalyvių orientuodavosi tik į sporto varžybas ar renginius olimpinių žaidynių tema. Metams bėgant vis daugiau jų rinkosi tęstinius, išsias bendruomenes sutelkiančius ir įtraukiančius projektus. Mokyklos ir darželiai prisidėti pakvietė vaikų su negalia organizacijas, senelių namus, specialiąsias tarnybas – susigalvojo bendrą veiklą su, pavyzdžiui, policija.

„Veiklos, skatinančios fizinį raštingumą, ugdančios olimpinės vertybes, išlieka bendruomenėse, kurios pačios jas toliau gali tęsti“, – programos plėtra džiaugiasi V.Balsytė. LTOK olimpinio švietimo direkcijos vadovei ypač smagu stebėti kaskart vis išradingesnius fizinio ugdymo mokytojus ir prisidėti įgyvendinant jų idėjas.

Norintieji įsijungti į „Olimpinės kartos“ veiklą ir tapti programos nariais tą padaryti gali užpildę paraišką internete.

DAUGIAU GREIČIO, MAŽIAU POPIERIAUS

TOKIJO ŽAIDYNĖS BUS KITOKIOS. DOPINGO KONTROLĖS PROCEDŪROS JOSE TAIP PAT NEIŠVENGS POKYČIŲ, BET DOPINGO KONTROLIERIAI, PRIEŠ ŽAIDYNĖS INTENSIVIAI MOKYDAMIĖSI DIRBTI DAUG GREIČIAU, BET TAIP PAT ATIDŽIAI, SIEKS, KAD NESAŽININGŲ ATLETŲ PRIE STARTO LINIJOS IR ANT OLIMPINIO PŪDIUMO NEBŪTŲ.

INGA JARMALAITĖ



R. Banytė Pjongčango olimpinėse žaidynėse

Asmeninio albumo nuotr.

Tokijo olimpinės žaidynės Lietuvos antidopingo agentūros direktorei Rūtai Banytei bus antrosios – olimpinį krikštą ji gavo prieš trejus metus Pjongčange. Į 2018 m. Pietų Korėjoje surengtas žiemos žaidynes ji vyko kaip dopingo kontrolės pareigūnė ir buvo tas žmogus, kuris dirbo su mėginiais arba prireikus pabūdavo ir sportininką į dopingo kontrolės punktą lydinčiu asmeniu.

Dabar į Tokiją lietuvė atrinkta būti tarptautine dopingo kontrolės pareigūne, bet konkrečios jos pareigos paaiškės tik nuvykus į darbo vietą. Ne, jokios paslapties ar įslaptintos informacijos čia nėra, tiesiog dopingo kontrolierių darbą irgi koreguoja COVID-19.

Atrinktieji dirbti Tokijuje, tarp jų ir R. Banytė, jau perėjo keturis mokymų kursus, per kuriuos sėmėsi išsamesnių ir platesnių darbo olimpinėse žaidynėse žinių bei gilinosi į pandemijos padiktuotus niansus. O jau nuvykus į vietą, pamačius realią COVID-19 situaciją, tikslų atvykusių dopingo kontrolierių skaičių bus skirstoma, kas ir už ką konkrečiai žaidynėse bus atsakingas.

TIKSLAS – UNIVERSALUMAS

Tikrovė tokia, kad prieš šiųmetes žaidynes labiau nei prieš bet kokias ankstesnes tenka visapusiškai apsidrausti ir užsitikrinti didesnį universalų dopingo kontrolės pareigūnų būrį. Juk vieni pakviesti specialistai gali neatvykti dėl jų šalyje staiga pablogėjusios COVID-19 padėties, kiti – Tokijuje susirgti, pagaliau įmanomas ir toks variantas, kad per žaidynes teks izoliuotis grupei dopingo kontrolierių, o kažkam šį darbą vis tiek reikės dirbti. Siekiant ap-

sidrausti nuo įvairių grėsmių norima, kad į Tokiją atvyktų universaliai parengti žmonės, kuriuos būtų galima paskirti ten, kur tuo metu reikia.

Lietuvos antidopingo agentūros direktorė prasitaria, kad jau gavo nurodymų, kaip reikės dirbti. Į būsimų Tokijo dopingo kontrolierių elektroninius paštus atėjo naujienlaiškiai, kaip bus organizuojamas darbas ir laisvalaikis: tada, kai nedirbs, gaus dieną ar pusdienį poilsio, dopingo kontrolieriai turės būti savo viešbučio kambariuose.

„Po parduotuves, turistų lankytinas vietas tikrai nevaikščiosime, nes draudžiama. Pirmiausia bus žiūrima visų saugumo, dėl to net maistas bus patiekiamas į kambarius. Konkrečios testavimo dažnumo procedūros dar nenustatytos, bet suprantama, kad ir dopingo kontrolieriai bus testuojami“, – apie gyvenimą dideliame olimpiniam burbulė, kurio iki šiol dar neteko išbandyti, pasakoja R. Banytė.

TAUPYS LAIKĄ IR POPIERIŲ

Lygindama pasirengimą 2018 m. žaidynėms ir dabartinį R. Banytė sako, kad prieš vykdama į Pjongčangą buvo tiesiog supažindinta su laukiančiomis darbo sąlygomis ir užduotimis, o dabar prieš Tokiją vyksta nuotoliniai mokymai, sukurtos mokymų platformos: be kursų apie testavimą, neseniai išėjo naujausias mokymus apie Tokijo žaidynėse pirmąkart naudotą vadinamąją „paperless“ sistemą.

„Paperless“ sistema – tai nauja dopingo kontrolės forma, tiksliau, forma ta pati, tik keičiasi jos pavidalas ir iš ligšiolinio popierinio varianto ji tampa elektronine, o dopingo kontrolės punktuose ir pareigūnų rankose padaugėja planšečių. Tam, kad nebūtų papildomo streso per pačias žaidynes, prie šios naujovės jau imami pratinti ir sportininkai.

„Didžiausias dėmesys sutelktas į tai, kad dopingo kontrolės pareigūnai – tiek tarptautiniai, tiek vietos – dirbtų greitai, kruopščiai ir atidžiai. Tai susiję ir su tuo pandemijos reikalavimu, kad vienoje patalpoje žmonės būtų ne ilgiau nei 15 minučių“, – paaiškina pašnekovė.

Kaip vyks šlapimo mėginių ėmimo procedūra, kaip dopingo kontrolės punkte išlaikyti reikiamus atstumus ir užtikrinti, kad šlapimo mėginių davimo procedūrą tinkamai galėtų stebėti dopingo kontrolierius, kol kas neatskleidžiama, bet pandemijos nulemtų pakeitimų ir čia bus. Su visais pokyčiais, vėlgi tam, kad nebūtų papildomo streso, atletai supažindinami iš anksto Lietuvos antidopingo agentūros tinklalapyje, o tie sportininkai, kurie jau turi iškovoję olimpinius kelialapius, bukletus su laukiančiomis naujovėmis gaus asmeniškai.

SVARBIAUSIA – SAUGUMAS

Kai kurie Tokijuje sportininkus pasitikiantys dopingo kontrolės procedūrų pokyčiai susiję su Pasaulinės antidopingo agentūros (WADA) kodekso pasikeitimais, įsigaliojusiais nuo šių metų sausio 1 d., kai kurie – visas procedūras įvertinti iš naujo privertusio nelemtojo viruso. O prieš Tokijo žaidynes dauguma pakeitimų daromi tam, kad būtų užtikrintas sportininkų saugumas.

Paklausta, kokį didžiausią įspūdį parsivežė iš Pjongčango žaidynių, R.Banytė irgi pirmiausia pamini saugumą. Tiesa, tada, 2018-aisiais, šis žodis nebuvo įgavęs pandemio atspalvio.

„Gal didžiausias įspūdis – saugumas. Pavyzdžiui, norint patekti į Pjongčango olimpinį kaimelį, reikėjo pereiti keturis patikros punktus, labai panašius į oro uostų tikrinimo zonas. O darbas buvo toks pats, kokį atlieku Lietuvoje, jokių pakeitimų nebuvo, – pirmuosius olimpinius įspūdžius prisimena pašnekovė. – Dar buvo labai naudinga susipažinti su užsienio kolegomis, kurių ten atvyko iš viso pasaulio – nuo Kanados iki Naujosios Zelandijos, pasidalyti patirtimi, kaip pas juos organizuojami darbai. Ir įsiminė darbas su sportininkais – vieni labai gražiai bendraujantys, kiti priešiški.“

Ar per pandemiją sportininkai neatprato nuo dopingo kontrolės pareigūnų? Juk varžybų nebuvo – ar reikėjo kontrolės? – paklausė R.Banytės.

Mūsų atletai, esantys tarptautiniame registruotų testuotųjų sportininkų sąraše, per pandemiją buvo tikrinami ne varžybų metu. Išsuntinėjome jiems klausimus, ar jiems nereikia izoliuotis, ar jie neserga, ir jeigu ne – dopingo kontrolės pareigūnai, laikydamiesi visų nustatytų saugumo taisyklių, vyko į jų namus.

Noriu pasidžiaugti, kad šiuo nelengvu periodu dauguma mūsų sportininkų noriai su mumis bendradarbiavo. Dirbome didesnio atsargumo sąlygomis, šiek tiek sumažintomis apimtėmis, bet testavimas vyko. Mes kasmet pasitvirtiname testavimo planą, todėl galime pasakyti, kad per pandeminius metus testavimo planą įvykdėme 98 proc. Nors yra šalių, kuriose šis rodiklis siekia 40–50 proc.

Dauguma mūsų olimpiečių pasiskiepijo nuo COVID-19. Šios vakcinos ir jų ilgalaikis poveikis – dar naujas reiškinys. Ar dėl vakcinų neteko koreguoti WADA draudžiamųjų medžiagų sąrašo?

Kaip tik šiuo metu yra atliekamas tyrimas, kaip skiepai nuo COVID-19 veikia ar neveikia sportininkų organizmus. Ar nuo skiepo gali būti kokių nors pakeitimų, ar negali – dabar tokia informacija yra renkama, tiriama ir sisteminama.

Šiame tyrime dalyvauja keturių šalių sportininkai, tarp jų – ir šeši atletai savanoriai iš Lietuvos: trys moterys ir trys vyrai. Be mūsų,



šiame tyrime taip pat dalyvauja sportininkai iš Kanados, Didžiosios Britanijos, Danijos. Nors tyrimas dar nesibaigė, bet jau dabar galima pasakyti, kad kažkokių reikšmingų pokyčių dėl vakcinų neužfiksuota. Ir mes labai džiaugiamės, kad mūsų sportininkai aktyviai skiepijosi.

Nuo 2021 m. sausio 1 d. WADA įvedė naujus Antidopingo kodekso pakeitimus. Kokius pagrindinius akcentus išskirtumėte, kaip papildomai nuo šių metų siekiama paties pagrindinio WADA tikslo – apsaugoti švairius sportininkus?

Vienas iš svarbių pakeitimų – sportininkų antidopingo teisių aktas: nuo šiol vienoje vietoje bus išdėstytos Antidopingo kodekse ir tarptautiniuose standartuose konkrečiai nustatytos sportininkų teisės bei kiti suderinti gerosios praktikos principai, susiję su bendra sportininkų teisių apsauga antidopingo srityje.

Kitas svarbus punktas yra vienuoliktasis Antidopingo taisyklių pažeidimas – pranešėjų apsauga. Pažeidimu bus laikomi sportininko arba kito asmens veiksmai, kuriais siekiama atgrasyti nuo pranešimo institucijoms apie antidopingo taisyklių pažeidimus arba už tai keršyti. Numatytas diskvalifikacijos laikotarpis – nuo dvejų metų iki diskvalifikacijos visam gyvenimui.

Trečiasis pakeitimas susijęs su medžiagomis, kuriomis linkusi piktnaudžiauti visuomenė. Tai medžiagos, kurios priskiriamos stimuliatorių klasei ir WADA draudžiamųjų medžiagų ir metodų sąrašo konkrečiai įvardytos kaip tos, kuriomis dažnai piktnaudžiaujama ne sporte, pavyzdžiui, kanapės arba kokainas. Tais atvejais, kai šių medžiagų randama varžybų metu, sportininkas gali sulaukti trijų mėnesių diskvalifikacijos, jei ši medžiaga vartota ne varžybų laikotarpiu ir ne sportiniams rezultatams gerinti. Bet jeigu sportininkas baigia reabilitacijos programą, įgyja galimybę susitrum-pinti diskvalifikacijos laiką.

Vienas pagrindinių sportininkus drausminančių būdų – baimė būti pagautam ir iš to kylantys padariniai: atims medalius, premijas, stipendijas. Ar norėtumėte, kad pagrindinė paskata nevartoti draudžiamųjų medžiagų, varžytis sąžiningai būtų kitokia – ne baimė?

Man atrodo, kad šis požiūris turėtų keistis. Aš suprantu, kad sąžiningiems sportininkams stoti prie vienos starto linijos su vartojančiaisiais dopingą yra pikta, nes tenka nelygiomis sąlygomis varžytis su sukčiais. Todėl pirmas dalykas, kurį reikėtų keisti, – tai požiūris, kad ne baimė būti sugautam, o gėda sukčiauti būtų pagrindinis dopingo nesirinkti skatinantis veiksnys.

Bet šioje vietoje ir mes, visuomenė, turėtume priimti atsakomybę: juk norime matyti vis naujus rekordus, todėl sportininkai jaučia visuomenės spaudimą nubėgti greičiau, nušokti toliau. Jei-gu laimi – ant rankų nešioja, jei pralaimi – būna priversti ieškoti pasiteisinimų, kad nebuvau toks greitas, nes gavau traumą. Mes visi turėtume palaikyti sportininkus: jeigu bėgo traumotas – šaunuolis, nes kovojo, atidavė visą save.

Kita vertus, turime suprasti, kad sportas – tai ne karas. Nors sportas įgauna politinį atspalvį, bet žuvusiųjų nėra. Tai turi būti maloni šventė visiems.



DAUGIAU KONTROLĖS

Nacionalinės antidopingo agentūros skelbia, kad jų misija – padėti sportininkui, o ne jį bausti. Kokios pagalbos iš Lietuvos antidopingo agentūros gali tikėtis mūsų sportininkai?

Mes ypač akcentuojame švietimą. Jeigu kažkas neaišku, sportininkai gali skambinti, parašyti žinutę, stengiamės padėti, pakonsultuoti. Jeigu taip nutiko, kad sportininkas gavo teigiamą testo atsakymą, stengiamės analizuoti jo atvejį, atsižvelgti, bendradarbiauti, padėti tiek, kiek tą leidžia daryti Antidopingo kodeksas. Nepamirštame ir žmogiškumo.

Bet nutinka ir taip, kad mūsų sportininkams tenka skelbti nuosprendį. Ar daug tokių dienų būna per metus?

Prieš atsakydama, daug ar ne, atkreipsiu dėmesį, kad Lietuvoje veikia tokia institucija kaip Nepriklausoma antidopingo taisyklių pažeidimo komisija. Sportininkas, gavęs teigiamą testo atsakymą, gali spręsti, kur nori kreiptis – į mus, Antidopingo agentūrą, ar į komisiją.

Džiaugiamės, kad tai nėra labai dažnas reiškinys, bet būna tokių dienų, kai mums tenka sportininkams skelbti nuobaudą. Tada nesijauti gerai, bet tokia mūsų darbo dalis.

Dažniausiai viešąją erdvę pasiekiantys įkliuvusių sportininkų pasiteisinimai – netyčia, nepastebėjau, nežinojau. Ar yra buvę, kad sportininkas iš karto pasakytų: taip, aš žinojau, kad negalima, bet vartojau?

Keliskart yra buvę, kai sportininkai pripažino, jog vartojo, tačiau tai pavieniai atvejai. Lėties dažniausi pasiaiškinimai yra tokie, kad aš nekaltas, aplinka kalta: netyčia, neperskaičiau instrukcijos, įpylė – nemačiau, nežinau iš kur ir panašūs.

Yra sakoma, kad dopingo vartotojai (sportininkai) ir jų gaudytojai (dopingo kontrolieriai) – tai lyg amžinas katės ir pelės žaidimas. Ar sutiktumėte su tokia mintimi?

Taip, šio žaidimo elementų yra, ypač anksčiau tai buvo labai panašu į katės ir pelės gaudynes. Bet dabar padėtis šiek tiek keičiasi. Sportininkai įkliūva dėl tų medžiagų, kurios jau daug metų rinkoje. Nieko naujo neatsiranda.

Štai kad ir bene geriausiai žinoma dviratininko Lance'o Armstrongo dopingo byla: taip, jis turėjo didelį pagalbininkų būrį, ne vienas šioje dopingo schemeje veikė, bet jis nevartojo kažkokios naujos medžiagos – daugybę metų vartojo tas pačias dopingo kontrolieriams gerai žinomas.

Tobulėja laboratorijų įranga, jos kuria vis naujesnius ir tikslesnius medžiagų aptikimo metodus, todėl sukčiauti darosi vis sunkiau ir pavojingiau.

Ir pabaigai – apie pabaigą. Tokijuje sportininkas laimi medalį, pereina privalomas dopingo kontrolės procedūras, gauna neigiamą atsakymą, sulaukia daug sveikinimų ir norėtų ta proga ko nors ypatingo. Ar jau gali suvalgyti bandelę su itin gausiu aguonų įdaru, jeigu ji jam labai patinka?

Jeigu visos procedūros atliktos – taip, gali. Viena bandelė ar koks nors tam tikrų medžiagų turintis vaisius teigiamo testo nepardys, bet gali iškreipti testo rodmenis.

2015 m. pabaigoje visą pasaulio sporto bendruomenę sudrebino pirmojo Pasaulinės antidopingo agentūros (WADA) vadovo Dicko Pouno ataskaita apie Rusijos sukčiavimą ir sisteminių sportininkų dopingo vartojimą, palaikomą ir remiamą aukščiausių tos šalies valdžios pareigūnų. Vėlesnė kanadiečio teisininko Richardo McLaren'o ataskaita atskleidė naujų garbingą sportą paminančių rusų sukčiavimo faktų.

Po WADA akredituoto Maskvos antidopingo centro direktoriaus Grigorijaus Rodčenkovo viešo prisipažinimo (jo knyga apie neįtikėtiną įžūlumo Sočio žaidynių machinacijas „Rodčenkovo dvikova“ neseniai pasirodė ir lietuvių kalba) paaiškėjus daugiau detalių apie Sočio laboratorijoje vykusį mėginių sukeitimą, kuriam dirgavo Federalinė saugumo tarnyba, WADA ėmė griežtinti dopingo kontrolę. Ar nacionalinės antidopingo agentūros ir laboratorijos tą pajuto?

„Iš tiesų per pastaruosius kelerius metus padidėjusią kontrolę tikrai pajutome, esame atidžiau stebimi, dažnai atnaujinami pagrindiniai WADA dokumentai, reikalavimai, viskas yra dokumentuota, sudėta į Antidopingo administracijos ir valdymo sistemą (ADAMS), todėl sukčiauti nėra galimybių. Jeigu WADA darbuotojai pamato, kad esama kažkokių neatitikimų, ateina laiškas, kuriame nurodoma, jog esama trūkumų, kuriuos reikia ištaisyti“, – patvirtina Lietuvos antidopingo agentūros vadovė Rūta Banytė.

Atidžiai stebimos ir testavimo laboratorijos, jos kartais gauna dvigubai aklo tyrimo mėginių (tai yra draudžiamųjų medžiagų turinčių šlapimo mėginių, kurių slapta atsiunčia TOK medicinos komisija ir taip patikrina laboratorijos darba).

Taip paprastai kaip prieš Sočio žaidynes nepasiteisinsi, kad netyčia sudažo būtino iširti mėginio buteliukas, nes iškart žiūrima į užpildytą mėginio saugojimo sekos formą ir aiškinamasi, kas kurioje vietoje ir už ką atsakingas bei kur toji seka nutrūko.

„Dabar toks pasiaiškinimas net nelabai tikėtinas, – sako R.Banytė. – Lygiai taip pat tikrinami į ADAMS patenkančios duomenys: yra darbuotojai, kurie stebi, kiek buvo suformuota vadinamųjų misijų, kiek mėginių paimta ir kiek iš laboratorijų įkelta duomenų – viskas turi atitikti skaičius į skaičių. Vos tik pastebimas neatitikimas – ateina laiškas su reikalavimu paaiškinti ir ištaisyti.“

Kaip žinoma, po skandalingų Sočio žaidynių iš Rusijos sportininkų buvo atimta daugiau nei dešimt medalių, kai kurie medalininkai net ir po šešerių metų vis dar bylinėjasi Tarptautiniame sporto arbitražo teisme.

Po išaiškėjusių daugybės pažeidimų atidžiau stebimos iš sportininkų mėginių imančios įmonės, dopingo kontrolės pareigūnai, mėginių tyrimų laboratorijos, patys sportininkai, o nuo šių metų sausio 1-osios atnaujinus Antidopingo kodeksą į šią grandinę įtraukiamas ir sportininkus supantis personalas – nuo šiol jiems taip pat gresia sankcijos už dopingo pažeidimus.

Gerokai praretėjusi Rusijos komanda 2016 m. Rio de Žaneiro žaidynėse dalyvavo, o štai Tokijuje šios šalies vėliavos nebus. Regis, penkeri metai pasitaisyti ir susitvarkyti pasirodė per trumpas laikotarpis. Ar yra daugiau šalių, kurios taip pat stebimos per didinamąjį WADA stiklą?

„Yra stebimų ir šalių, ir sporto šakų, bet tai konfidenciali informacija. Jeigu kyla įtarimų, WADA siunčia savo žvalgybos padalinį, kuris aiškinasi, ar įtarimai pagrįsti“, – sako R.Banytė.

Tam, kad nebūtų įmanoma sukčiauti žaidynes rengiančių šalių mėginių tyrimo laboratorijose, pavyzdžiui, Pjongčange testavimo laboratorija nebuvo statoma, o visi surinkti mėginiai vežami testuoti kitur – nebuvo žinoma nei kur, nei kada juos išveš. Tokijas savo akredituotą WADA laboratoriją turi.

Dar vienas drausminimo ir kontrolės būdas – sportininkų mėginiai, kurie po 2012 m. Londono žaidynių saugomi dešimt metų. Pasak R.Banytės, mėginių saugojimo termino ilginti neketinama, bet dabar diskutuojama apie tai, kad atletus reikėtų testuoti priešvaržybiniu laikotarpiu prieš olimpinės žaidynes ir tuos mėginius taip pat saugoti. Tai būtų dar vienas nenuginčijamas palyginamasis rodmuo.

ŽIEMOS SPORTAS VASAROS ŽAIDYNĖSE

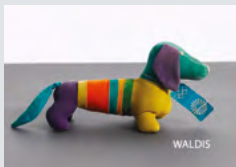
Pirmosios žiemos olimpinės žaidynės įvyko gerokai vėliau negu vasaros. Tarptautinis olimpinis komitetas žiemos žaidynes atskyrė tik 1924 m.

Vis dėlto dviejų žiemos sporto šakų atstovai olimpinėse žaidynėse debiutavo dar prieš pirmąsias žiemos žaidynes. Į 1908 m. Londono žaidynių programą buvo įtrauktas dailusis čiuožimas, 1920 m. Antverpeno žaidynėse vyko dailiojo čiuožimo ir ledo ritulio varžybos. Kadangi prieš šimtmetį net uždarose patalpose vasarą įrengti čiuožyklą būdavo neįmanoma, čiuožėjai dėl olimpinio medalių varžėsi ne tuo pačiu metu, kaip dauguma kitų olimpiečių. Per Londono žaidynes dailiojo čiuožimo varžybos vyko spalį, per Antverpeno abiejų žiemos sporto šakų turnyrai surengti balandį.

Įdomu, kad 1912 m. Stokholmo žaidynėse švedai atsisakė įtraukti žiemos sporto šakas į vasaros olimpinio žaidynių programą. XX amžiaus pradžioje – nuo 1901 iki 1926 m. – Švedijoje kas ketverius metus būdavo rengiamos Šiaurės žaidynės, kuriose vykdavo slidinėjimo, čiuožimo, ledo riedulio, skeletono, akmenųslėdžio, net kai kurių vasaros sporto šakų varžybos. Švedai nenorėjo, kad olimpinės žaidynės konkuruotų su jų šalyje pamėgtu dideliu žiemos sporto renginiu.

PIRMASIS OLIMPINIS TALISMANAS

Pirmasis oficialus olimpinis talismanas pasaulį išvydo per 1972 m. Miuncheno vasaros olimpinės žaidynes. Juo tapo Bavarijoje mėgstamos taksų veislės šuo Waldis.



Tiesa, olimpinį talismaną – abstraktų stilizuotą slidininką Schussą – jau turėjo 1968 m. Grenoblio žiemos olimpinės žaidynės, bet šis talismanas nebuvo oficialus. Vis dėlto olimpinio judėjimo vadovams prancūzų sumanymas patiko, todėl po ketverių metų atsirado Waldis.

Olimpinį talismaną nupiešė vokiečių grafikas Otlis Aicheris, kuris buvo ir vienas „Lufthansa“ skrydžių bendrovės logotipo autorių. Iš pradžių norėta, kad taksas būtų nuspalvintas penkių olimpinio žiedų spalvomis, bet O. Aicherio originaliame piešinyje nebuvo raudonos ir juodos spalvos, nes jos po Antrojo pasaulinio karo buvo siejamos su nacių simbolika. Šias spalvas pakeitė oranžinė ir žydra.

Waldis simbolizavo olimpiečiams būtinas savybes: užsispyrimą, atkaklumą ir vikrumą. Olimpinio talismano atvaizdas buvo spausdinamas ant sagų, lipdukų, kitų smulkių gaminių, buvo prigaminta pliušinių ir plastikinių žaislų. Žaidynių rengėjai net olimpinę maratono trasą nubrėžė taip, kad ji būtų panaši į šio talismano kontūrus.



Londono olimpinio žaidynių maratonas

IOC Media nuotr.

KODĖL PAILGĖJO MARATONO TRASA?

Maratono bėgimo nuotolis šiais laikais yra 42 kilometrai ir 195 metrai (arba 26 mylios ir 385 jardai). Nors maratono varžybos buvo surengtos jau per pirmąsias šiuolaikines olimpinės žaidynes 1896 m. Atėnuose, oficialiose taisyklėse tikslus bėgimo nuotolis įrašytas gerokai vėliau – 1921 m. gegužę.

Per pirmąsias olimpinės žaidynes sportininkai bėgo iš Maratono vietovės, kurioje 490 m. prieš mūsų erą atėniečių kariuomenė sumušė persus, į Atėnus. Trasos ilgio tuomet niekas tiksliai nematavo, bet bėgikai įveikė apie 40 km. Po Atėnų žaidynių maratono varžybos per kelerius metus paplito visame pasaulyje, tačiau ir kituose

maratonuose dėl tikslumo niekas nesuko galvos – būdavo bėgama apie 40 km.

Dabartinį nuotolį maratono bėgikai pirmą kartą įveikė per 1908 m. Londono žaidynes. Prieš varžybas karalienė Aleksandra pareikalavo, kad bėgikai startuotų prie Vindzoro pilies ir finišuotų ties olimpinio stadiono karališkąja lože. Atstumas tarp šių dviejų taškų buvo 26 mylios ir 385 jardai. Nors vėliau maratono nuotolis dar kelerius metus nebuvo tiksliai nustatytas (pavyzdžiui, per 1912 m. Stokholmo žaidynes sportininkai bėgo apie 40,2 km, per 1920 m. Antverpeno žaidynes – 42,75 km), galiausiai Tarptautinė mėgėjų lengvosios atletikos federacija (IAAF) patvirtino oficialų atstumą.



M. Phelpsas

APMOKESTINTI OLIMPINIAI MEDALIAI

Olimpiniai medaliai gali būti brangūs įvairiomis prasmėmis. Olimpinio žaidynių prizininkais tapusiems JAV sportininkams medaliai būna brangūs dar ir dėl to, kad už juos reikia sumokėti mokesčius.

Pagal JAV galiojantį „pergalės mokesčių“ sportininkai privalo sumokėti mokesčius už visus gautus piniginius prizus ir net medalius. Mokesčio tarifas skirtingas pajamas gaunantiems sportininkams yra nevienodas ir siekia iki 39,6 proc.

JAV olimpinis komitetas 2016 m. Rio de Žaneiro olimpinio žaidynių čempionams mokėjo 25 tūkst. dolerių premijas. Sidabro ir bronzos medalius laimėję sportininkai atitinkamai gavo 15 tūkst. ir 10 tūkst. dolerių. Medaliai apmokesti-

nami pagal juose esančių medžiagų vertę. Rio de Žaneiro žaidynių aukso medalis buvo įvertintas 600 dolerių, sidabro – 300 dolerių, bronzos – 4 doleriais.

Manoma, kad Rio de Žaneire penkis aukso ir vieną sidabro medalį iškovojęs plaukikas Michaelas Phelpsas po olimpinio žaidynių turėjo sumokėti apie 55 tūkst. dolerių, keturis aukso ir vieną bronzos medalį laimėjusi gimnastė Simone Biles – 44 tūkst. dolerių mokesčių.

Kai kuriems sportininkams mokesčių našta jau palengvėjo. 2016 m. pabaigoje prezidentas Barackas Obama pasirašė įstatymo pataisą, pagal kurią nuo „pergalės mokesčio“ atleido sportininkus, uždirbančius mažiau nei 1 mln. dolerių per metus.

KETVIRTOSIOS OLIMPINĖS, BET KITOKIOS

KAI BŪDAMAS 29-ERIŲ PO TREČIŲJŲ SAVO KARJEROS OLIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ SAULIUS BINEVIČIUS BAIGĖ PLauKIKO KARJERĄ, VYLĖSI, KAD VIENĄ DIENĄ DAR SUGRĮŠ Į OLIMPINĘ ARENĄ. IR SUGRĮŽTA. Į OLIMPINĮ TOKIJĄ KAUNIETIS VYKSTA SU TARPTAUTINĖS VANDENS SPORTO ŠAKŲ FEDERACIJOS TEISĖJO AKREDITACIJA. KAIP VIENAS IŠ VOS AŠTUONIŲ EUROPIEČIŲ, SULAUKUSIŲ TOKIO PASITIKĖJIMO.

JULIUS BLIŪDŽIUS



S.Binevičius dalyvavo trejose olimpinėse žaidynėse

Alfredo Piazzi nuotr.

Trejose olimpinėse žaidynėse – 2000 m. Sidnėjaus, 2004 m. Atėnų ir 2008 m. Pekino – startavęs dabar 42-erį S.Binevičius sako: „Prisiminimai tik patys geriausi, bet tam, kad papulčiau į olimpines žaidynes kaip teisėjas, taip pat reikėjo pereiti sunkią atranką.“

Tarptautinė vandens sporto šakų federacija (FINA) vertina ne tik kandidatų sukauptą patirtį, darbo kokybę, bet ir tai, kaip sekasi šalies plaukikams aukščiausio lygio čempionatuose. „Tikiu, jog mūsų sportininkų aukšti rezultatai priartino mane prie šios svajonės“, – sako buvęs plaukikas.

PRADŽIA – KAUNE

S.Binevičius teisėjo karjerą pradėjo nuo Kauno miesto pirmenybių, tarptautinių vaikų varžybų, Lietuvos čempionatų, kol sulaukė siūlymo prisidėti prie teisėjų komandos Europos jaunimo čempionate. Tai atvėrė kelius į Europos suaugusiųjų čempionatus,

pasaulio pirmenybes. Ir galiausiai – gauti kvietimą į olimpines žaidynes, kuris, nepaisant sukauptos patirties, S.Binevičių nustebino.

Pasak S.Binevičiaus, teisėjauti svarbiausiose varžybose ir iš arti matyti didžiausias Lietuvos plaukikų pergalės – didelė privilegija. Jis savo akimis regėjo Simono Bilio triumfą pasaulio čempionate Kanadoje, Dano Rapšio bronzinį finišą Europos čempionate Londone ir Rūtos Meilutytės pergalės Europos čempionate Danijoje.

„Bijau kažko nepaminti“, – susimąsto S.Binevičius.

Jis išskiria Europos žaidynes Baku, kurios sužavėjo ne tik Andriaus Šidlausko dominavimu, bet ir pačia organizacija. „Man tai priminė olimpines žaidynes. Ne veltui po jų nelabai kuri šalis sutiko perimti vykdymo sąlygas – kartelė buvo pakelta labai aukštai“, – nesistebi buvęs plaukikas.



S. Binevičius teko teisėjauti daug aukšto lygio varžybu

ŽMOGIŠKASIS VEIKSNYS IŠLIEKA SVARBUS

„Jau dabar žinome, kad matysime tik oro uostą, viešbutį ir baseiną. Tuo iš esmės Tokijo olimpinės žaidynės ir skirsis nuo visų kitų“, – šypsosi S. Binevičius. Pandemija įvedė savas korektūras, ir prisitaikyti prie jų teks visiems, ne tik sportininkams. „Net atsigerti vandens negalėsime išeiti iš viešbučio ar baseino. Prieš išvykstant 14 dienų reikės stebėti savo sveikatą, testą darytis likus 92 ir 72 valandoms bei nuvykus į Tokiją“, – reikalavimus vardija S. Binevičius.

Didelių plaukimo taisyklių pasikeitimų Tokijoje nebus – ši sporto šaka turi ypač galias tradicijas, todėl taisyklės čia nusistovėjusios, ir jei keičiasi – keičiasi po svarbiausių varžybu, o ne prieš jas. „Plaukimo taisyklės kinta labai nežymiai, bet didžiosios šalys lenktyniauja ne tik baseine, bet ir už jo ribų, ieškomamos įvairių galimybių interpretuoja taisykles, diegia mokslo pasiekimus. Juk medalį lemia šimtosios sekundės dalys. Pavyzdžiui, pamename, kaip buvo pasakytas stiprus „ne“ plaukimo kostiumams“, – primena pašnekovas.

S. Binevičius sako, kad žmogiškasis veiksnys teisėjavime išlieka svarbus: „Pats neoficialioje aplinkoje ne kartą esu klausęs teisėjų vadovų, kodėl plaukimas nenuveina paskui technologijas ir nesupaprastina taisyklių. Jei, pavyzdžiui, būtų leidžiama sienelę paliesti bet kuria kūno vieta, laikantis plaukimo stiliaus taisyklių, ir tai fiksuotų technologijos, nereikėtų mažiausiai 16 teisėjų.“

Teisėjų įtakos rezultatams, pasak S. Binevičiaus, bandoma išvengti, pavyzdžiui, keičiant jų pozicijas, draudžiant teisėjauti tame pačiame takelyje. Siekiama, kad arbitrai matytųsi kuo mažiau, bet sportininkų klaidos, o kartu ir diskvalifikacijos – neišvengiamos. Kaip ir neišvengiamos skirtingos nuomonės dėl vieno ar kito teisėjų sprendimo, pažeidimo traktavimo.

Kaunietis primena rezonansinę Dano Rapšio diskvalifikaciją 2019 m. pasaulio čempionate, kai šis aukso medalio neteko dėl apmaudaus judesio prieš pat startą: „Diskvalifikacija atrodė sąžininga, bet klausimas, ar taip nutikus didesnės šalies plaukikui nebūtų priimti kiti sprendimai. Pavyzdžiui, duotos visos starto komandos iš naujo, nes baseine buvo labai daug triukšmo, kuris galėjo išprovokuoti Dano krūptelėjimą. Prieš startą sportininkas būna maksimaliai susikontcentravęs, ir kiekvienas žiūrovų riks-

OLIMPIEČIAI

Lietuvos plaukimo rinktinė Tokijo olimpinėse žaidynėse:

- Danas Rapšys (200 ir 400 m laisvuoju stiliumi, 4x100 m kompleksiniu būdu).
- Giedrius Titenis (100 m krūtine, 4x100 m kompleksiniu būdu).
- Andrius Šidlauskas (100 m krūtine, 4x100 m kompleksiniu būdu).
- Deividas Margevičius (4x100 m kompleksiniu būdu).
- Kotryna Teterevkova (100 ir 200 m krūtine).
- Simonas Bilis (4x100 m kompleksiniu būdu).

mas, plojimas, kėdės nuleidimas, garsus atsikosėjimas gali labai pakenkti.“

S. Binevičius, kuris yra Kauno plaukimo mokyklos direktorius bei Lietuvos plaukimo federacijos (LPF) viceprezidentas, džiaugiasi galįs parvežti sukauptą patirtį į Lietuvą.

„Nežinau, ar pavyksta ją perduoti kolegoms Lietuvoje, bet atvykę svečiai iš kitų šalių giria mūsų teisėjus ir varžybų organizaciją. Noriu padėkoti visiems teisėjams, kurie teisėjauja savo miestuose, federacijos renginiuose“, – sako S. Binevičius ir kviečia buvusius plaukikus bei kitus šios sporto šakos gerbėjus papildyti plaukimo teisėjų gretas.

OLIMPINĖ RINKTINĖ – OPTIMALI

Kalbėdamas apie Lietuvos plaukimą S. Binevičius pabrėžia būtinybę galvoti apie rytojū. Paklaustas, kokią erą – erą po Rūtos Meilutytės – Lietuvos plaukimas išgyvena šiuo metu, LPF viceprezidentas sako, kad Lietuva visuomet turėjo įkvepiančių plaukimo lyderių.

„Turėjome ne tik Rūtą, bet Arvydą Juozaitį, Robertą Žulpa, Liną Kačiušytę, Raimundą Mažuolį, kitus olimpiečius, kurie mūsų sporto šaką visuomet kėlė į viršų, traukė vaikų dėmesį ir skatino visuomenės kalbas apie vandens sporto šakas“, – primena S. Binevičius.

Dabar yra D. Rapšio lyderystės periodas. „Danas yra motyvuojantis autoritetas, kuris siekia tik maksimumo ir spaudžia iš savęs viską. Jis yra mūsų rinktinės vedlys“, – sako S. Binevičius. – Kita vertus, turime nepamiršti fakto, kad, nors iš Europos ir pasaulio čempionatų, olimpiinių žaidynių grįžtame su medalininkais, finalininkais, vis dar esame viena pirmaujančių šalių pagal skęstančiųjų skaičių, o tai labai liūdna ir tam neskiriama pakankamai dėmesio.“

Pandemijos pasekmes, pasak S. Binevičiaus, pajuto visos šalys – kam ji smogė skaudžiausiai, paaiškės būtent Tokijoje. „Sportininkų karjeros – vienu trumpesnės, kitų ilgesnės, bet viskas, kas neplanuota, dažniausiai būna ne į gera, – priduria buvęs plaukikas. – Sportininkai ir didžiulės jų komandos planus, į kuriuos koncentravosi trejus metus, turėjo metams atidėti. Ar tai išėjo į naudą, galėsime vertinti tik po žaidynių. Kita vertus, normatyvinių turime trupučiuką daugiau nei prieš metus – tai pozityvas.“

Pašnekovo tikinimu, pandemija sukėlė krūvą problemų visoms valstybėms, federacijoms. Skirtumas tik tas, kad įvairios šalys skirtingai pažūrėjo į aukšto meistriškumo programas: „Mums pandemija sukėlė daug iššūkių ir jie brangiai kainavo, nes bazių federacija neturi. Vis dėlto karantino metu federacija išsaugojo 50–100 geriausių Lietuvos plaukikų ir sudarė jiems galimybes sportuoti, vėliau dalyvauti ne vieneriose varžybose, kurios lėmė olimpinis kelialapis. Priėmėme kitų šalių plaukikus ruošti Europos čempionatui, olimpinėms žaidynėms.“

Paklaustas, ar mūsų plaukikų delegacija Tokijoje optimali, ar galėjo būti didesnė, S. Binevičius atsako: „Optimali. Šaunu, kad A. Šidlauskas varžysis dviejose rungtyse, kad turėsime vyrų estafetės komandą. Visada norisi stipresnės rinktinės, bet turime, ką turime, ir nors dar neįvyko šių metų žaidynės, jau reikia rimtai galvoti, kiek mūsų bus 2024 bei 2028 metų žaidynėse, ką turėtume pakeisti, kad rinktinė būtų dar didesnė.“

SKIRTINGOS IDENTIŠKOS DVYNĖS

SAVO IŠKOVOTUS MEDALIUS KILOGRAMAIS SKAIČIUOJANTI TRENERĖ, OLIMPIETĖ JOLANTA PRŪSIENĖ DABAR TRENIRUOJA DIDŽIAUSIUS LIETUVOS STALO TENISO TALENTUS – AŠTUONIOLIKMETES DVYNES KORNELIJĄ IR EMILIJĄ RILIŠKYTES.

BRONIUS ČEKANAUSKAS

Kai pradėjome skaičiuoti daugkartinės Lietuvos stalo teniso čempionės Jolantos Prūsienės iškovotus medalius, ji pusiau juokais pasakė, kad lengviau bus suskaičiuoti kilogramais: „Turiu apie 40 kg! Juk vienoje mūsų varžybose buvo galima laimėti net keturis medalius: asmeninėse, komandinėse ir mišrių bei moterų dvejetų.“

30 kartų Lietuvos (9 kartus vieneta), Europos jaunučių ir jaunių čempionė, triskart SSRS čempionė (kartą vieneta), tris sykius Europos bronzos medalio laimėtoja dvejetų varžybose (poroje su Rūta Paškauskienė), daugelio tarptautinių turnyrų nugalėtoja, atstovavusi garsioms Lenkijos, Vokietijos, Portugalijos klubams, nuo 2004-ųjų J.Prūsienė dirba „Tauro“ sporto mokyklos trenere Vilniuje.

STALO TENISAS POPULIARĖJA

Kaip atsitiko, kad kaunietė rengia sportininkus ne savo gimtajame mieste? „Taip susiklostė aplinkybės. Baigusi sportinę karjerą Portugalijoje grįžau į Lietuvą. Kaune tuo metu trenerių pakako, o Vilniuje kaip tik reikėjo“, – sako 2000 m. Sidnėjaus olimpinis žaidynių dalyvė J.Prūsienė.

Trenerė džiaugiasi bent jau Vilniuje didėjančiu stalo teniso populiarumu: „Grupės pilnos, norinčių treniruotis vaikų daug. Jų nesumažėjo ir per karantinus bei po jų. Beveik visose bendrojo lavinimo mokyklose yra teniso stalai. Ir ne po vieną. Atveria duris naujos salės, kuriasi klubai. Perka stalus savo darbuotojams verslininkai, poilsiviaičių savininkai. Neretai sulaukiame skambučių, jauni ir pagyvenę žmonės teiraujasi, kur laisvalaikiu savo malonumui galėtų pažaisiti stalo tenisą.“

Tarp J.Prūsienės auklėtinių – didžiausios šiuo metu Lietuvos stalo teniso viltys, šalies moterų rinktinės narės sesės dvynės Kornelija ir Emilija Riliškytės. Kai kalbėjome su trenere, sportininkės rengėsi Europos čempionatui Lenkijoje.

„Niekada neturėjau tokių motyvuotų, visapusiškai išsilavinusių sportininkų. Jos darbščios, imlios, užgrūdintos, daug mąsto, žino, ko nori sporte ir gyvenime. Sunku prognozuoti, bet tikiu, kad jos taps Paryžiaus olimpietėmis. Privalo tapti! Viskas jų rankose. Apie tokius žmones sakoma, kad jie tikrai neprapuls gyvenime“, – taip šiltai trenerė atsiliepia apie savo auklėtines.

K.Riliškytė šiemet jau bandė jėgas Tokijo olimpinėse žaidynėse atrankoje. Tačiau jai, kaip ir 44 metų labiausiai tituluotai nepriklausomos Lietuvos stalo tenisininkei Rūtai Paškauskienėi, nepavyko iškovoti olimpinio kelialapio.

SVARBUS RYŠYS SU TĖVAIS

Kaip dvynės atsirado prie teniso stalo? „Atvirai šnekant, tai tada, daugiau kaip prieš vienuolika metų, nenorėjau jų priimti. Grupės buvo perpildytos. Visa laimė, kad atkakli mergaičių mama mane įkalbėjo ir sesės pradėjo sportuoti. Kornelija ir Emilija iškart atkreipė dėmesį kruopštumu, smalsumu. Per treniruotį pertrau-



J.Prūsienė ir jos auklėtinės Emilija ir Kornelija (dešinėje) Riliškytės

kėles dauguma vaikų išdykaudavo, o jos klausinėdavo apie stalo teniso raketas, žaidimo taisykles... Buvo joms šešeri su puse. Kaip važiavo, taip ir nuvažiavo“, – prisimena trenerė.

Trenerės nuomone, visada labai svarbus jaunųjų sportininkų trenerių ryšys su tėvais: „Turi būti bendra trenerio, sportininko ir tėvų komanda. Tik tada galima siekti sporto aukštumų. Daug tariamės su mama. O kartais ir nesitarusios pasakome merginoms beveik tuos pačius žodžius.“

Sesės labai panašios išvaizda, jas mažai kas skiria, bet trenerė jų niekada nesupainioja. „Skiriasi jų eisena, judesiai, žvilgsnis, viena kalba greitai, kita – lėčiau. Skiriasi jų žaidimo technika. Kornelija – labai tvirta, agresyvi, jos žaidimas paremtas stipriais smūgiais, Emilija – švelnesnė, minkštesnė. Vis dėlto jas atskirti nėra lengva“, – sako trenerė ir papasakoja tokią istoriją. Sėdėjo ji salėje per varžybas su sesučių tėvu. Staiga pribėgo viena iš dvynukių, paklausė, ko jai reikėjo, ir nubėgo. „Kuri čia iš jų buvo?“ – paklausė merginų tėvas. Trenerė pasakė vardą.

J.Prūsienės grupę lanko ir devynmečių dvynukių pora. Tačiau šios, palyginti su vyresnėmis dvynukėmis, labai ramios. Pasibaigę treniruotė – ir namo. Niekas jų neverčia papildomai treniruotis ar domėtis pasirinkta ar joms parinkta sporto šaka. Vaikai patys turi nuspręsti, kas jiems įdomu. Taip, beje, J.Prūsienė bando auklėti ir savo penkerių metų anūką. Vaikas jau turėjo ledo ritulio lazda, o dabar mėnesį jam buvo pasiūlyta palankyti didžiojo teniso treniruotes ir pasižiūrėti, ar patiks. Po poros savaičių pradėjo skūstis



Sesės Kornelija ir Emilija panašios išvaizda, bet ne žaidimo stiliumi

nuovargiu. Bet patyrusiai specialistei atrodo, kad vaikui paprasčiausiai neįdomu. „Gal per judrus? Leisime rinktis sporto šaką pačiam“, – sako močiutė.

SESIŲ TIKSLAS – PARYŽIUS

Identiškoms dvynėms uždaviau identiškus klausimus, tik skirtingu laiku ir skirtingose vietose.

Pirmasis – dažniausiai dvynukėms užduodamas klausimas: kuri iš jūsų vyresnė ir ar bando vadovauti „jaunėlei“?

Emilija. Aš vyresnė 20 minučių. Jeigu ir norėčiau pavadovauti, ne labai pavyktų, nes sesė maksimalistė.

Kornelija. Aš jaunesnė, bet amžiaus skirtumo nejaučiu. Aš maksimalistė, perfekcionistė, o ji – mažiau.

Esate identiškos dvynės. Ar bent kartą pasinaudojote tuo mokykloje, pavyzdžiui, viena už kitą atsakinėjote per pamoką?

Emilija. Išvaizda mes labai panašios. Bet man atrodo, kad mus lengva atskirti. Na, o prieš mokytojus tikrai niekada nepiktinau džiavome.

Kornelija. Apgavystėmis neužsiimame. Man atrodo, kad esame skirtingos.

Kaip viena kitą vadinate?

Emilija. Dažniausiai – sese. Nors kartais pavadinu Korneža.

Kornelija. Aš visada vadinu tik sese. Pamenu, darželyje auklėtoja liepdavo vadinti vardu. O aš vis tiek sakydavau „sesė“.

Kuriai pirmai kilo mintis išbandyti stalo tenisą?

Emilija. Nė vienai. Mama taip nusprendė. Buvom labai aktyvios, nuolat lipdavome tėvams ant galvų. Mamos darbo vadovas patarė jai nuvesti mus į stalo teniso treniruotes. To direktoriaus, regis, sūnus stalo tenisą treniravosi. Taip ir likome.

Kornelija. Mama už rankučių į treniruotę nuvedė. Ėjome septintus metus. Tai jau daugiau kaip vienuolika metų esame trenerės Jolantos Prūsienės auklėtinės.

Kuo jūsų žaidimas panašus ir kuo labiausiai skiriasi?

Emilija. Sesė žymiai greitesnė. Aš žaidžiu arčiau stalo, o ji toliau, jos žaidimas agresyvesnis. Panašūs gal tik padavimai. Daugiau panašumų mūsų žaidime nėra.

Kornelija. Mūsų technikos labai skirtingos. Kas neskiria veidų, gali lengvai atskirti pagal žaidimo stilių. Kažkas yra pasakęs: jei abiejų mūsų stalo teniso gebėjimai būtų atitekę vienam žmogui, tikrai būtų olimpinis čempionas...

Rudenį būsite Vilniaus šv. Kristoforo gimnazijos abiturientės. Kaip sekasi mokslai, ką planuojate studijuoti?

Emilija. Mokslai sekasi gerai. Kadangi mėgstu piešti, anksčiau pagalvodavau apie architektūrą. Bet dabar planai keičiasi. Todėl

sakau, kad dar neapsisprendžiau, ką studijuosiu.

Kornelija. Savo mokslo rezultatai esu patenkinta, stengiuosi viską atlikti kuo geriau ir kokybiškiau. Galvoju studijuoti sporto psichologiją.

Sausio mėnesį, per pačią pandemiją, jums sukako 18 metų. Kaip paminėjote, ką mielo gavote dovanų?

Emilija. Savo 18-ąjį gimtadienį atšventėme simboliškai, bet jaukiai kartu su šeima. O dovanų dar bus, kai jomis vairs dovanoti pinigai.

Kornelija. Ketinome atšvęsti ir su draugais, ir su šeima. Dėl karantino suvaržymų jaukiai ir mielai atšventėm su šeima.

Mėgstamiausias jūsų patiekalas?

Emilija. Lengviau pasakyti, ko nemėgstu: žuvų, kurios atsiduoda dumbliu, grybų. Na, o mėgstamiausias gal vidutinis steikas.

Kornelija. Tikrai žinau, ko niekada nevalgysiu, – tai kraujinių vėdarų, dar yra ten keistų sriubų.

Kokie jūsų pomėgiai?

Emilija. Mėgstu krepšinį ir žaisti, ir žiūrėti NBA, Eurolygą. Eurolygos finaliniame ketverte palaikiau „Barcelona“, bet ji pralaimėjo finalą.

Kornelija. Malonus laisvalaikis su šeima. Patinka NBA. Žaviuosi krepšininku LeBronu Jamesu. Ir jo žaidimu, ir gyvenimo būdu.

Teniso meistrai į kiekvieną mačą atsineša po kelias raketes: jas neretai keičia, o kartais mėto ir laužo. O kaip stalo tenisininkai?

Emilija. Aukšto meistriškumo stalo tenisininkai privalo turėti dvi identiškas raketes: jei vienai kažkas nutiktų, galėtų paimti kitą ir tęsti varžybas. Taip pat pasitaiko atveju, kai žaidėjai tranko raketes, o kartais netgi jas sulaužo.

Kornelija. Mes turime po dvi raketes. Viena yra treniruotėms, kita varžyboms. Nesame nė vienos raketės sulaužiusios, bet, žinoma, yra žaidėjų, kurie nekontroliuoja savo nervų žaidimo metu.

Kokie svarbiausi jūsų sportiniai pasiekimai?

Emilija. Lietuvos moterų vicečempionė, šalies jaunimo čempionė, Europos jaunučių čempionato komandinėse varžybose su Lietuvos rinktine likome šeštos.

Kornelija. Tris kartus Lietuvos moterų čempionė, pasaulio jaunučių čempionato dvejetų bronzos medalio laimėtoja, pasaulio jaunučių čempionate mišrių dvejetų varžybose užimtos 9–16 vietos.

Tokijo olimpinių žaidynių stalo teniso varžybas stebėsite per televiziją. O kaip bus po trejų metų Paryžiuje?

Emilija. Manau, kad tikrai bus galimybių iškovoti olimpinį kelią.

Kornelija. Tai didžiausias mano, kaip profesionalios sportininkės, tikslas. Jo siekiu su savo sese, tikiuosi, mes kartu iškovosime kelią į olimpines žaidynes.



DĖL LTOK PREZIDENTĖS TAURĖS – BROLIŲ AKISTATA

Šalia Druskininkų esančiame „Vilkės“ golfo klube įvyko jau aštuntasis LTOK prezidentės Dainos Gudžinevičiūtės golfo taurės turnyras.

Beveik 70 dalyvių varžėsi ne tik dėl nugalėtojo vardo, bet ir dėl Lietuvos golfo turo (LGT) reitingo taškų. Pirmą kartą čempionu tapo ir pereinamąją LTOK prezidentės taurę iškovojęs Giedrius Mackelis (Europos centro golfo klubas). Apdovanojimą jam įteikė LTOK prezidentė, olimpinė čempionė Daina Gudžinevičiūtė.

G.Mackelis po pirmosios dienos buvo tik ketvirtas, bet antrajame raunde sugebėjo aplenkti keletą varžovų bei tapti varžybų nugalėtoju.

Antrą vietą užėmė nugalėtojo vyresnysis brolis Gediminas Mackelis (Europos centro golfo klubas), trečiąją – Mindaugas Vaičiūs („The V Golf Club“). Ketvirtas liko praėjusių metų čempionas Paulius Baltramonaitis („Vilkės“ golfo klubas).

„Pirmąją varžybų dieną žaidžiau gerai, bet per paskutines tris duobutes prisirinkau papildomų smūgių, nes pamečiau kelis kamuoliukus miške. Taigi rezultatas neatspindėjo to vaizdo, kaip žaidžiau visą dieną, bet išėjo taip, kaip išėjo, – pasakojo Giedrius Mackelis. – Antrą varžybų dieną reikėjo vyti ir aplenkti kitus varžovus. Buvau tam nusiteikęs ir pasiruošęs. Man labai patinka „Vilkės“ golfo klubas, žinojau, kad galiu jame sužaisti gerai. Antrą varžybų dieną sužaidžiau taip, kaip iš tiesų moku žaisti.“

Savaitgalį visoje Lietuvoje vyravo kaitra, bet, G.Mackelio tikinimu, karštas oras jam net išėjo į naudą.

„Karštis labai netrukdė, gėriau daug vandens, turėjau skėtį, kad pasislėpčiau nuo saulės, ir dar šlapią rankšluostį, kurį dėjausi ant galvos tarp smūgių. Karštas oras gal net padėjo. Kuo šilčiau,



Nugalėtoją pasveikino LTOK prezidentė D.Gudžinevičiūtė

tuo golfo kamuoliukai toliau skrenda ir tai buvo naudinga, nes žaidėme nuo tolimiausių starto aikštelių“, – teigė varžybų nugalėtojas.

LGT moterų A divizione nugalėjo Rugilė Pauliukonytė (Sostinių golfo klubas), aplenkusi Miglę Rusteikaitę („The V Golf Club“) ir Augustę Skolskytę („National Golf Resort“).

R.Pauliukonytei tai irgi buvo antras iš eilės laimėtas LGT turnyras, po kurio ji sustiprino lyderės poziciją bendroje įskaitoje.

Vyrų B diviziono nugalėtoju tapo Donatas Pauliukonis (Sostinių golfo klubas), moterų – Inga Zinkuvienė („Vilkės“ golfo klubas). Sportininkai taip pat išsidalijo apdovanojimus ir atskirose amžiaus grupėse.

LTOK prezidentės golfo taurės turnyras rengiamas nuo 2014 metų, kai buvo paskelbta, kad golfas įtraukiamas į olimpinių žaidynių programą.

LTOK LANKĖSI IŠEIVIJOS LIETUVIAI

Birželio 21 d. LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė susitiko su Pasaulio lietuvių bendruomenės (PLB) atstovais. Susitikime dalyvavo PLB sporto reikalų komisijos pirmininkas Laurynas R.Misevičius, ilgą distancijų bėgikas Aidas Ardzijauskas ir buvusi ilgametė PLB vadovė Vida Bandis.

LTOK vadovė pasaulio lietuvių bendruomenę pakvietė kartu paminėti Olimpinę dieną ir birželio 26-ąją iš bet kurio pasaulio kampelio dalyvauti lietuviškos olimpinės mylios bėgime. Praėjusiais metais prie virtualaus bėgimo prisijungė daugiau nei 3 tūkst. tautiečių iš 31 valstybės visuose pasaulio žemynuose.

Susitikime su PLB atstovais taip pat pasidžiaugta ne vienerius metus trunkančiu bendradarbiavimu bei aptartos bendrų veiklų galimybės ateityje. Kalbėta apie pasirengimą kitų metų vasarą Druskininkuose vyksiančioms Pasaulio lietuvių sporto žaidynėms.



RENGIASI ŽAIDYNĖMS, FESTIVALIAMS, JUBILIEJAMS

Birželio 17 d. vyko virtualus LTOK vykdomojo komiteto posėdis. Posėdžio metu LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė supažindino su Europos olimpijų komitetų asociacijos (EOK) Generalinės asamblėjos ir rinkimų sesijos rezultatais. Graikijos sostinėje Atėnuose vykusioje sesijoje prezidentu išrinktas Tarptautinio olimpinio komiteto narys graikas Spyrosas Capralos. Rinkimuose jis nurungė iki tol prezidento pareigas ėjusį daną Nielsą Nygaardą.

LTOK vadovė išrinkta EOK viceprezidente. Ji – pirmoji moteris šiose pareigose bei pirmoji Baltijos šalių atstovė.

Sesijos metu taip pat aptartas pasirėngimas Europos jaunimo olimpiams festivaliams bei Europos žaidynėms.

Per Vykdomojo komiteto posėdį taip pat diskutuota apie pasirošimą LTOK šimtmečiui bei TOK 130 metų sukakčiai – abi jos bus minimos 2024 m. Nutarta iki spalio 16 d. sudaryti ir patvirtinti šių datų minėjimo organizacinį komitetą bei programą, o nutarimo vykdymą patikėti LTOK direktoratui.

LTOK olimpinio sporto direktorius Einius Petkus pristatė gegužę vykusį TOK tarptautinį sportininkų forumą, kuriame dalyvavo ir LTOK atstovai. Šiais metais vykęs forumas – jau dešimtas ir rekordinis, į renginį užsiregistravo beveik 2 tūkst. sportininkų bei olimpinio judėjimo narių.

Renginyje buvo kalbama apie pasirošimą Tokijo vasaros ir Pekino žiemos olimpinėms žaidynėms, atnaujintą „Olimpinę darbotvarkę 2020+5“, sportininkų palaikymą bei jų gerovę. Taip pat vyko klausimų ir atsakymų sesija su TOK prezidentu Thomu Bachu.

LTOK olimpinio sporto direktoriaus pavaduotoja Agnė Vanagienė Vykdomajam komitetui pristatė atnaujintą informaciją apie pasirošimą Tokijo olimpinėms žaidynėms. Galutinė olimpinės rinktinės sudėtis paaikškes liepos 5 d.



SIRGALIŲ PALAIKYMAS PASIEKS JAPONIJĄ

Nors sirgaliai iš užsienio į Tokijo olimpines žaidynes įleidžiami nebus, sporto aistraulių palaikymas „LTeam“ sportininkus Japonijoje vis tiek pasieks. Iki žaidynių likus mažiau nei 50 dienų, Lietuvos tautinis olimpinis komitetas kviečia sirgalius rašyti linkėjimus, kurie vėliavos pavidalu kartu su atletais keliaus į Tokiją.

„Mūsų komanda intensyviai dirba, kad Lietuvoje visą vasarą neblėstų olimpinė dvasia, o sporto sirgaliai turėtų galimybę palaikyti Japonijoje Lietuvos garbę ginsiančius atletus. Iš patirties žinau, kokie svarbūs sportininkams yra sirgaliai. Žinojimas, kad visa šalis, nors ir prie televizorių ekranų, stebi ir iš visos širdies palaiko, suteikia ne tik papildomos motyvacijos, bet ir jėgų.

Todėl labai kviečiu rašyti linkėjimus mūsų olimpinės komandos nariams. Patikėkite, jiems tai labai svarbu“, – sakė olimpinė čempionė Daina Gudžinevičiūtė.

Išreikšti savo palaikymą ir parašyti asmeninę žinutę mėgstamiausiam sportininkui ar visai į Japoniją vykstančiai „LTeam“ komandai visi

norintieji gali portale LTEAM.lt.

Palaikymo žinučių laukia ir tie „LTeam“ sportininkai, kurie šiuo metu vis dar varžosi dėl olimpinio kelialapio.

Ant „LTeam“ vėliavos atspausdinti palinkėjimai kartu su atletais vyks į Tokijo olimpines žaidynes ir suteiks papildomų jėgų prieš startus.

„Sirgaliai yra neatsiejama sporto dalis ir labai svarbus paskatinimas mums, sportininkams. Lietuvos vėliava, palaikymo šūksniai ar net žinutė socialiniuose tinkluose – dažnai užgnaužia kvapą, suvirpina širdį ir suteikia jėgų, kai jų labai trūksta. Tokijo olimpinės žaidynės bus kitokios, joms atsakingai ruošiamės ir džiaugiamės, kad nors mūsų sirgalių arenose nebus, palaikymas mus pasieks iš Lietuvos“, – sakė treko dviratinkė Simona Krupeckaitė. Jai Tokijo olimpinės žaidynės – jau penktosios.

Tokijo olimpinės žaidynės vyks liepos 23 – rugpjūčio 8 d.

SUTARTIS SU DHL

Lietuvos olimpinės komandos „LTeam“ siuntomis nuo šiol rūpinasi tarptautinių siuntų, kurjerių paslaugų ir transportavimo įmonė DHL. Birželio 2 d. LTOK ir „DHL Lietuva“ pasirašė bendradarbiavimo sutartį.

Parašus ant sutarties padėjo LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė ir „DHL Lietuva“ generalinis direktorius Mindaugas Pivoriūnas.

„Šio bendradarbiavimo naudą ypač pajus sportininkai. Iš patirties žinau, kad skrydžius į varžybas dažnai lydi jaudulys. Ir ne tik dėl būsimų startų. Sportininkai nerimauja ir dėl lėktuvo bagaže likusių lagaminų, kuriuose – svarbus inventorių. Ne kartą čiuožėjai liko be pačiųjų, buriuotojai be burių, jau nekalbu apie dingusių ar vėluojančių aprangą.

Džiaugiuosi, kad pradėję bendradarbiavimą su DHL nuo šiol tokių incidentų išvengsime, sportininkams neteks nerimauti dėl bagažo, todėl visą dėmesį galės skirti svarbiems startams“, – sakė D.Gudžinevičiūtė.

DHL Tokijo olimpijų žaidynių dalyvių



D.Gudžinevičiūtė ir M.Pivoriūnas

inventorių išskraidins į Japoniją, o atletų startams pasibaigus – saugiai grąžins į Lietuvą.

„Olimpiečiams norime palinkėti pasitikėjimo savo jėgomis, visokeriopos sėkmės ir ištvermės. Mes tikime jumis ir siunčiame visą savo palaikymą“, – sakė „DHL Lietuva“ generalinis direktorius M.Pivoriūnas.

DHL – skubių siuntų įmonė, pasaulinėje logistikos rinkoje pirmaujanti jau pusšimtį metų. Kartu su 380 tūkst. darbuotojų visame pasaulyje ši įmonė per metus pristato daugiau nei 1,5 mlrd. siuntų į daugiau kaip 220 valstybių.

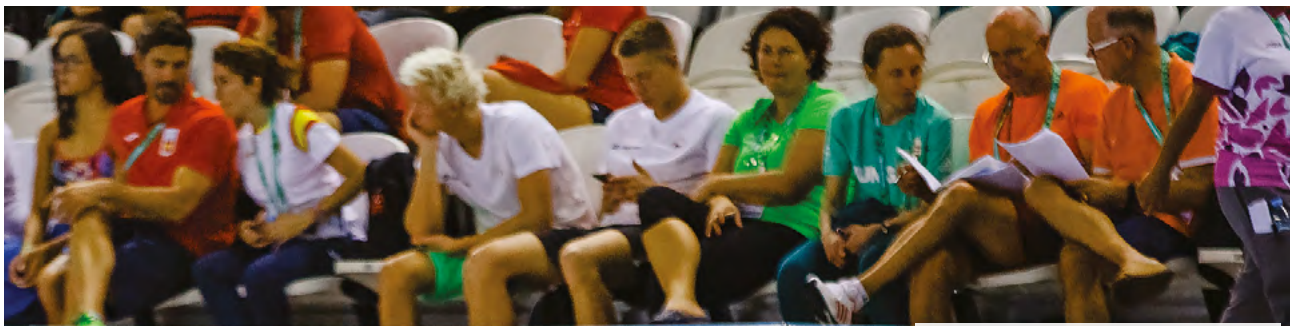
Įmonė neseniai pasirašė bendradarbiavimo sutartį ir su Latvijos bei Rumunijos olimpinėmis komandomis.

GILINASI Į PSICHOLOGIJOS PASLAPTIS

19-METĖ LIETUVOS PLAUKIKĖ KOTRYNA TETEREVKOVA VISĄ SEZONĄ INTENSIVIAI SIEKĖ SVARBIAUSIO TIKSLO – KELIALAPIO Į TOKIJŲ OLIMPINES ŽAIDYNES. GALIAUSIAI ATSKRIEJO NUOSTABI ŽINIA – LIETUVĖ GALĖS VYKTI Į TOKIJĄ. JAI OLIMPINĮ KELIALAPIJĄ GARANTAVO GERIAUSIAS PASAULIO REITINGAS TARP LIETUVOS MOTERŲ.

DOMINYKAS GENEVIČIUS

Kipro Štreimikio nuotr.



GERIAUSI

Knyga: Joseph Murphy „Jūsų pašąmonės galia“.

Filmas/serialas: „Mažoras“ (2014 m.).

Grupė/atlikėjas: užsienio popmuzika.

2019 m. jaunimo olimpinėse žaidynėse du medalius laimėjusi K.Teterevkova paragaus ir tikrų olimpinių žaidynių duonos

Būsima olimpietė domisi psichologija, mėgsta užsienietiška muziką ir neatsisako į rankas paimti knygos.

Tiesa, K.Teterevkova prisipažįsta, kad vaikystėje su knygomis nedraugavo, tačiau laikui bėgant jos tapo sportininkės pomėgiu.

„Laisvalaikiu mėgstu skaityti knygas. Tą galiu daryti lauke, gamtoje priešais saulę arba prie jūros. Dažniausiai skaitau knygas apie psichologiją. Iš tiesų anksčiau labai nemėgdavau skaityti, bet dabar viskas pasikeitė. Skaitau skirtingu laiku – kai ateina noras ir turiu laisvo laiko“, – pasakoja K.Teterevkova.

Lietuvos sportininkė, kuriai priklauso mūsų šalies 400 m kompleksinio plaukimo rekordas, draugauja ir su muzika. Bet mėgstamiausio atlikėjo ar grupės ji neišskiria. Iki šiol neatsirado tokių atlikėjų,

kurie sugebėtų išlaikyti savo patrauklumą ilgesnį laiką.

„Mėgstu klausytis popmuzikos užsienio kalba. Dažniausiai klausau per ausines, nes jos padeda geriau įsijausti į muzikos ritmą. Mėgstamiausios grupės ar dainos neturiu, nes kiekvieną kartą jos keičiasi. Ypač kai daug kartų atsiklausau vienos dainos“, – sako K.Teterevkova.

Filmai ir serialai taip pat nėra svetimi. K.Teterevkova neslepia, kad mėgsta žiūrėti dramas arba detektyvus ir kriminalus.

„Filmus žiūriu anglų ir rusų kalbomis. Dažniausiai tą darau vakarais. Angliškų filmus žiūriu per „Netflix“, o rusiškus – per televiziją. Labiausiai man patikęs filmas – „Mažoras“. Tai filmas rusų kalba, kuris sukėlė labai daug emocijų ir intrigų“, – prasitaria plaukikė.

Pažangiausių
sporto bei
sporto
medicinos
technologijų
partneris
LIETUVOS
sportininkams.




TEIDA
SVEIKATOS REIKMENYS
REABILITACIJAI • SPORTUI • ORTOPEDIJAI • SLAUGAI

OFICIALUS PARTNERIS



4F

OFICIALUS REMEJAS



LIETUVOS
OLIMPINĖ
KOMANDA



MŪSŲ PARDUOTUVĖS

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

