

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

OLIMPINĖ PANORAMA

2021 M. GRUODIS NR. 12 (148)

APDOVANOJIMAI

2021

METŲ LAUREATAI

LIETUVOS SPORTO
APDOVANOJIMŲ SCENOJE –
PRIZAI UŽ SUNKŲ DARBĄ IR
PERGALES



LIETUVA
OLYMPIC

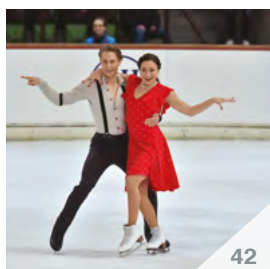
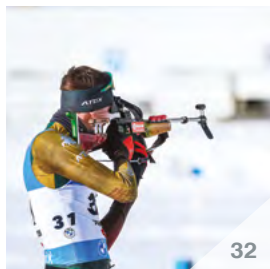
WWW.LTOK.LT

AUKSAS

ryškiausiai žiba
Aukso puode ir olimpiečių
rankose!

**2021 METAIS ŽAIDĖJAI
LAIMĖJO NET 52 MLN. EUR!**





4

SKAITYTOJAMS

LTOK PREZIDENTĖS MINTYS

6

APDOVANOJIMAI

ATLYGIS UŽ SUNKŲ DARBĄ – ŠVENTĖ IR TITULAI

10

LAUREATAI

METŲ TRENERIS APIE METŲ SPORTININKĘ:
„JI – KAIP DEIMANTAS“

12

METŲ SPORTININKAS

SĖKMĖS RECEPTE – IR UŽSISPYRIMAS

14

METŲ KOMANDA

VALINGOS IR ŽAVINGOS

16

METŲ PROVERŽIS

LAUKIA NAUJI IŠŠŪKIAI

17

UŽ NUOPELNUŠ

TIESĖ KELIĄ Į OLIMPĄ

18

SITUACIJA

POLITINIŲ SPRENDIMŲ ĮKAITAI

19

ŽVILGSNIS

VUOKATIS PASIRUOŠĘS

20

KARJERA

PO KASDIENĖS KOVOS – Į GYVENIMĄ BE ĮTAMPOS

26

OLIMPINIS ŠVIETIMAS

PANDEMIJA PROJEKTUS DAR LABIAU ĮSIŪBAVO

29

APŽVALGA

METAI – PER OLIMPINIO SPORTO PRIZMĘ

32

PEKINAS 2022

RINKTINĖS TRENERIS TIKI KOMANDOS STIPRYBE

34

HE FOR SHE

MEILĖS IR SPORTO TANDEMAS

36

JUBILIEJUS

KOKIE VANDENYJE, TOKIE IR GYVENIME

38

FESTIVALIS

UŽ MEDALŲ RYŠKESNĖS ISTORIJOS

40

KRONIKA

LTOK ĮVYKIŲ DIENORAŠTIS

42

SKAITAU, ŽIŪRIU, KLAUSAU

ČIUOŽĖJUI MUZIKA SVARBI NE TIK ANT LEDO

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

Leidžiamas nuo 2003 m.
Nr. 12 (148), 2021 m.



Metų sportininkai
M.Griškoniš ir
L.Asadauskaitė-
Zadneprovskienė
Vytauto Dranginio nuotr.

REDAKTORIUS

Marius Grinbergas

AUTORIAI

Marytė Marcinkevičiūtė
Lina Motuzytė
Bronius Čekanauskas
Inga Jarmalaitė
Dominykas Genevičius
Laima Stundžaitė
Birutė Pakėnaitė
Jolanta Mockevičienė
Rita Bertulytė
Monika Svėrytė

FOTOGRAFAI

Alfредas Pliadis
Vytautas Dranginis
Mantas Gudzinevičius

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“

2022-IEJI – POKYČIŲ METAI

2021 METAMS SKAIČIUOJANT PASKUTINĖS VALANDAS ŽURNALAS „OLIMPINĖ PANORAMA“ APIE PRAĖJUSIUS METUS IR ARTĖJANČIUS 2022-UOSIUS KALBĖJOSI SU LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITĖTO PREZIDENTE, OLIMPINĖ ČEMPIONĖ DAINA GUDZINEVIČIŪTE.

Kokie olimpiniam judėjimui Lietuvoje ir pasaulyje buvo 2021-ieji?

Tai buvo iššūkių metai visam sportui. Pasauliniu mastu didžiausiu galvosūkiu, žinoma, tapo Tokijo olimpinės žaidynės ir klausimas, kaip saugiai surengti didžiausią pasaulyje sporto renginį. Su tokia situacija pasaulis dar nebuvo susidūręs, todėl reikėjo naujų, modernių sprendimų, visapusiško visų suinteresuotų grupių palaikymo ir bendradarbiavimo. Dabar atsigręžę atgal matome, kad su iššūkiu susitvarkyta puikiai. Įvyko saugios, sėkmingos, žmoniją suvienijusios olimpinės žaidynės. Šis renginys tapo precedentu ir puikia praktika, kuri bus panaudota rengiantis Pekino žiemos žaidynėms.

Olimpiniam judėjimui Lietuvoje 2021-ieji buvo labai sunkūs. Visiškai sugriautas tris dešimtmečius veikęs olimpinio sporto finansavimo modelis, daug neatsakytų klausimų ir nerimo. Į naujuosius metus žengiame laukdami atsakymų, kaip sportas ir sportininkai gyvens toliau. Keista, kad nors naujoji finansavimo sistema privalo pradėti veikti jau vasarą, sporto bendruomenė su ja dar nesupažindinta. Labai tikimės, kad tai įvyks metų pradžioje, esame pasiruošę prisidėti prie pokyčių rengimo tiek, kiek tos pagalbos reikės.

Nežinomybė privertė sukilti ir sportininkus. Pirmą kartą trijų olimpiečių iniciatyva buvo surengtas Sporto ateities forumas.

Atletai nebenori būti pasyvūs stebėtojai, jų balsas privalo būti girdimas. Forumo metu buvo iškelti skauduliai, su kuriais sportininkai susiduria kiekvieną dieną, pavyzdžiui, medicininių ir mokslinių paslaugų stygius. Labai gaila, kad toks svarbus renginys nesulaukė politikų dėmesio, nors vyko Seime.

Užsiminėte apie sudėtingas Tokijo olimpines žaidynes. Kaip praėjus pusmečiui atrodo mūsų rezultatai, pasiekti Japonijoje?

Mūsų atletai Tokijuje atidavė visas jėgas ir kovojo iki paskutinės sekundės. Turbūt geriausias to pavyzdys – Lauros Asadauskaitės iškovotas sidabras. Iki šiol šurpas kūnu nubėga prisiminus paskutinius jos metrus olimpiniam stadione. Taip kovojo visi mūsų atletai, bet sportas yra neprognozuojamas. Medaliai – tik trys, o dėl jų varžosi geriausi pasaulyje.

Palaikau ir visada palaikysiu atletus, kurie kasdien dirba treniruotėse, atsidavę siekia užsibrėžtų tikslų ir niekada nepasiduoda. Olimpinės žaidynės – svarbiausias startas sportininko karjeroje, jam ruošiamasi gerokai ilgiau nei ketverius metus. Startas, kuris kartais trunka valandą, o kartais – vos keliolika sekundžių. Tos kelios akimirkos, kai į atletą įsmeigtos viso pasaulio akys, gali nulemti tolesnę karjerą. Pergalės atveju – dėmesys, dovanos, garbė ir palaikymas. Ištikus nesėkmei, regis, visas per metų metus išlietas prakaitas ir nudirbtas darbas pamirštami. Lieka tik skaičiai rezultatų lentelėje.

Puikiai žinau, ką po nesėkmės jaučia sportininkas. Tokijuje su ne vienu sportininku apie tai kalbėjome. Žinau, kaip skaudu, kai po



D.Gudžinevičiūtė

Martyno Zaremboš nuotr.

visų įdėtų pastangų pritrūksta kelių centimetrų ar sekundžių. Beprotiškai sunku suvokti, kad antro šanso gali nebebūti arba kad jis bus dar negreitai.

Lietuvai atstovaujantys atletai varžosi ne tik už save, trenerius, bet ir už mus visus, už visą šalį. Turime gerbti jų darbą ir milžiniškas pastangas, įdėtas siekiant garsinti Lietuvos vardą visame pasaulyje.

Kaip dėl pandemijos pasikeitė LTOK organizuojami renginiai ir projektai?

Džiaugiamės, kad pagerėjus epidemiologinei situacijai vasarą galėjome surengti tradicinę Olimpinės dienos šventę, kuri truko net šešias dienas, o vilniečiai ir miesto svečiai turėjo galimybę išbandyti dešimtis sporto šakų. Tokijo žaidynių dienomis Nidoje vyko olimpinis festivalis, kurio metu sporto mėgėjus kvietėme kartu stebėti lietuvių startus, išbandyti olimpines sporto šakas, pabendrauti su olimpiečiais, parvykusiais iš žaidynių. Į kino teatrų grįžo Sporto kino festivalis, parodėme devynias už medalių ryškesnes istorijas. Metus užbaigėme pagerbdami geriausius šalies atletus. Džiaugiuosi, kad kartu buvo apdovanoti ir olimpinio, ir paralimpinio sporto atstovai. Tai ne tik ilgas metus besitęsiančios draugystės, bet ir lygybės sporte simbolis.

Kaip ir kasmet, daug dėmesio skyrėme olimpiniam švietimui. Nuotoliniu būdu vykęs olimpinio švietimo forumas šiemet sutraukė ne tik rekordiškai daug dalyvių, bet ir žinomų ekspertų iš užsienio. Olimpinis mėnuo kaip ir kasmet išjudino dešimtis



Lietuvos atstovai Tokijo olimpinų žaidynių atidaryme

tūkstančių Lietuvos pradinukų. Į projektą aktyviai įsitraukė ir olimpiečiai.

Labai noriu pasidžiaugti, kad mūsų darbas matomas ne tik Lietuvoje. Olimpinių švietimo direktorė Vita Balsytė dalyvavo Tarptautinio olimpinio komiteto organizuojamame Nacionalinių olimpinių komitetų kultūros ir švietimo specialistų tinklo susitikime, per kurį pristatė Lietuvoje vykdomą olimpinių vertybių ugdymo programą (OVUP). Kvietimo pristatyti Lietuvoje įgyvendinamas veiklas LTOK sulaukė kaip vienas aktyviausių olimpinių komitetų, vykdančių olimpinių švietimo programą.

Šiuo metu rengiame fizinio raštingumo modelį, kuris Lietuvoje turėtų pakeisti požiūrį į fizinį aktyvumą. Fizinis raštingumas yra motyvacija, pasitikėjimas, judėjimo įgūdžiai, žinios ir supratimas apie atsakomybę būti fiziškai aktyviam visą gyvenimą. Kaip rašymas ar skaitymas, taip ir fizinis raštingumas yra būtinas kiekvienam ir turi būti sistemingai ugdomas nuo mažens. Dėkojame pirmajai poniai Dianai Nausėdienei, tapusiai šio projekto ambasadore.

Lietuva sulaukė pripažinimo ir tarptautinėje arenoje. Jūs buvote išrinkta Europos olimpinių komitetų asociacijos (EOK) viceprezidente, net penki lietuviai papildė EOK komisiją sudėtis.

Man garbė būti pirmąją šias pareigas užimančia moterimi. Toks kitų Europos nacionalinių olimpinių komitetų vadovų pasitikėjimas – didelis įvertinimas ne tik man, bet ir Lietuvai. Dar kartą įsitikinome, kad tarptautinėje sporto politikos arenoje

esame svarbūs žaidėjai. Esame matomi, girdimi, tikiu, kad į EOK komisijas išrinkti Lietuvos atstovai stipriai prisidės prie olimpinių vertybių ir olimpizmo plėtros Europoje.

Kokie laukia 2022-ieji?

Dar vieni olimpiniai metai. Šiuo metu pagrindinis mūsų tikslas – sėkmingai ir atsakingai pasiruošti Pekino žiemos olimpinėms žaidynėms. Atrodo, kad turėsime rekordinę keturiolikos sportininkų rinktinę. Užduotis nelengva, saugumo reikalavimai bus dar griežtesni nei Tokijuje, bet visiškai pasitikiu misijos vadovais, kurie praėjusią vasarą Japonijoje atliko fantastišką darbą.

Laukia ir du jaunimo olimpiniai renginiai. Kovą keliausime į Vuokatį (Suomija), ten vyks Europos jaunimo žiemos olimpinis festivalis, o vasarą – į Banską Bistricą (Slovakija), kuri lauks Europos jaunimo vasaros olimpinių festivalio dalyvių. Šie renginiai – galimybė ne tik jauniems sportininkams įsilieti į olimpinių judėjimą, bet ir mums susipažinti su ateities sporto žvaigždėmis.

Mums, kaip nacionaliniam olimpiniam komitetui, 2022-ieji bus pokyčių metai. Praradę didžiąją dalį finansavimo, turėsime persitvarkyti, peržiūrėti savo veiklą, kai ko atsakyti. Žinau, kad kartu su komanda susitelkę įgyvendinsime reikalingus pokyčius ir toliau kokybiškai vykdysime savo veiklą. Pagrindinis LTOK prioritetas – sportininkai – nesikeičia, stengsimės kiek galėdami jiems padėti. Net ir stipriai susitraukusiais resursais.

Kalbino Lina Motužytė



Visi Lietuvos sporto apdovanojimų laureatai

ATLYGIS UŽ SUNKŲ DARBĄ – ŠVENTĖ IR TITULAI

2021-IESIEMS SKAIČIUOJANT PASKUTINES DIENAS VILNIUJE PAGERBTI GERIAUSI ŠALIES SPORTININKAI. PO METŲ PERTRAUKOS Į PARODŲ IR KONGRESŲ CENTRĄ „LITEXPO“ SUGRĮŽO PREŠTŽINIAI LIETUVOS SPORTO APDOVANOJIMAI – ŠIMTAI SUSIRINKUSIŲ SVEČIŲ SVEIKINO OLIMPINIO IR PARALIMPINIO SPORTO ATLETUS BEI JŲ TRENERIUS.

MONIKA SVĖRYTĖ

Apdovanojimai, kuriuos šiemet rengė Lietuvos tautinis olimpinis komitetas (LTOK), Lietuvos paralimpinis komitetas (LPAK) ir Švietimo, mokslo ir sporto ministerija (ŠMSM), turi ilgametę tradiciją – geriausi Lietuvos sportininkai kasmet apdovanojami nuo 1994-ųjų.

Gruodžio 21-osios vakarą šventiniu raudonu kilimu žengė atletai, jų komandų nariai, sporto, kultūros ir švietimo pasaulio atstovai, politikai, diplomatai ir daugelis kitų, kuriems svarbus sportas.

„Ši šventė – dar viena proga padėkoti mūsų sportininkams, treneriams, medikams ir kitiems specialistams už atsidavimą reikalaujantį ir sunkų darbą, dėl kurio Lietuvos vardas garsiai skamba pasaulyje. Pastarieji metai sporto bendruomenei nebuvo lengvi, todėl noriu mums visiems palinkėti vienybės, įsiklausymo ir dar glaudesnio darbo sporto ir sportininkų labui“, – sakė olimpinė čempionė, LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė.

Buvo išaiškinti penkių olimpinio ir penkių paralimpinio sporto nominacijų nugalėtojai bei apdovanoti statulėlėmis.

„Džiaugiuosi, kad šiemet kartu apdovanojame olimpinio ir paralimpinio sporto atstovus. Tai ne tik ilgus metus besitęsiančio bendradarbiavimo su Lietuvos paralimpiniu komitetu, bet ir lygybės sporte simbolis“, – atkreipė dėmesį D.Gudžinevičiūtė.

Šia vienybe, pasiekta per sportininkų apdovanojimus, džiaugėsi

ir LPAK prezidentas Mindaugas Bilius. Pasak jo, tai, kad vienoje scenoje skiriamas dėmesys tiek olimpiečiams, tiek paralimpiečiams, rodo, jog visuomenė tampa vis brandesnė.

„Sveikinu laureatus, kurie savo pergalėmis džiugino Lietuvos žmones, įkvėpė jiems pasididžiavimo savo šalimi, tikėjimo jos ateitimi. Dėkoju jiems už sunkų darbą ir atsidavimą, gerbėjams – už neįtikėtiną palaikymą, kurio sulaukėme šiais metais. Ačiū visiems remiantiems sportą ir taip prisidedantiems prie trispalvės kelionių per visą pasaulį. Ačiū Lietuvos tautiniam olimpiniam komitetui už kvietimą švęsti kartu, o sporto bendruomenei linkiu susitelkimo ir vienybės ieškant sprendimų, kurie leistų išsaugoti ilgametį įdirbį – šiandienos ir ateities Lietuvos pergalį garantą“, – kalbėjo M.Bilius.

Švietimo, mokslo ir sporto ministrė Jurgita Šiugždinienė pabrėžė, kad nors pastarieji metai nebuvo lengvi, net sudėtingomis sąlygomis sportininkams pavyko pasiekti puikių laimėjimų.

„Jūsų pasiaukojimas, pergalių siekis kiekvienam mūsų yra sektinas pavyzdys. Rezultatams gerinti reikia ne tik didinti sportui skiriamą finansavimą, bet ir esminių pokyčių. Tikiuosi, jau parengti sporto bendruomenės siūlymai, kaip keisti ir tobulinti šalies sporto sistemą, kad ji gebėtų parengti aukščiausio lygio sportininkų, padės grąžinti mūsų sportą į patį aukščiausią lygį“, – vylysė J.Šiugždinienė.



Metų sporto apdovanojimuose įteikti LTOK ir LPAK prizai



„Litexpo“ salėje susirinko sporto bendruomenė

A. J. / Lietuvos žurnalistas, Vytautas Drianginis, Manto Gudžinevičius nuotr.

Šventinis Lietuvos sporto apdovanojimų vakaras prasidėjo muzikine programa – susirinkusiuosius simboline daina „Aš esu vėliava“ sveikino Vidas Bareikis. Renginio vedėjų vairs buvo patikėtas patyrusiems televizijos vilkams levai Stasiulevičiūtei ir Mindaugui Stasiuliui. Per šį šventinį renginį tarp apdovanojimų susirinkusiems svečiams koncertavo garsūs šalies atlikėjai, muzikinius kūrinius dovanojo Inga Jankauskaitė, Monika Pundziūtė-Monique, Gabrielė Vilckitytė, Justinas Jarutis ir Jessica Shy, išskirtinį pasirodymą surengė geriausia Lietuvos breiko šokėja Dominika Banevič (Bgirl Nicka).

METŲ KOMANDA

Pirmiausia buvo apdovanota geriausia parolimpinė Metų komanda, kuria tapo Lietuvos vyrų golbolo rinktinė, šiemet laimėjusi medalius ir Tokijo vasaros parolimpinėse žaidynėse, ir Europos čempionate. Parolimpiniame Tokijuje Lietuvos rinktinės vyrai vėl įrodė priklausantys elitui: nužygiavo iki mažojo finalo, po kurio pasipuošė bronzos medaliais. Metus komanda baigė skambiu akordu Senojo žemyno pirmenybėse – penktą kartą istorijoje tapo Europos čempione. Šį titulą Lietuvos golbolininkai susigrąžino po ketverių metų pertraukos.

Olimpine Metų komanda pretendavo tapti treko dviratininkės Simona Krupeckaitė ir Miglė Marozaitė, Lietuvos septynetų regbio rinktinė, irkluojuojos Milda Valčiukaitė ir Donata Karalienė.

Geriausiomis šiemet išrinktos Europos vicečempionėmis ir olimpinių žaidynių ketvirtos vietos laimėtojomis tapusios irkluojuojos, joms apdovanojimą įteikė muzikos atlikėjas Gabrielius Liaudanskas-Svaras.

„Mes, sportininkai, dažnai kalbame apie tai, ką paaukojame sportuodami. Man prireikė daug laiko suprasti, kad mes neaukojame, sportuodami mes turime privilegiją. Turime komandą, kurios dėka galime siekti svajonių, šalia mūsų yra artimieji, kurių širdys taip pat stipriai plaka. Man niekas nepasakė, kad sportas turi šalutinį poveikį: sportas kuria draugystes, sportas kuria šeimas. Toks jo šalutinis poveikis. Norėjau pasakyti sudie, bet pasakyti sudie negaliu. Tačiau, kaip sako Juozukas, – orevurar“, – siūsdama oro bučinį nuo scenos kalbą apie karjeros pabaigą baigė M.Valčiukaitė.

METŲ TRENERIS

Geriausiu parolimpinio sporto Metų treneriu pripažintas Ramūnas Leonas. Plaukimo specialistas iš Kauno pasiekė pačių aukščiausių rezultatų su savo auklėtininiu Edgaru Matakū. R.Leono treniruojamas neregys plaukikas šiais metais iškovojo Tokijo va-

saros parolimpinių žaidynių bronzos medalį, o prieš tai Europos čempionate nuskynė net tris auksinius apdovanojimus ir garsiai paskelbė apie sugrįžimą į pasaulio elitą. R.Leoną apdovanojo fizikas, habilituotas fizinių mokslų daktaras Jūras Banys.

Gausių ovacijų netrūko paaiškėjus olimpinės Metų trenerio nominacijos laimėtoju. Juo tapo Tokijo olimpinėse žaidynėse antrą vietą užėmusios penkiakovininkės Lauros Asadauskaitės-Zadneprovskienės treneris Andrejus Zadneprovskis.

Šioje kategorijoje taip pat buvo nominuoti Tokijo žaidynėse ketvirtą vietą užėmusių irkluojuojų M.Valčiukaitės ir D.Karalienės treneris Virgaudas Leknickas bei Tokijo žaidynėse penktą vietą komandų sprinte iškovojuosius dviratininkų S.Krupeckaitės ir M.Marozaitės treneris Dmitrijus Leopoldas.

A.Zadneprovskį scenoje sveikino ir apdovanojimą jam įteikė švietimo, mokslo ir sporto ministrė J.Šiugždienienė.

„Ačiū Laurai, kad ji sugebėjo parvežti iš Tokijo sidabrinį medalį. O visiems noriu palinkėti daug sveikatos“, – linkėjo Metų treneris.

METŲ PROVERŽIS

Nebuvo pamiršti ir tie, kurie šiemet pagerino asmeninius rezultatus – jie įvertinti apdovanojimu už per metus padarytą proveržį. Parolimpinio sporto šios nominacijos statulėle apdovanotas dziudo imtynininkas Osvaldas Bareikis. Regėjimo negalią turinčiam sportininkui šiemet pavyko pasiekti ilgametės karjeros aukštumų – iškovoti Tokijo parolimpinių žaidynių bronzos medalį (svorio kategorija iki 74 kg). Daugkartiniam Lietuvos dziudo ir sambo turnyrų prizininkui šis medalis – kol kas aukščiausias karjeros laiptelis.

O.Bareikį sveikino žurnalistas Edmundas Jakilaitis. „Labai norėčiau paspausti šiam žmogui ranką, į kurio rankas šiaip nenorėčiau patekti – jos tikrai labai stiprios“, – kviesdamas laimėtoją juokavo E.Jakilaitis.

Olimpinio sporto Metų proveržio vardą pelnė Europos čempionato ketvirtos vietos laimėtojos Lietuvos vyrų septynetų regbio (7x7) rinktinė. Dėl šios statulėlės regbininkams teko pakovoti su plaukike Kotryna Teterevkova ir dviratininke Olivija Baleišyte. Apdovanojimą regbio rinktinėi įteikė LTOK prezidentė D.Gudžinevičiūtė.

„Regbis mūsų šalyje dažnam negirdėtas. Tačiau bendruomenė stipri ir ji vis labiau plečiasi. Tikimės, kad kitamet turėsime ne tik Metų proveržio statulėlę, bet ir dar geresnius rezultatus“, – atsiimdami prizą sakė regbininkai.



LTOK prezidentė D.Gudzinevičiūtė apdovanojo Metų proveržio nominacijos nugalėtojus

METŲ SPORTININKAS

Garsiais plojimais buvo sutiktas ir Lietuvos paralimpinis plaukikas Edgaras Matakas, tapęs Metų sportininku. Kaunietis Tokijo paralimpinėse žaidynėse iškovojė bronzos medalį plaukdamas 50 m laisvuju stiliumi ir liko penktas 100 m krūtine varžybose. Regėjimo negalią turintis kaunietis 2021 m. Europos žmonių su negalia plaukimo čempionate iškovojė net tris auksinius apdovanojimus – 50 ir 100 m laisvuju stiliumi bei 100 m krūtine varžybose. E.Mataką pasveikino LPAK prezidentas M.Bilius.

„Šis apdovanojimas nuspalvina visą mano kolekciją. Esu dėkingas“, – sakė E.Matakas.

Olimpiniu Metų sportininku pripažintas irkluojas Mindaugas Griškonis. Šiam prizui gauti dar buvo nominuoti plaukikas Danas Rapšys bei disko metikas Andrius Gudžius. Sportininką sveikino ir apdovanojimą įteikė gydytoja infektologė profesorė Ligita Jančorienė.

„Man garbė pasveikinti Metų sportininką. Tai daugelio metų atkaklaus ir sunkaus darbo rezultatas“, – sakė L.Jančorienė.

Tokijo olimpinių žaidynių šeštos vietos laimėtojas M.Griškonis scenoje sulaukė staigmenos – statulėlę į sceną įnešė jo dukra Atėnė.

„Apdovanojimą norėčiau skirti visiems kolegoms sportininkams, kad mūsų balsas būtų išgirstas ir svarbūs sprendimai būtų priimami kartu su mumis. Viename interviu esu minėjęs, kad valdininkai dažniausiai sportą vertina kadencijomis, bet mums, sportininkams, sportas yra visas gyvenimas“, – priminė Rio de Žaneiro olimpinis vicečempionas M.Griškonis.

METŲ SPORTININKĖ

Paralimpinės Metų sportininkės nominacijos laimėtoja pripa-

žinta lengvaatletė Oksana Dobrovolskaja. Viesulu į paralimpinio sporto aukštumas įsiveržusi kaunietė šiemet debiutavo Tokijo paralimpinėse žaidynėse, pateko į disko metimo varžybų finalą ir užėmė aštuntą vietą. 2021 m. Europos žmonių su negalia čempionate regėjimo negalią turinti O.Dobrovolskaja iškovojė ketvirtą vietą.

O.Dobrovolskajai prizą įteikė vienas žymiausių šalies biotechnologijų mokslų atstovų profesorius Vladas Algirdas Bumelis.

„Šis renginys – svarbiausias metų renginys. Man malonu, kad olimpiečiai ir paralimpiečiai susijungė į vieną šeimą“, – pasidžiaugė V.A.Bumelis.

„Tai labai jaudinanti akimirka. Pildosi mano svajonės! Tai dar kartą įrodo, kad gyvenime viskas įmanoma, kai šalia yra žmonės, kurie tiki, pasitiki ir palaiko“, – atsiimdama statulėlę džiūgavo O.Dobrovolskaja.

Jai renginio organizatoriai taip pat surengė staigmeną – paralimpiečiai dainininkas V.Bareikis įteikė gitarą.

Paskutinis ilgai lauktas metų apdovanojimas atiteko Tokijo olimpinių žaidynių vicečempionei penkiakovininkei Laurai Asadauskaitei-Zadneprovskienei, kuri pripažinta Metų sportininke.

Drauge su L.Asadauskaite-Zadneprovskiene tarp geriausių sportininkų buvo nominuotos ieties metikė Liveta Jasiūnaitė ir penkiakovininkė Gintarė Venčkauskaitė.

Apdovanojimą Londono olimpinei čempionei ir Tokijo žaidynių sidabro medalio laimėtojai įteikė muzikantas Andrius Mamonovas.

„Labai malonu jau ketvirtą kartą gauti tokią statulėlę ir būti išrinktai Metų sportininke. Man tai labai daug reiškia. Tačiau tai nėra

TARYBA

Lietuvos sporto apdovanojimų olimpinio sporto laureatus rinko Lietuvos sporto apdovanojimų taryba, sudaryta iš ŠMSM, LTOK, LPAK, Lietuvos sporto žurnalistų federacijos, Lietuvos savivaldybių sporto padalinių vadovų asociacijos, Nacionalinės sportininkų asociacijos atstovų. Nominantai buvo renkami atsižvelgiant į 2021-aisiais olimpinių sporto šakų olimpinėse rungtyse (ar kategorijose) pasiektus rezultatus.

Balsuoti buvo kviečiami ir sporto gerbėjai, kurie savo nuomonę iki gruodžio 14 d. galėjo išreikšti portale LTOK.lt. Renkant nugalėtojus visuomenės balsas sudarė 25 proc. Susumavus visus rezultatus paaikškėjo 2021 m. laimėtojai.



Reginyje koncertavo žinomi šalies atlikėjai



Netikėta dovana LPAK Metų sportinkei O.Dobrovolskajai. Iš kairės: M.Stasiulis, O.Dobrovolskaja, V.A.Bumelis, I.Stasiulevičiūtė, V.Bareikis



mano vienos apdovanojimas, tai visos mano komandos nuopelnas. Nėra geresnio jausmo, kaip stovėti ant aukščiausio apdovanojimų pakyls laiptelio ir iškelti Lietuvos vėliavą. Noriu palinkėti niekada nepasiduoti, net iškilus sunkumams“, – sakė geriausios 2021-ųjų sportininkės vardą pelnusi penkiakovininkė.

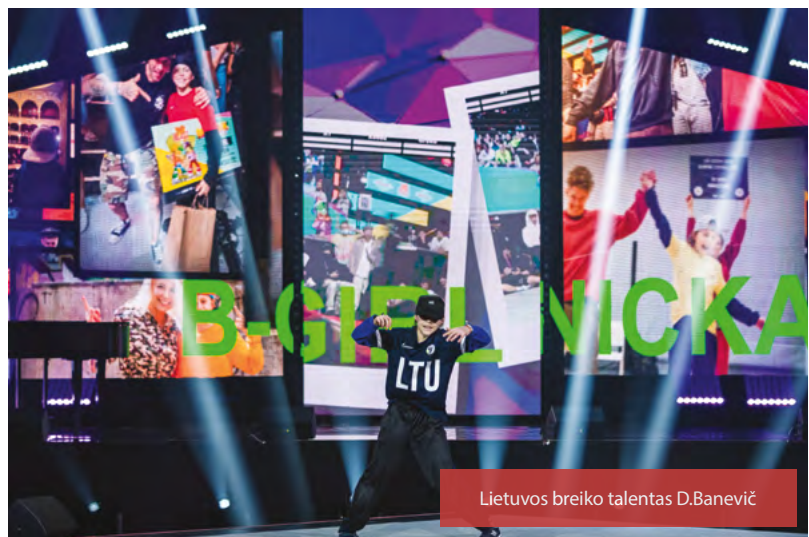
UŽ GYVENIMO NUOPELNUŠ

Apdovanojimų ceremonijoje atskirai buvo pagerbtas ir už gyvenimo nuopelnus apdovanotas garsus pedagogas, biomedicinos mokslų daktaras, socialinių mokslų habilituotas daktaras, sporto mokslininkas, sporto meistras, nusipelnęs treneris profesorius Juozas Skernevičius.

Jis paskelbė apie 300 mokslo darbų Lietuvos ir kitų šalių mokslo leidiniuose, parašė kelias dešimtis knygų, skaitė šimtus pranešimų įvairiose mokslinėse konferencijose. Per savo solidžią sportininko karjerą J.Skernevičius tapo slidinėjimo ir baidarių irklavimo Lietuvos čempionu, 20 km sportinio ėjimo šalies rekordininku. Kaip treneris išugdė daug garsių sportininkų, prisidėjo prie olimpinių čempionų slidininkės Vidos Vencienės ir biatlonininko Algimanto Šalnos pasiekimų.

Prieš įteikdamas statulėlę už viso gyvenimo nuopelnus daug gražių žodžių pasakė kunigas Ričardas Doveika: „Šis žmogus visą savo gyvenimą yra pašventęs tarnystei, šiame žmoguje atrandame patys save. Šį vakarą išdalijome daug nominacijų, tačiau pati gražiausia nominacija – tai pagarba sau. Viską galima pasiekti patikint savimi, gerbiant save, išdovanojant save.“

„Netikėtai čia mane pakėlė ir pristatė, esu stipriai sujudintas. Nors 60 metų teko kalbėti prieš studentus, prieš sportininkus, teko rašyti, bet dabar susijaudinau, liežuvis kaip kuolas ir galva ne per šviesiausia“, – jautrią akimirką sunkiai rinkdamas žodžius kalbėjo J.Skernevičius.



Lietuvos breiko talentas D.Banevič



LPAK prezidentas M.Bilius (dešinėje) su paralimpinio sporto Metų sportininku E.Matau ir Metų treneriu R.Leonu



Andrejus ir Laura Zadneprovskiai

METŲ TRENERIS APIE METŲ SPORTININKĘ: „JI – KAIP DEIMANTAS“

PRIEŠ 2021-ŪJŲ LIETUVOS SPORTO APDOVANOJIMUS TIKRIAUSIAI BEVEIK NIEKAS NEDVEJOJO, KAS LABIAUSIAI VERTA METŲ SPORTININKĖS TITULO. LAURA ASADAUSKAITĖ-ZADNEPROVSKIENĖ – GREIČIAUSIAI TAIP PAT. PO JOS SIDABRU, VIENINTELĮ LIETUVOS MEDALIŲ, SUŽIBUSIŲ TOKIJO ŽAIDYNIŲ PENKIAKOVĖS ŽVAIGŽDEI PAGERBIMAI, TITULAI IR KITI MALONŪS DALYKAI PASIPYLĖ LYG IŠ GAUSYBĖS RAGO. O METŲ TRENERIO APDOVANOJIMAS ATITEKO JOS VYRUI IR TRENERIUI ANDREJUI ZADNEPROVSKIUI.

LAIMA STUNDŽAITĖ

Jau ketvirtą kartą – prieš tai 2011, 2015 ir 2019 m. – Metų sportininko rinkimuose triumfavusi Laura džiaugėsi smagiu vakaru: „Labai smagu, kad šįmet ši šventė įvyko – puikus ir sportininkų laukiamas renginys. Pernai dėl pandemijos jo nebuvo – pasigedome. Mums tai gražus metų pabaigimas, kai pagerbiami geriausieji, talentingas jaunimas, suvažiuoja daug sportininkų iš visos Lietuvos, galime susitikti, pabendrauti, visi kartu pasiklausyti koncerto.“

Visą rudenį ir žiemą vos spėjusi bėgti iš vieno į kitą susitikimą, pagerbimą, o neseniai – ir jos, išrinktos Metų moterimi, garbei skirtą vakarą, L.Asadauskaitė-Zadneprovskienė rado laiko nuoširdžiai pasidžiaugti ir Kalėdomis.

„Per šiuos mėnesius taip įpratau prie dėmesio, tad tai man ėmė atrodyti įprasta ir normalu. Tačiau Kalėdos yra Kalėdos. Tai proga pasimatyti, pasibūti su šeima, draugais, išragauti patiekalų, kurių kiekvieną dieną nevalgome. Ir papuošta eglutė stebuklingai nu-teikia“, – pasakoją Laura, pastarosiomis savaitėmis įsukta į švenčių maratoną, kuriam laikui pristabdžiusį kasdienių treniruočių nuo „aštuonių iki aštuonių“ režimą. Bet tikrai neilgam.

Jau po Naujųjų 2012-ųjų Londono olimpinė čempionė ir šių metų Tokijo vicečempionė grįš į jai įprastą rutiną. Iki 2024-ųjų Paryžiaus

olimpinį žaidynių liko ne tiek daug laiko, o jose Lietuvos metų sportininkė kelia sau aukščiausius tikslus. Kitokių 37-erių atletė nepripažįsta ir kitaip gyventi paprasčiausiai nemoka.

Lygiai tokius pat – tik aukščiausius – tikslus sau kelia ir Metų treneris, 2004 m. Atėnų olimpinis vicečempionas ir 2008 m. Pekino olimpinis žaidynių bronzos laimėtojas 47-erių A.Zadneprovskis, geriausio šalies trenerio titulą gavęs ir 2019-aisiais. Koks jis geriausios auklėtinės ir žmonos akimis?

„Tapęs treneriu galbūt norėjo labiau mane kontroliuoti, pripiršti nuomonę. Aš pamažu bandžiau pasakyti, kad jo nuomonė ne visada yra vienintelė teisinga, kad savąjį turiu ir aš. Taip pamažu abu atradome bendravimo balansą, vienas kitą supratome. Andrejus per treniruotes iš šalies pastebi mano klaidas – mūsų bendras darbas tikrai naudingas, bet kritikos aš sulaukiu ne tik iš jo – ir iš kitų trenerių. Jų ne vienas, nes penkiakovė juk sudaro penkios skirtingos sporto šakos. Aš moku priimti kritiką, už ją dėkoju ir deduoši į galvą visas pastabas“, – teigia Laura.

Šeimos trofėjų kolekciją savaisiais pamažu pradeda pildyti ir vienuolikmetė duktė Adriana – talentinga plaukikė, dažnai laiminti savo amžiaus grupės varžybose.



A.Zadneprovskui apdovanojimą įteikė švietimo, mokslo ir sporto ministrė J.Šiugždinienė, L.Asadauskaitei-Zadneprovskienei – muzikos atlikėjas A.Mamontovas



Manto Gudžnevičiaus nuotr.

Andrejau, geriausiai pažįstate Laurą. Išduokite, kur jos sėkmės paslaptis, tas gebėjimas sukurti stebuklą? Kitaip vienintelio Lietuvai iš Tokijo parvežto medaliao ir nepavadinsi.

Nežinau, ar čia stebuklas. Laura turi Dievo dovaną, yra užsispyrusi, jai patinka tai, ką daro. Tą darbą ji myli, atlieka šimtu procentų ir iš visos širdies. Svarbiausia, kad Laura moka fokusuotis, mobilizuotis reikiamu momentu. Ne visi tą sugeba. Kiek yra gerų sportininkų, kurie atėjus tokios svarbos varžyboms kaip olimpinės žaidynės nebeatlaiko įtampos, neranda savęs. Aš pats, dalyvavęs ketveriose olimpinėse žaidynėse, pripažįstu, kad tikrai nėra lengva, kada prie starto linijos stoji visiškai vienas – juk mūsų sportas ne komandinis – ir turi reikiamu momentu maksimaliai išnaudoti save. Būna adrenalino prisikaupę, tas vadinamasis mandražas tiesiog užpila smegenis ir negali savęs valdyti. Laura turi tokių savybių, kurios suvaldo jaudulį. Jis jai nemaišo, net padeda.

Jai pamaišo nebent neklusnus aikštingas žirgas.

Toks žirgas mūsų sporte – *force majeure*, aplinkybė, kurios negali paveikti. Juk pats žirgo per kliūtį neperkelsi, jei jis užsispirs ir nenorės per ją šokti. Arba visiškai su gyvūnu nerasi bendros kalbos.

Visa kita, kas priklauso nuo jos, Laura įveikia be priekaištų?

Ne viską. Kad ir per pastarąsias žaidynes fechtavimo rungtyje planavome pasirodyti visai kitaip. Norėjome surinkti ne tiek taškų, kiek surinkome, bet žinome, kokia stipri Laura bėgimo ir šaudymo rungtyse, tad po ne pačios sėkmingiausios pirmosios rungties niekas jos nenurašė. Jeigu pavyksta jojimas, ji gali padaryti bet ką. Vieną pasaulio čempionatą laimėjo, paskutinėje rungtyje startavusi iš 21 vietos, tad įsivaizduokite, kokį didelį pranašumą prieš varžoves bėgdama ir šaudydama ji turi.

Tą pranašumą lemia geležinė psichologija?

Viskas. Pirmiausia tai kruvinas darbas kasdien. O po to – ir psichologija, nes tokios svarbos varžybose be jos nieko nebus. Gali treniruotis dieną ir naktį, vien fizinio pasirengimo pakaks Lietuvos čempionatui, savivaldybės varžyboms, bet ne olimpinėms žaidynėms ar pasaulio čempionatui. Tokiuose turnyruose silpnosios pusės ir lenda.

Kada streso daugiau: kai sportavote pats ar kai žiūrite į besi-

varžančią Laurą?

Streso pakanka ir ten, ir ten, bet sunkiau, kai žiūriu. Juk esu tik stebėtojas, įvykių liudinininkas, kuris tiesiogiai negali daryti jokios įtakos. Žinoma, gali kažką patarti, bet per pačias svarbiausias varžybas geriau jau netrukdyti, nei pradėti kalbėti iš dangaus.

Ar nuo tada, kai tapote jos treneriu, jūs, kaip vyro ir žmonos, santykiai kaip nors pasikeitė?

Iš pradžių, kai tik pakabinau sportbačius ant vinies, noro kažką padaryti, pakeisti buvo net per daug. Kartais tas didelis noras atsiskudavo prieš mane, prieš pačią Laurą. Metams bėgant mes atsirinkome, ko reikia, ko – ne. Tokio kalibro sportininkai, kokie esame mes, yra stiprūs individai, jų niekas lengvai nepakeis ir nepasuks. Treniruoti pradėjau nuo 2011 metų, dirbau ne tik su Laura. Taip, buvau geras sportininkas, bet iki gero specialisto, tokio, kaip mano pirmasis treneris Edmundas Margevičius ar Jurijus Moskvičiovas, su kuriuo dirbome vėliau, man dar toli gražu. Būti sportininku ir treniruoti – skirtingi darbai.

Kokia Laura namuose?

Puiki šeimininkė. Sriubą verda, puikų kepenėlių paštetą gamina. Išties viskas gerai mūsų namuose. Abu norime kuo geriau auginti ir auklėti dukrą Adrianą. Visiems visose šeimose būna ir sunkesnių, ir lengvesnių dienų – juk tai normalu. Mes – jokia išimtis.

Prieš svarbias varžybas treneris jos nuo buitės rūpesčių nepatraukia?

Artėjant svarbioms varžyboms stengiamės važiuoti į stovyklas, kad jai tektų kuo mažiau buitės, galėtų koncentruotis į darbą ir poilsį. Ką tik prie puodo stovėjus bėgti į treniruotę būtų sudėtinga. Kadangi mūsų sporto šakos sezonas – vasarą, mokyklos atostogauja, Adriana išvažiuoja pas vienus arba pas kitus senelius.

Koks žmonos bruožas jus erzina, ką norėtumėte pakeisti?

Nieko. Nėra idealių žmonių, visi turime trūkumų, bet keisti tikrai nieko nenorėčiau. Tegul ji ir lieka tokia, kokia yra. Olimpinė čempionė. Viskas tuo pasakyta.

Deimantais už medalius žmonos neapipilate?

Ji pati – kaip deimantas. Jais jos nenustebinsi (šypsosi).



M.Griškoniui skirtą prizą į sceną atnešė jo dukra Atėnė

SĖKMĖS RECEPTE – IR UŽSISPYRIMAS

METŲ SPORTININKĄ JO TĖVAS APIBŪDINA TAIP: „UŽSISPYRĘS, BET NE KIETAKAKTIS.“ JO TRĒNERIS JUOKAUDAMAS PRIDEDA: „PARŪDYKIT MAN TRĒNERĮ, KURIS TRĒNIRUOTŲ FEDERACIJOS PREZIDENTĄ.“ TAD KOKS GERIAUSIU 2021-ŪJŲ SPORTININKU PRIPAŽINTAS IRKLUOTOJAS MINDAUGAS GRIŠKONIS SAVŲ TĖVO ANTANO GRIŠKONIO IR TRĒNERIO ROBERTO TAMULEVIČIAUS AKIMIS?

INGA JARMALAITĖ

Regis, šiemet jo visur buvo daug – ir irklavimo takeliuose, ir sporto užkulisiuose. Tokijo olimpinėse žaidynėse tarp vienvietininkų pelnė šeštą vietą, namie stoji ginti visų sportininkų interesus, o šių metų pabaigoje perėmė Lietuvos irklavimo federacijos (LIF) prezidento vairą. Tiems, kurie toli nuo sporto, bet įsivaizduoja galį įgyvendinti sporto reformas, tarė: „Valdininkai dažniausiai sportą vertina kadencijomis, bet mums, sportininkams, sportas yra visas gyvenimas.“ Vargu ar įmanoma pasakyti taikliau.

Netrukus 36-ąjį gimtadienį minėsiantis M.Griškoniui į irklavimą atėjo trylikos. Jo pergalių pradžia žymi 2007 m. iškovoti pirmieji reikšmingi trofėjai – du sidabro medaliai, parsivežti iš pasaulio jaunimo iki 23 m. ir Europos suaugusiųjų čempionatų. Stipriais irklų mostais jau matavęs keturių olimpiinių kanalų vandenį jis nežada sustoti ir mėgins patekti į 2024 m. Paryžiaus žaidynes.

RYŠKUS INDIVIDUALISTAS

Metų sporto apdovanojimą M.Griškoniui atsiėmė antrąkart. Pirmąjį gavo 2016-aisiais, kai po sidabrinio finišo Rio de Žaneire abu su Sauliumi Ritteriu buvo pripažinti Metų vyrų komanda.

Pats profesionaliai irklavęs A.Griškoniui neslepia, kad šis sūnaus apdovanojimas jį nustebino: „Rezultatai nebuvo tokie geri, kad jį

išrinktų Metų sportininku. Kad ir kaip žiūrėsi, sirgaliams reikia medalių, o kad jis žaidynėse šeštas atplaukė – nelabai ką domina.“

Šis prizas buvo maloni staigmena ir sportininko treneriui R.Tamulevičiui: „Kai paskelbė visus tris nominantus, pagalvojau, kad pagal vietas Mindaugas geriausias. Kas lėmė? Charakteris ir valia, nes be šių savybių nepavyktų sporte ilgiau nei 20 metų išsilaikyti. Tokijo žaidynėse galėjo būti geriau, bet nuo pirmųjų yrių finale jam nepavyko. Tam, kad nesikrimstų, surado geriausią šios vietos įvertinimą ir apsiramino. Juk iš tiesų tai aukščiausia jo vieta, pasiekta žaidynėse irkluojant vienvietę.“

M.Griškoniui ne kartą yra sakęs, kad jam parankiausia rungtis – vienvietė, nors per karjerą teko visokias valtis išmėginti, o olimpinę pergalę nuskinti sėdint porinėje dvivietėje. Ar jis ir gyvenime vienišius?

„Gyvenime jis nėra vienišius. O vienvietė galbūt labiausiai patinka dėl to, kad ilgiausiai ją irklavo ir daugiausiai laimėjimų pasiekė“, – sako sportininko tėvas A.Griškoniui.

„Jam patinka vienvietė, nes jis ryškus individualistas. Pavyzdžiui, žiemomis slidinėti vyksta vienas į Bulgariją, o ne kartu su visais irklautojais, – pateikia pavyzdį R.Tamulevičius. – Po įvairių ban-

dymų vienvietė vis tiek jį pasiveja. Ir šiomet Tokijuje, kaip ir Rio de Žaneire, norėjo su Sauliumi dvivietėje startuoti. Stengėsi, dirbo, vienas kitą tempė, bet antrą kartą to paties nepavyko pakartoti – šįkart jie nesusiderino, jau iš pat pradžių buvo aišku, kad nepavyks. Saulius fiziškai daug stipresnis, todėl po kiekvienos bendros treniruotės Mindaugas būdavo išsekęs. Galiausiai surengtą akistatą, lėmusią, kas Tokijuje irkluos vienvietę, laimėjo Mindaugas. Kai atsisėdo į vienvietę, mačiau, kad atsigavo.“

Pasak trenerio, pats Mindaugas sako, kad kiti irkluočiai aukštesni, fiziškai stipresni, o jis tik bėga už juos greičiau, bet štai atplaukia pirmesnis. „Lemia technika“, – taip paaiškina irkluočiojas.

Turbūt reikėtų pridėti – ir charakteris. „Net per treniruotes jis nori visus aplenksti, nes toks charakteris“, – priduria treneris.

Beje, apie irklavimo techniką, ties kuria inžinierius ir biomechanikas R.Tamulevičius, kruopščiai išanalizavęs ir po raumenį išnarsinęs visus geriausius pasaulio irkluočius, daugiausia dirba.

„Aš jam tik šiomet pasakiau: tai pirmi metai, kai esu patenkintas tavo irklavimo technika. Visus tuos devynerius metus mes gludino me techniką, nes ji nuolat keičiasi“, – sako R.Tamulevičius ir pripažįsta, kad abu juos labiausiai vienija tikslas siekti rezultato ir tobulėti.

Į TOKIJO ŽAIDYNES VIS TIEK IŠVYKO

R.Tamulevičius pats rimtai irklavo dešimtmetį. Pirmosios olimpinės žaidynės, kurias labai atidžiai stebėjo ir panoro ten pakliūti, buvo 1964 m. Tokijo. Į Tokijo žaidynes jis vis dėlto išvyko, tiesa, kaip treneris ir po 57 metų.

Trakai, ežeras, bazė, irklai, valtytis susieja daug likimų, suveda daugybę žmonių. Kai kuriuos – visam gyvenimui, karta iš kartos. Kaip ir Mindaugo tėvus, dabartinį jo trenerį su žmona Aldona suvedė irklavimas.

„Kai Mindaugas su Sauliumi laimėjo sidabrą, aš juokaudamas sakiau, kad tai mano šeimos komanda. Juk pirmoji S.Ritterio trenerė – žmona Aldona Tamulevičienė, o aš, matyt, paskutinis Mindaugo treneris“, – šypsosi pašnekovas.

Baigęs sportuoti ir pasukęs į mokslą, po to – į verslą iš irklavimo R.Tamulevičius nepasitraukė, o po kurio laiko jį grįžo kaip sporto mokslininkas ir padėjo ankstesniam M.Griškoniui treneriui amžinatis Alfonsui Mikšiuviui analizuoti irkluočių rezultatus.

„Mindaugas žino, ko nori, tiki savo jėgomis ir mato tikslą. Tai žmogus, kuris nepasiduoda, o ką suplanuoja – tą padaro. Jau vien tas faktas, kad jis, būdamas 26-erių, pats sau trenerį išsirinko, daug ką pasako. Labai nustebau, kai po Londono žaidynių atvažiavo pas mane ir pasakė: „Būk mano treneriu.“ Juk aš inžinierius, biomechanikas, niekada treneriu nedirbęs. O jis – būk, ir viskas, niekas kitas man negali padėti, aš neprogresuoju, kam tada gaišti laiką? Taip jis mane privertė tapti treneriu“, – pasakoja „Ogmios“ valdybos pirmininko, generalinio direktoriaus pavaduotojo pareigas ėjęs ir apie jokią trenerio darbą negalvojęs R.Tamulevičius.

UŽ SPRENDIMUS ATSAKO PATS

Svarbiausia treniruotės dalis – poilsis, bet M.Griškoniui tiek poilsio, kiek reikia profesionalams, negauna, nes tuo metu, kai kiti sportininkai po rytinės treniruotės ilsisi, jis skuba verslo reikalų tvarkyti. Vakare – vėl treniruotė.

„Kai ėmiau treniruoti, nuvažiavau pas jo tėvą Antaną ir sakau: tu per daug apkrovęs Mindaugą, jis neturi kada ilsėtis. O jis man sako: čia ne mano verslas, o jo, aš tik samdomas darbuotojas, o jis – direktorius“, – treniravimo pradžią prisimena treneris, kuriam tąkart auklėtinio, 22-ėjų tapusio nuosavos logistikos įmonės direktoriumi, darbotvarkės palengvinti nepavyko.

Ne tik su savo laiku susijusius sprendimus irkluočiojas priima pats. Kai kilo klausimas, kaip M.Griškoniui startuoti Rio de Žaneire, Lietuvos irkluočius konsultavęs italas liepė R.Tamulevičiui priversti Mindaugą sėsti į dvivietę.

„Bet aš jam pasakiau: kaip jis pasirinko, taip bus, aš jam nieko negaliu liepti. Patariau startuoti vienam, nes vienvietė visą olimpinį ciklą ruošėsi, bet tariau: tai tavo gyvenimas, tu turi priimti sprendimą. Mano, kaip trenerio, misija – padėti sportininkui įgyvendinti jo svajonę“, – sako R.Tamulevičius.

Ar ką nors sakė M.Griškoniui treneris ir tėvai prieš šių metų LIF rinkimus? Galbūt ragino neprisiimti dar daugiau įsipareigojimų, neapsikrauti ir taip įtempto gyvenimo?

„Galėjo dar palūkėti, pasportuoti, o tada į federaciją eiti. Bet čia jo pasirinkimas. Aš niekad nestabdau, jeigu žmogus nori ir daro. Kitus metus esame suplanavę lengvesnius, antrieji metai bus lemiami, nes vyks atranka į žaidynes: jeigu pateks į žaidynes, startuos trečius metus, jei ne – sportuoti nėra tikslo“, – šio trumpesnio olimpinio ciklo planą atskleidžia treneris.

„Čia jo kelias, kurį pats pasirenka. Jei galiu – patariu, bet sprendimus priima jis. Į Lietuvos irklavimo federacijos rinkimus eiti nepatariau, bet tokių dalykų jis manęs ir neklausia“, – juokiasi Mindaugo tėtis.

UŽSISPYRĘS IR ATKAKLUS

Paprašyti įvardyti po kelias savybes, geriausiai apibūdinančias Metų sportininko prizą laimėjusio M.Griškoniui charakterį, pašnekovai ilgai negalvoja.



Alfredo Pliadžio nuotr.

Metų sportininką apdovanojo profesorė L.Jančorienė

„Protingas, atkaklus, drąsus, mandagus. Žino, kad likimas jo rankose, jis sprendžia, vėta gaišti laiką ar ne. Man su juo lengva dirbti, mes vienas kitam nesame našta“, – sako treneris.

„Užsispyręs, karštas, siekiantis tikslo, sąžiningas, – vardija A.Griškoniui. – Nešokinėja iš vienos vietos į kitą, ką nusprendžia – tą daro, to siekia.“

Paklaustas, į ką jis toks, A.Griškoniui nusijuokia: „Nežinau. Pats kada yra minėjęs, kad paveldėjo genus iš tėvų. Bet toki charakterį išsiugdė tik pradėjęs sportuoti, iki tol užsispyrimu nepasižymėjo. Buvo be charakterio.“

Jeigu užsispiria, ar įmanoma atkalbėti? „Tuo metu gal atrodo, kad nesiklauso, bet po kurio laiko atsigręžia atgal ir padaro išvadą. Užsispyręs, bet ne kietakaktis“, – konstatuoja Metų sportininko tėvas.



M.Valčiukaičiai ir D.Karalienei apdovanojimą įteikė G.Liaudanskas-Svaras

VALINGOS IR ŽAVINGOS

METŲ KOMANDA PASKELBTA MOTERŲ IRKLAVIMO PORINĖS DVIVIETĖS ĮGULA – 32-EJŲ DONATA KARALIENĖ IR 27-ERIŲ MILDA VALČIUKAITĖ – LIKO PER ŽINGSNĮ NUO DAR VIENOS OLIMPINĖS BRONZOS.

RITA BERTULYTĖ

Po pertraukos vos prieš metus į irklavimą grįžusi Donata nepamiršo, kaip reikia dirbti su irklais, ir kartu su Milda Tokijo olimpinėse žaidynėse užėmė ketvirtą vietą, o Europos čempionate iškovojo sidabro medalius.

Sporto visuomenės įvertinimo ši moterų komanda sulaukė ne kartą ir ne pirmą sykį lipo į sceną atsiimti prizo. Bet šis kartas gali būti paskutinis. Mat apie savo karjeros pabaigą čia pat scenoje, atsiimdama apdovanojimą, šįkart paskelbė M.Valčiukaitė.

Ne kartą šios dvi talentingos irkluotojos dalijo ir interviu – apie save, sportą, tikslus. Tad šįkart apie jas pasakojimas šiek tiek kitoks. Dvi žavios irkluotojos – jų mylimų vyrų akimis. Ir jos pačios daugiau kalbės ne apie save, o apie irklo draugę.

LABAI GERA MAMA

Po Rio olimpinė žaidynių atšokusi vestuves Donata netrukus pasinėrė į motinystės rūpesčius ir džiaugsmus. Ir be irklavimo neliūdėjo. „O kai pradėjo liūdesys eiti, tada ir grįžo“, – šypsosi irkluotojos vyras Jonas Karalius.

Jis prisimena, kaip 2020-ųjų rudenį, bežiūrėdamas Europos irklavimo čempionatą, pastebėjo kažkokį žmonos nerimą.

„Žiūriu, lyg kažko nori, lyg kažkas... Sako: „Jaučiu, kad dar ne viską padariau, dar noriu grįžti. Gal trenere būti.“ Pasakiau, kad jei gali – tegul eina irkluoti. Pasišnekėjome ir ji tą sprendimą nedrąsiai priėmė. Pirmiausia jėgas pasibandė – gerai jautėsi. Bet mano pritarimo norėjo. Sakiau – darom. Juk mes, kaip šeima, kartu tą darome, nes turime mažų vaikų ir daug su tuo susijusių reikalų“, – pasakojo Donatos vyras, taip pat kadaise sėdėjęs valtyje.

Tai, kad jis irgi kadaise rimtai irklavo, šiandien jam padeda suprasti žmoną. Ne tik jos norą irkluoti, bet ir savijautą prieš bei po

varžybų. Tiesa, šis aspektas jam atrodo bene sudėtingiausias: „Visiems šalia sportininkų gyvenantiems žmonėms sudėtingiausias darbas paguosti. Bet taip, kad tai būtų paguoda, o ne erzinimas. Lygiai taip pat prieš startą – kaip padėti, o ne trukdyti. Sportininkai išgyvena daugybę emocijų, didelę įtampą, stresą, o šalia esantis žmogus, kuris su sportu nesusijęs, dažnai sako: „Tu nesijaudink, tu nebijok.“ Tas niekam nėra padėję, tik erzina. Didžiausias iššūkis – kaip būti šalia ir netrukdyti, kaip padėti. Mane patį būdavo sunku ir paguosti, ir prieš startą netrukdyti. Galbūt dėl to ir suprantu šio aspekto svarbą. Ar man sekasi? Nežinau, skeptiškai žiūrėčiau į sėkmę šioje srityje.“

Trimečiai dvyniai Dovydas ir Povilas, pasak tėčio, nors dar maži, supranta, kur mama važiuoja, ir ja labai didžiuojasi: „Yra pasakyta, ką mama daro, koks jos darbas, kad ji irkluoja. Jie tuo didžiuojasi, tuo giriasi. Jie džiaugiasi, kai mama grįžta, ir supranta, kai ji išvažiuoja.“

Tad kokia ji, Donata, vyro akimis? „Jos charakteris nepalaužiamas, – sako Jonas. – Ji yra labai geras žmogus ir labai karšto charakterio. Labai atkakliai siekia savo tikslo. Kai kažko nori, tikrai gali kalnus nuversti.“ Tokia ji sporte, tokia ir kasdieniame gyvenime. „Ji neturi dviejų veidų. Ji visur Donata“, – šypsosi Jonas.

O paklaustas, kuri Donatos savybė labiausiai žavi, J.Karalius trumpam susimąsto, nes gerų savybių daug. Ir po trumpos pauzės vis dėlto išskiria vieną: „Ji labai gera mama.“

APIE DONATĄ – MILDA

„Pirmiausia, kas šauna į galvą, pagalvojus apie Donatą, kad ji labai gerai žino, ko nori tiek gyvenime, tiek savo sportinėje karjeroje. Ir labai valingai, kryptingai siekia tikslo. Turi to žemaitiško užsispyrimo, kuris niekada neleidžia pasiduoti. Iš kitos pusės, turėdama

tiesiog valios ir užsispyrimo, kartais save perspaudžia. Donata yra ta, kuri sako: galima dar ir dar ir dar.

Donata labai mėgsta įkvėpti ir pamokyti. Mūsų komandoje tai turbūt pirmas žmogus, kuris patiki, kad galima laimėti medalį, ir patiki pergale. Visada turi vilties ir tiki, kad galima kažką prasmingo nuveikti.

Kokia jos savybė žaviausia? Valios savybės, kurias ji sugeba pademonstruoti ir kurios vienos išskirtiniausių, ką mačiau per visą savo karjerą stebėdama sportininkus“, – sako M.Valčiukaitė.

LEMTINGI POROS SPRENDIMAI

M.Valčiukaitę ir olimpinę vicečempioną Saulių Ritterį į porą suvedė irklavimas. Bemaž vienu metu jie abu nutarė baigti sportinę karjerą, nors galutinius taškus dėjo atskirai. Apie tai, kad baigia sportinę karjerą, Saulius pranešė netrukus po Tokijo olimpinio žaidynių, ir šiandien jis – Lietuvos irklavimo federacijos generalinis sekretorius. O Milda lemtingąjį žodį ištarė per šventinį vakarą.

„Negalėčiau daryti įtakos, gerbiu jos norą taip pristatyti savo sprendimą. Tai jos apsisprendimas. Norėčiau galbūt kitaip ir palaikyti, kad ji tęstų savo karjerą, jai dar būtų galimybė, bet tai jos apsisprendimas. Ir jokio spaudimo nedarysiu“, – tikina jau buvęs irkluotojas.

Varžybų įtampa ir emocijos po jų – abiem jau praeitis. Bet euforijos po pergalių ir nusivylimo po nesėkmių abiejų gyvenime buvo nemažai.

„Mes su Milda skirtingi. Milda taip parodo, pademonstruoja emociją, man daug lengviau ją suprasti, kai ji tą padaro. Aš kitoks – daugiau viduje palaikau. Bet gal taip ir gerai, – svarsto Saulius. – Kadangi abu esame irkluotojai, ir mintis, ir įvykius, ir rezultatus daug lengviau padėti vienas kitam įvertinti, su situacija susipažinti ir ją priimti.“

O kokia yra Milda? „Labai žavinga... Šališkai pasakysiu, bet taip, ji tokia yra“, – spindi Sauliaus akys. Dar ji labai energinga, komunikabili, emocionali. Tokiomis emocijomis apdovanota ji sugeba jas panaudoti savo tikslams pasiekti. Manau, ne kiekvienam tai pavyksta. Tai labai stipri galia, jos stiprioji pusė. Pripažinsiu ir tai, kad ji užsispyrusi ir norėdama pasiekti tikslą negaili savęs, nebijo iššūkių“, – vardija mylimasis.

Buitis irkluotojų neslegia. Natūraliai susidėliojo, ką daro vienas, ką imasi tvarkyti kitas. O tvarkydamosi buityje Milda atsipalaiduoja. Beje, irkluotojai patinka gaminti. Vieno patiekalo Saulius neišskiria: „Man daug skanių yra, ką ji gamina. Ji žino mano skonį. Jai patinka gaminti – skaniai ir gražiai.“

Kokia Mildos savybė Saulių žavi labiausiai? „Komunikabilumas, ji spalvinga asmenybė. Labai įdomus ir nepakartojamas žmogus“, – gražių žodžių negaili S.Ritteris.

APIE MILDĄ – DONATA

„Be galo talentinga – tai ateina pirmiausia į galvą. Be to, ji ir pati tikriausiai apie save taip pasakytų, kad yra impulsyvi. Ir stipri visomis prasmėmis. Labai stipraus sportinio charakterio. Puiki komandos vedlė. Ji turi kovingumo, kurio, man atrodo, man pačiai tam tikromis akimirkomis pristigdavo. Dažnai papildėme viena kitą tomis savybėmis. Sakyčiau, kad esame labai skirtingos, bet kartu ir panašios.“

Irkluodama su Milda ir sėdėdama už jos visada galėjau ja pasitikėti ir žinojau, kad ji visada padarys viską, ką gali, ir padarys taip, kaip turi būti. Pasitikėjimu ji tryško visada – viskas bus gerai.

Kuri Mildos savybė labiausiai patinka? Kovingumas. Kai kuriose situacijose erzina galbūt jos impulsyvumas.

Ar Mildos karjeros pabaiga man buvo staigmena? Apie tai nujaučiau. Galutinio sprendimo nežinojau, tad iš dalies buvo staigmena ir man. Bet nuojauta kuždėjo apie tai anksčiau: mačiau joje nuovargį ir iš šalies žiūrėdama į ją mačiau tą nuosprendį gal jau ir per ar po žaidynių. Tik to garsiai neįvardijo dar. Noriu ir paliūdėti, ir pasidžiaugti. Puikiai ją suprantu, kodėl priima tokį sprendimą. Jos sprendimą gerbiu, priimu ir linkiu visa ko geriausio už valties ribų. O aš taip, planuoju treniruotis toliau ir siekti galimybes startuoti kitose olimpinėse žaidynėse“, – patikina D.Karalienė.

APIE PABAIGĄ

Šiandien M.Valčiukaitė sako, kad tikrai taip, sportinę karjerą ji baigia. „Nors irklavimas – ilgaamžis sportas, bet mano karjera suaugusiuoju sporte prasidėjo labai anksti. Būdama devyniolikos jau pasiekiau svarbiausias savo pergales, nors kiti jų pasiekia 25-erių ir vėliau. Du olimpiniai ciklai – devyneri metai, tad jausmas toks, kad pasiėmiau viską, ką galėjau pasiimti, ir labai noriu save išbandyti kitose srityse, noriu integruotis į mūsų visuomenę, darbo rinką, suprasti, ką reiškia gyventi būnant ne sportininku“, – savo motyvus dėsto Milda.

Po sezono pabaigos irklo į rankas daugiau Milda nebeima, nors sportuoja kas dieną – nenori apsileisti. Tačiau visas jos dėmesys šiandien sukoncentruotas į mokslus. Atlieka praktiką, ruošiasi sesijai. Milda studijuoja verslo informacijos vadybą.

„Norėčiau eiti į rinkodaros, komunikacijos sritį, tai atrodo labai įdomu, bet norėčiau likti ir prie sporto, kad tas darbas būtų susijęs su sportu, nes tai labai artima“, – apie ateities tikslus prasitaria irkluotoja.

Ar gali būti, kad ji savo sprendimą po metų ar poros pakeis ir dar išvysime ją valtyje? „Dabar atrodo, kad ne. Manau, gyvenime turi įvykti kažkokie labai dideli pokyčiai, kad pakeisčiau savo sprendimą. Dabar sakau tikrai ne, bet gal pasaulis apsivers ir sugrįšiu“, – sako olimpinė prizininė, savo didžiausią pergalę drauge su D.Karalienė nuskynusi 2016 m. Rio de Žaneire.



D.Karalienė su vyru Jonu



M.Valčiukaitė ir S.Ritteris

LAUKIA NAUJI IŠŠŪKIAI

LIETUVOS SPORTO APDOVANOJIMŲ METŲ PROVERŽIO NOMINACIJA LAIMĖJUSI LIETUVOS REGBIO SEPTYNETŲ RINKTINĖ TAPO DIDŽIAUSIA ŠIŲ METŲ EUROPOS ČEMPIONATO SENSACIJA. MŪSŲ REGBININKAI PO KETVERIŲ METŲ PERTRAUKOS NE TIK SUGRĮŽO Į STIPRIAUSIŲ ŽEMYNŲ KOMANDŲ GRETAS, BET IR IŠKOVOJO KETVIRTĄ VIETĄ.

JOLANTA MOCKEVIČIENĖ



Alfredo Pliadžio nuotr.

Lietuvos rinktinės žaidėjai su jaunaisiais regbio talentais

Ketvirta vieta – aukščiausias Lietuvos rinktinės pasiekimas nuo tada, kai regbio septynetų varžybos buvo įtrauktos į olimpinių žaidynių programą. Į šią aukštumą vyrus atvedęs rinktinės treneris Tomas Zibolis sako, kad proveržiui ribų nėra.

„Mes dar nieko nelaimėjome – neparvežėme nei Europos, nei pasaulio čempionatų medalių, tad yra dar kur mums veržtis. Komanda gana jauna, be to, formuojasi dublerių ekipos branduolys. Tad dar nemažai proveržių numatyta. O kaip seksis, niekas nežino – niekas vietoje nestovi, priešininkai labai stipriai tobulėja. Kiekvieną įveikta komanda – didžiulis vyrų nuopelnas. Manau, kad kitais metais dar tikrai turėtume nustebinti. Ir dar kitais, ir dar. Turime vyrų – turime įrankių. Be to, ateinančiais metais vyks atranka į pasaulio čempionatą. Dešimt komandų iš aukščiausiojo Europos diviziono papuola tiesiogiai, be atrankos, dvi komandos dar prisijungs iš apačios. Ten bus labai rimtų iššūkių, bet bandysime kažką pagauti. Kiekvieną kartą bet kurią komandą nugalėti, netgi tuos pačius lenkus ar čekus, kurie perėjo į žemesnį divizioną, yra iššūkis – visi jie turi profesionalias lygas ir mums su jais sunku. O ką jau kalbėti apie pasaulio regbio grandus. Bet bandysime, veršimės“, – optimizmo nestokoja rinktinės treneris.

Rinktinės, kuri vienintelė iš visų varžovų nėra profesionali. Žaidėjai renkasi treniruotis po savo darbų ir reikalų. Tad kas motyvuoja vyrus siekti pergalių?

„Mes neturime kažkokių dievaičių, į kuriuos galėtume lygiuotis. Mes patys tampame tais, į kuriuos lygiuojasi mūsų jaunimas,

ir norime būti jiems tokiu pavyzdžiu. O mus motyvuoja meilė sportui, šimtaprocentinis atsidavimas, plius komandinė dvasia. Turime labai stiprų branduolį. Ir jaunimas, kuris ateina – šiais metais keletas jaunų žaidėjų prisijungė prie komandos, – taip pat lygiavertis. Mes niekada nieko iš nieko nesitikime – nei apdovanojimų, nei liaupsų. Tiesiog dirbame savo darbą – tą, kuris mums labai patinka“, – sėkmės priežastį įvardija T.Zibolis.

Ir priduria dar vieną svarbų dalyką – tarp rinktinės žaidėjų yra labai daug trenerių. Vytautas Bloškys, Žygimantas Radžius, Jonas Mikalčius, Armandas Kalinauskas, Dovydas Taujanskas, Paulius Sugintas.

„Didžiąją dalį komandos sudaro treneriai. Tai padeda. Jie treneriai ir supranta, kad turi būti pavyzdys“, – pabrėžia T.Zibolis.

Tad kokios ambicingų vyrų ambicijos kitais metais?

„Nekeliame mes jokių ambicijų. Kiekvieni metai mums – nauji iššūkiai. Kitais metais pagrindinis iššūkis – išlikti aukščiausiąjame Europos divizione, minimaliai, bent jau vienas varžybas grupėje laimėti, gal į kokį aštuntuką pabandyti šokti. Bus sudėtinga. Niekas nestovi vietoje. Kitais metais jau mus varžovas pradės stebėti, matyti, analizuoti, parinks tinkamus ginklus gynyboje ir puolime, nebedarys tų klaidų, kurių padarė šiemet. Po kelerių metų grįžome į aukščiausiąjį divizioną, užtat šiemet taip visi skeptiškai ir žiūrėjo į mus. Kitais metais požiūris bus jau kur kas rimtesnis. Ir, manau, bus sunkiau dar kažkuo nustebinti. Bet mes tokie. Mes pasistengsime“, – žada rinktinės treneris.



TIESĖ KELIĄ Į OLIMPĄ

LIETUVOS SPORTO APDOVANOJIMUOSE PRIZU „UŽ GYVENIMO NUOPELNAS“ PAGERBTAS PROFESORIUS, SPORTO MOKSLININKAS, BAI DARIŲ IRKLAVIMO, SLIDINĖJIMO IR SPORTINIO ĖJIMO SPORTO MEISTRAS, NUŠIPELNĖS TRENERIS JUOZAS SKERNEVIČIUS.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ

L aureatui apdovanojimą įteikė kunigas Ričardas Doveika.

„Tikriausiai gimiau po laiminga žvaigžde. Net 70 metų teko bendrauti su įvairių Lietuvos sporto šakų rinktinėmis, ilgai dirbti treneriu. Teko tyrinėti beveik visus mūsų olimpiečius, išsiaiškinti, kaip jų organizmas adaptuojasi, taikant fizinius krūvius. Su sportininkais ir treneriais buvo ieškoma teisingesnio kelio, kaip kopti į tą olimpą, išnaudoti visas žmogui duotas įgimtas gamtos savybes, nenusukti kur nors į klystkelius“, – atsiimdamas prizą sakė šiemet 90 metų jubiliejų minėjęs J.Skernevičius.

Kartu su profesoriumi apdovanojimuose dalyvavo ir jo dukra, Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto profesorė, Reabilitacijos, fizinės ir sporto medicinos katedros vedėja dr. Rūta Dadelienė.

Rūta, kaip vertinate tokį garbingą savo tėvo apdovanojimą?

Visa mūsų šeima tuo ypač džiaugiasi. Tėtis nusipelnė šio apdovanojimo: jis neskaičiavo savo darbo valandų, jam ir šiandieną svarbiausia yra sportas ir tik po to visi kiti reikalai. Sportas ir sportininkai tėčiui visada buvo svarbiau nei jis pats. Gavęs šį apdovanojimą buvo nepaprastai laimingas. Visą vakarą šalia jo buvo mano dukra, jo anūkė Elena, kuri labai išgyveno, kaip į šį apdovanojimą reaguos mūsų mylimas žmogus.

Ne kiekvienas, sulaukęs 90 metų, yra toks fiziškai aktyvus: Žaliuosiuose ežeruose profesorius vis dar plaukioja, mina dviračio pedalus. Ar įsivaizduojate jį nieko neveikiantį?

Jam tai būtų pati didžiausia bausmė ir kančia. Jis visą laiką nori jaustis reikalingas. Jeigu namie per dieną sulaukia kelių sportininkų, norinčių pasikonsultuoti, skambučių, džiaugiasi ir sako, kad šiandieną jis gyvena.

Vasaromis kiekvieną rytą plaukioja Žaliuosiuose ežeruose, nes puikiai žino, kad tokia amžiuje plaukimas – geriausia fizinio aktyvumo forma. Plaukiojant nebūna staigių judesių, neapkrauti sąnariai, kuriuos reikia tausoti, plaukimas suaktyvina kvėpavimo sistemą.

Prieš trejus metus tėtis subūrė Žaliųjų ežerų bendruomenę ir vaikus bei suaugusiuosius moko plaukti. Ta bendruomenė jį sveikino ir su 90 metų jubiliejumi, vasarą aplankydavo gyvenantį sode. Iš pradžių toje bendruomenėje buvo nemažai jo studentų, bet

vėliau prisijungė ir nepažįstamų žmonių.

Dviračio pedalus tėtis mina iki gruodžio, kol balos neapsitraukia ledu. Kai orai smarkiai atvėsta, kiekviena jo diena prasideda mankšta, įvairiais jėgos pratimais ir pusvalandžio trukmės darbu ant treniruoklio, kurį prieš trejus metus Kalėdų proga jam padovanojo vaikai ir anūkai.

Tėtis labai džiaugiasi savo penkiais anūkais ir šešiais proanūkiais. Nors jie netapo dideliais sportininkais, bet renkasi sveiką gyvenimo būdą bei fizinį aktyvumą. Visa mūsų šeima negali gyventi nesimankštindama ir nesportuodama.

Iki šiol vis dar bėgioja ir žaidžia krepšinį mano brolis Arvydas, kuriam jau 63-eji. Jo sūnūs Jonas ir Petras skrieja jėgos aitvarais. Sportiškasis mūsų tėtis padarė didelę įtaką mūsų gyvenimui.

Tėtis žiemą gyvena vienas Žirmūnuose, pats gaminasi maistą, o vasaras leidžia sodyboje su šalia gyvenančiu broliu. Jie abu važinėja dviračiais. Tėtis gerokai jaunesnį savo brolių įtraukė į fizinės pratybas.

Šiemet per savo jubiliejinį vakarą jis pasakė, kad šis jubiliejus – tai jo atsiveikimas su sporto mokslu, bet dabar, stovėdamas ant sporto apdovanojimų scenos, ištarė, kad jeigu reikės pagalbos – vėl ateis į laboratoriją.

Taip, jo pagalba sportininkams dar vis reikalinga, jie prašo, kad tėtis atvažiuotų į laboratoriją. Jis neatsisako ir vieną ar du kartus per mėnesį skuba į laboratoriją, tapusią jo antraisiais namais.

Iki šiol tėtis padeda baidarių irklotojams Mindaugui ir Simonui Maldoniams, Ričardui Nekriošui, Andrejui Olijnikui, kitiems. Labai džiaugiamės, kad tėtis turi užsiėmimą, kad jam skambina.

Sporto mokslo keliu pasukote ir jūs. Ar tai tėvo įtaka?

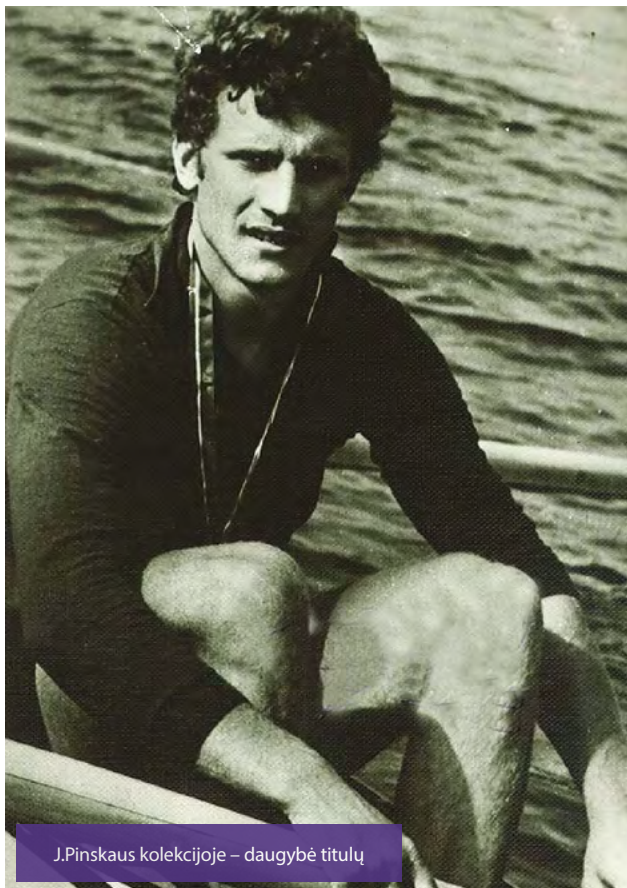
Tai didelė jo įtaka. Kai augau, dažnai dalyvaudavau tėvų vadovaujamoje pratybose, treniruočių stovyklose. Nuo pat vaikystės iš labai arti mačiau sportininkus, jų problemas, rengimą. Susidomėjau kalnų slidinėjimu, aktyviai sportavau, per Lietuvos čempionatus pavykdavo laimėti medalių.

Pasekiau tėčio einamu sporto mokslo keliu. Tas darbas patiko ir jį tęsiu.

POLITINIŲ SPRENDIMŲ ĮKAITAI

„DEMOKRATIJOS TUOMET BUVO MAŽAI, O SPORTININKŲ NUOMONĖS NIEKAS NEKLAUSĖ“, – PRISIMINDAMAS 1984 M. LOS ANDŽELO OLIMPINES ŽAIDYNES SAKO BUVĘS IRKLUOTOJAS JONAS PINSKUS.

Asmeninio albumo nuotr.



J.Pinskaus kolekcijoje – daugybė titulu

Buvęs žinomas sportininkas net prabėgus daugeliui metų su didžiule nuoskauda prisimena tuomet priimtą Sovietų Sąjungos vadovų sprendimą boikotuoti olimpines žaidynes JAV. Iki šiol kalbama, kad dėl tokio sprendimo irkluotojų aštuonvietė, kurios įgulos svarbi figūra buvo ir J.Pinskus, prarado olimpinius aukso medalius.

Devintajame praėjusio amžiaus dešimtmetyje net dvi sportininkų kartos tapo savotiškais politinių sprendimų įkaitėmis. 1980 m. dėl sovietų invazijos į Afganistaną JAV inicijavo Maskvos olimpiinių žaidynių boikotą, kuris paveikė daugybę sportininkų.

Po ketverių metų atsakydama į šį amerikiečių sprendimą Sovietų Sąjunga savo sportininkams uždraudė vykti į olimpines žaidynes Los Andžele. Šimtams sportininkų kaip alternatyva buvo pasiūlyta dalyvauti žaidynėse, pavadintose „Draugystė 84“.

„Politinės situacijos boikotas nepakeitė, o sportininkai nukentėjo labai stipriai. Todėl dabar, kai girdžiu raginimus sportininkams boikotuoti Pekino žiemos olimpines žaidynes, tiesą sakant, man užverda kraujas. Ką tu pasieksime? Nubausime savo sportininkus?“

Man pikta, kad žmonės, kurie visiškai nenusimano sporte, nesupranta, kiek kainuoja pasiekti olimpiinių žaidynių lygį, pradeda aiškinti tokius dalykus ir dalyti tokius pasiūlymus. Čia tas pats, jei aš ateičiau į operacinę ir pradėčiau aiškinti chirurgui“, – lygina J.Pinskus.

1980 m. Maskvos olimpinėse žaidynėse bronzą iškovojo vyrų aštuonvietė buvo laikoma viena Los Andželo žaidynių favoritų. Kaip jums tuomet valdžia aiškino, kodėl negalite vykti į žaidynes?

Pagrindinis argumentas, kurį tuo metu girdėjome, buvo nerimas dėl mūsų saugumo, esą gali būti provokacijų prieš SSRS sportininkus ir panašiai. Amerikiečiai visa tai bandė paneigti. 1983 m. buvome pakviesti į Sietlą, kuriame vyko tarpuniversitetinės varžybos. Dalyvavo daugiau nei keturiasdešimties universitetų aštuonvietės, o mes turėjome varžytis su nugalėtojais.

Varžybas lengvai laimėjome, o amerikiečiai mus pavyzdinčiai saugojo: saugumo agentai kartu darydavo apšilimą, lydėdavo net iki tualetų, universiteto bendrabutyje, kuriame gyvenome, visą parą sėdėdavo žmogus. Amerikiečiai demonstratyviai stengėsi parodyti, kad mums JAV bus saugu.

Tačiau tos pastangos vaisių nedavė.

Visiškai. Skaudžiausia, kad įveikėme visus atrankos barjerus, buvome labai stipriai pasiruošę ir likus vos mėnesiui iki žaidynių mums buvo pranešta, kad neva dėl mūsų pačių saugumo nuspręsta, jog Sovietų Sąjungos sportininkai į olimpines žaidynes nevyks.

Saugumas buvo oficiali pozicija. Tačiau visi puikiai suprato, kad tai kerštas už JAV inicijuotą Maskvos žaidynių boikotą. Žinoma, labiausiai dėl šių politinių batalijų nukentėjo sportininkai. Juk olimpiniam startui ruošiamasi ne metus, ne ketverius, o gerokai ilgiau.

Kaip komanda priėmė tokį valdžios sprendimą?

Labai skaudžiai. Pamenu, buvo kviečiamas ir psichologas, nes kai kam prasidėjo isterijos priepuoliai. Buvo labai nelengva. Juk tiek ruošėmės ir fiziškai, ir psichologiškai, buvome fantastiškos formos.

Keisčiausia, kad sprendimas trinktelėjo lyg žaibas iš giedro dangaus. Juk jei būtų buvę svarstymai, gal ir pasiruošimas nebūtų toks stiprus, ir atrankos varžybos ne tokios rimtos.

Tuomet buvo surengtos Draugystės žaidynės. Kaip jos atrodė?

Valdžia padarė didelį popšą, į kurį suvažiavo visi sovietinio bloko sportininkai. Padarė didelį šou, paskyrė tokio pat dydžio kaip olimpinės premijas, gražius medalius, bet visi suprato, kad šis renginys toli gražu neprilygsta olimpinėms žaidynėms. Varžėmės be jokios motyvacijos, pralaimėjome Rytų Vokietijos įgulai, kuri buvo labai stipri. Jie būtų buvę pagrindiniai mūsų varžovai olimpinėse žaidynėse.

Tuo metu buvote puikios formos. Kalbėta, kad dėl boikoto praradote galimybę pakovoti dėl olimpinio aukso.

1986-aisiais nugalėjome ir tuos pačius vokiečius, ir olimpinis čempionas, tapome pasaulio čempionais. Tuo metu buvome sezono lyderiai, praktiškai nepralaimėjome nė vienų varžybų. Tikrai galiu drąsiai sakyti, kad politikai iš manęs atėmė galimybę laimėti olimpinį aukso medalį. Dabar esu olimpinis medalininkas, bet ne čempionas.

Gal ir mūsų žiemos sportininkams šios Pekino žiemos žaidynės yra tramplinas į elitą, gal turėsime antrąją Vidų Vencienę? Čia sportas, čia sėkmė lemia daug. Kodėl nepabandyti?



Festivalio ugnies įžiebimo ceremonija Romoje

EOK nuotr.

VUOKATIS PASIRUOŠĘS

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO SPORTO DIREKCIJOS VADOVAI EINIUS PETKUS IR AGNĖ VANAGIENĖ GRUODŽIO VIDURYJE LANKĖSI SUOMIJOS MIESTE VUOKATYJE, KURIAMĖ KOVĄ MŪSŲ ŠALIES SPORTININKAI DALYVAUS EUROPOS JAUNIMO ŽIEMOS OLIMPINIAME FESTIVALIJE.

Renginys dėl pandemijos buvo perkeltas du kartus. Ir nors dauguma varžybų vyks kovo 20–25 d., vaikinių ledo ritulio turnyras jau buvo surengtas gruodžio 13–17 d. Jį laimėjo Suomijos komanda.

Šios varžybos tapo puikia proga šalių misijos vadovams apžiūrėti paruoštas arenas, varžybų ir gyvenamąsias vietas. Misijos vadovų susitikime, gyvai ir virtualiai, dalyvavo 47 Europos nacionalinių olimpinių komitetų atstovai.

„Dvi dienas trukusiame seminare susitikome su festivalio organizatoriais ir turėjome galimybę aptarti daug svarbių temų – saugumą, transporto organizavimą, medicinos paslaugas, antidopingo taisykles ir taip toliau.

Nepaisant vis dar sudėtingos epidemiologinės situacijos, Vuokatis atrodo pasiruošęs. Organizatoriai glaudžiai bendradarbiauja su visomis suinteresuotomis šalimis, kad užtikrintų dalyvių saugumą, o varžybų arenas pranoko lūkesčius“, – sakė Lietuvos misijos Vuokatyje vadovė A.Vanagienė.

Festivalyje iš viso dalyvaus sportininkai iš 47 Europos valstybių. Jie varžysis devyniose sporto šakose. Skaičiuojama, kad į Vuokatį susirinks apie 2 tūkst. sportininkų, kurių amžius svyruos nuo 14 iki 18 metų. Į varžybų programą pirmą kartą įtrauktos merginų ledo ritulio ir šiaurės dvikovės varžybos jaunimo žaidynėse padės pasiekti lyčių balansą.

Festivalio ugnis įžiebta dar gruodžio 4-ąją Italijos sostinėje Romoje. Iškilmingoje ceremonijoje dalyvavo ir Europos olimpinių komitetų asociacijos (EOK) viceprezidentė, LTOK vadovė Daina Gudžinevičiūtė.

„Jaunimo olimpiniai festivaliai – ne tik galimybė jaunimui įgyti olimpinės patirties, pajusti olimpinę dvasią, pažinti kitas kultūras, bet ir mums susipažinti su ateities sporto žvaigždėmis. Džiaugiuosi, kad olimpinis judėjimas tvirtais žingsniais žengia lyčių lygybės sporte link, todėl šiame jaunimo olimpiniame festivalyje pirmą kartą bus praktiškai pasiektas lyčių balansas“, – sakė olimpinė čempionė D.Gudžinevičiūtė.

Iškilmingoje ceremonijoje ugnį įžiebė Suomijos snieglenčininkė Veera Immonen, pati 2019-aisiais dalyvavusi Europos jaunimo olimpiniame festivalyje Sarajeve. Kitą dieną po iškilmių Romoje ugnis buvo išskraidinta į Vuokatį.



A.Vanagienė ir E.Petkus Vuokatyje

LTOK nuotr.



Pirmaisiais festivalio čempionais tapo Suomijos ledo ritulininkai

EOK nuotr.



S.Krūpeckaitė nutarė padėti tašką ir baigti sportinę karjerą

PO KASDIENĖS KOVOS – Į GYVENIMĄ BE ĮTAMPOS

DU DEŠIMTMEČIAI JUODO SUNKAUS DARBO, NUOLATINĖ KOVA SU SAVIMI NE TIK DVIRAČIŲ TREKE, BET IR ASMENINIAME GYVENIME, VISIŠKAS IŠSEKIMAS PO PERGALIŲ IR TAMSIOS MINTYS ATSIIMANT APDOVANOJIMUS. 39 METŲ SIMONA KRŪPECKAITĖ NUOLAT BALANSAVO ANT RIBOS SVARSTYDAMA, AR VISA TAI, KĄ DARO, TURI PRASMĘ, BET KASKART, PAKILUSI Į NAUJĄ KOVĄ, SAVE IŠGRĘŽDAVO. PAILSĖDAVO IR VĒL PRADĖDAVO VISKĄ IŠ PRADŽIŲ. JI DAR GALĖTŲ VARŽYTIS TOLIAU, GALĖTŲ SIEKTI REZULTATŲ, BET TIE REZULTATAI – NE TOKIE, KURIE JAI PAČIAI BŪTŲ PRIIMTINI, TAD ŪŽSISPYRUSI AUKŠTAITĖ DEDA TAŠKĄ. TAM, KAD PAGALIAU GALĖTŲ MĒGAUTIS PAPPRASTAIS MALONUMAIS.

BIRUTĖ PAKĒNAITĖ

Nuo paauglystės S.Krūpeckaitės dienos sukosi treniruočių ritmu. Treniruočių, kurios kartais išsekindavo taip, kad užmigdavo net nespėjusi padėti galvos ant pagalvės. Treniruočių, po kurių nuo pervargimo pykindavo, o laimėjimai, atrodė, nedžiugino, nes pavargusioms kojoms pakyla atrodė per aukšta.

Tačiau S.Krūpeckaitė treniravosi sukandusi dantis, iš paskutiniųjų stengėsi nepalūžti, o išsiverkusi ant vyro ir trenerio Dmitrijaus Leopoldo patikimo peties vėl lipo ant dviračio ir mynė pedalus su dar didesniu jūžiu.

Sprendimas trauktis buvo sunkus ir apsiprasti su juo prireiks laiko. S.Krūpeckaitė vis dar bando prisijaukinti šią mintį, bet šįsyk ji nepalenkiama: atėjo laikas baigti karjerą.

Simona, apie karjeros pabaigą užsimindavote kone po kiekvienų olimpinių žaidynių. Ar šįsyk jūsus sprendimas užtikrintas?

Po kiekvienų atsakingų varžybų, o dažniausiai po olimpinių žaidynių sulaukdavau klausimo, ar jau viskas. Sakydavau, kad nežinau, kad dar apie tai mąstysiu. Dabar sakau užtikrintai: taip, aš baigiu sportininkės karjerą.

Kokios šio sprendimo priežastys? Nebeleidžia kūnas? Pavargo- te psichologiškai?

Pagaliau prisileidau mintį, kad karjeros tęsti nebegaliu. Tai – svarbus sprendimas, o atsisveikinti nėra lengva. Mano sportinė forma nėra prasta, bet nebetenkina rezultatai, kuriuos pasiekiu. Man norisi geresnių, o geresnių pasiekti nebeįstengiu. Per varžybas atiduodu daug jėgų, po jų prireikia daug laiko atsigauti. Varžyboms rengiuosi daugiau ar mažiau normaliai, bet atsigavimas po jų yra kančia. Supratau, kad šių dviejų etapų jau nesugebu suderinti.

Ar dar sportuojate?

Po mano paskutinių varžybų gruodžio pradžioje – UCI dviračių treko Čempionų lygos etapo Londone – praėjo ne tiek daug laiko, tad žinoma, kad dar sportavau. Norisi ir pasportuoti, ir namie pabūti. Nebejaučiu spaudimo ir atsakomybės. Esu pratusi judėti, todėl negaliu staigiai pakeisti profesijos ir eiti dirbti kokį nors kitą darbą. Krūvį mažinsiu po truputį.

Ar sprendimas trauktis buvo jūsų vienos? Kaip į jį reagavo jūsų treneris ir vyras D.Leopoldas?

Šio sprendimo link ėjau ilgai. Daug metų sakiau, kad esu pervargusi, kad man per sunku sportuoti. O Dima vis kartojo: „Na, dar truputį, dar.“ Jis buvo mano variklis. Po Rio de Žaneiro žaidynių 2016 m. Dima pirmąsyk pasakė: „Kaip nuspręsi, taip ir daryk.“ Bet vis dėlto rasdavo aibę logiškų argumentų, kodėl dar turėčiau sportuoti.

Šįsyk jau abu suprantame, kad laikas trauktis. Kai tau beveik 40 metų, gal gana iš savęs reikalauti maksimumo? Galima truputį pagyventi ir į save, ne tik – iš savęs.

Profesionaliai sportavote daugiau nei du dešimtmečius. Išeiti po tiek metų – visada sunku, bet sportininkams tai padaryti dar sunkiau ir dėl to, kad jų gyvenimas buvo visiškai aiškus: treniruočių stovyklos, varžybos ir itin trumpas poilsis. Ar jau turite planą, kaip gyvensite toliau?

Kol kas aš dar tokios būsenos, kad nenoriu planuoti. Noriu tik nieko neveikti ir tuo pasidžiaugti, nes iki tol veiklos turėjau net per daug. Turiu minčių, ką galėčiau toliau veikti, bet dar neturiu tam noro.

Norisi išsimiegoti?

Išsimiegoti vis tiek nepavyksta, nes sūnus eina į mokyklą ir tenka keltis šeštą rytą, kad jį išleisčiau. Po to turiu šiek tiek laiko sau. Dabar norisi paprastų dalykų: pabūti namie, apsipirkti, pasigaminti valgyti ir visa tai daryti be įtampos ir nuolatinio lėkimo. Kartais, kai treniruodavausi, nebūdavo laiko net valgio ruošti.

Per savo įspūdingą karjerą dalyvavote penkeriose olimpinėse žaidynėse, dukart tapote pasaulio čempione, ant prizininkų pakylas ne kartą kopėte ir per kitas svarbiausias sezono varžybas. O kaip prasidėjo jūsų karjera?

Mama Irena Krupeckienė buvo bėgikė, tad nuo mažens ir mane kreipė į sportą. Pradėjau nuo lengvosios atletikos. Man buvo gal dešimt metų, kai ėmiau bėgioti, bet ši šaka neprilipo. Po to bandžiau plaukimą, kol vieną dieną mano pirmasis dviračių sporto treneris Alvydas Surgautas užsuko į mokyklą Utenoje ir pakvietė lankyti šios sporto šakos treniruotes.

Pabandžiau ir likau. Daug kas klausia, kas užkabino, bet man sunku atsakyti į šį klausimą. Gal tiko krūvis, gal – draugija. Buvo gera, tad likau.

Sportuoti pradėjau rudenį, todėl ant dviračio sėdau tik pavasarį. Iki tol vyko bendrojo fizinio rengimo treniruotės, kurios man jau buvo įprastos. Sportuodavome stadione, kuriame prieš tai bėgiojau, tad jaučiausi puikiai. Metais vyresnis brolis Tadas irgi bandė keletą sporto šakų, net dviračių sportą, bet jis neįsitraukė, pasirinko kitą veiklą.

Baigiant mokyklą reikėjo ieškoti galimybių sportuoti toliau arba liautis. Treneris A.Surgautas pasiūlė važiuoti treniruotis į Panevėžį, tad baigiantis 1999-iesiems išvykau pas Antaną Jakimavičių. Tuo metu jis specializavosi kaip dviračių treko treneris, bet daugiausia rengė tempo rungtims.

Per savo karjerą įrodžiau, kad sprintas ir tempas – visiškai skirtingos rungtys. Buvau viena pirmųjų dviratininkių Lietuvoje, pabandžiusių sprintą. Kiek žinau, buvo dar viena moteris, atrodo, iš Šiaulių, kuri prieš tai irgi bandė sprinto rungtis.

Treneris A.Jakimavičius, stebėdamas, kaip vyksta treniruotės, kokios mano fizinės savybės, matydamas, kad man sprintas sekasi geriau nei tempas, vis dėlto pasiūlė rinktis sprintą. Taip paskatinta A.Jakimavičiaus šio tūkstantmečio pradžioje išvykau į Rusiją. Buvo daug eksperimentų, pakeičiau ne vieną trenerį, kol galiausiai atsidūriau ten, kur dabar esu.

O kokia jūsų pradžia treke? Nebuvo baugu sėsti ant dviračio be stabdžių?

Iš pradžių nevažiuoji labai greitai, nes kojos tiesiog nepavelka. Bet, kiek pamenu, trekas mane sužavėjo nuo pirmosios treniruotės. Pirmąsyk važiuoti treke pabandžiau dar treniruodamasi Utenoje. Treneris A.Surgautas mus nuvežė į Klaipėdą pabandyti, kas apskritai yra tas trekas. Neįėjau jokios baimės. Tai buvo naujas potyris ir man jis patiko.



Tomto Gaušio nuotr.

UCI Čempionų lygos varžybos Panevėžyje. S.Krupeckaitės atsisveikinimo su savo sirgaliams lenktynes stebėjo sausakimšos tribūnos

Kada pajutote, kad sėdite tame balne, kuriame ir turėtumėte būti?

Kai po ilgo blaškymosi patekau pas trenerį Stanislavą Solovjovą, prasidėjo rimtesnis darbas. Prieš tai rezultatas lyg ir buvo, bet negalėjau jo apčiuopti.

O S.Solovjovas treniravo vieną pajėgiausių Rusijos komandų ir A.Jakimavičius priprašė paimti ir mane. Nemanau, kad tuo metu buvo paprasta pasirašyti sutartį su kitos šalies treneriu. Man atrodo, kad Lietuva ir dabar neturi galimybių sudaryti tokių sutarčių.

Iki šiol manau, kad tas susitarimas buvo tarp dviejų gerų draugų, maždaug: „Klausyk, gal gali padėti pasirengti varžyboms vienai mano dviratininkei?“ Tačiau aš viską mačiau pro savo langą, o ne pro trenerio. Neabejoju, kad A.Jakimavičiui buvo nelengva ryžtis ieškoti kontaktų užsienyje ir atiduoti savo auklėtinę kitos šalies specialistui. Jis turėjo išeiti iš komforto zonos, ieškoti pažinčių, surasti geriausią trenerį.



S.Krupeckaitė – su vyru Dmitrijumi ir sūnumi Maksimilianu

Tas draugiškas pokalbis su kolega iš Rusijos, neabejoju, reikalavo didelio trenerio A.Jakimavičiaus ryžto – reikėjo pažaboti asmenines ambicijas, kad išleistum auklėtinę kitur, užuot pats prisiėmęs laurus už jos ugdymą.

Tada man viskas atrodė nerimta. Nebuvo nieko panašaus į, pavyzdžiui, futbolą, kai žaidėjas parduodamas kitai komandai, o jį atvykusį pasitinka su fanfaramis. Viduržiemį traukiniu išvažiavau viena – su lagaminu ir dviračiu. Maskvoje dar beldžiausi metro, atsidūriau tarsi viduryje niekur, jaučiausi vieniša ir pamesta, atvažiavusi pas trenerio draugelį su jo atlyginimui skirtais pinigais kišenėje.

Atvažiuoju, o ten: „Labas. Atvažiavai? Na, tai treniruosimės.“ Tau – vos 20 metų ir išvyksti į svetimą valstybę visiškai vienas. Gerai, kad bent rusų kalbą neblogai mokėjau.

Rezultatas ėmė kilti, kai stipri S.Solovjovo komanda ir mane pradėjo tempti aukštin.

Prieš tai dirbau su jaunimo treneriu. Atrodė, kad treniruotės lyg ir vyksta, bet rezultatas negerėja. A.Jakimavičius kažkodėl nusprendė, kad man reikia pas kitą trenerį, paskui – dar pas kitą. Taip ir lipau trenerių laipteliais: pas vieną, pas kitą, pas trečią. Per metus pakeičiau tris.

2003 m. perėjau pas S.Solovjovą ir jau kitąmet iškovoju pirmąjį pasaulio čempionato medalį – bronzą 500 metrų laikui rungtyje. Tada ir supratau, kad tai, ką darau, yra mano.

Negaliu pasakyti, kad labai patiko tas sportas, net ir dabar negaliu taip teigti, nes tai – itin sunkus darbas. Neseniai kalbėjausi su dviartininke, kuri prieš tai buvo sprinto atstovė, bet perėjo į tempą. Klausiau jos: „Kaip tau tas perėjimas?“ Ji sako: „Sprintas yra gero kai skausmingesnis sportas.“

Aš ją visiškai suprantu, nes sprinte, nors ir trumpai važiuoji, bet tai visada labai didelis stresas organizmui, nes kiekvienas pagreitėjimas reikalauja itin daug pastangų. Žinoma, turi laiko pailsėti, bet per užduotį privalai dirbti maksimaliai. Tai – atsakomybė, pareigingumas, nusiteikimas, nes kiekvienas pagreitėjimas yra iki tavo asmeninės ribos: kiek save užspausi, tiek tu ir gali.

O per tempo rungtis jau reikia kitokios taktikos. Turi išmokti ne-

pavargti, važiuoti distanciją iki pabaigos. Neišskiriu nė vienos sporto šakos, nesakau, kad viena mažiau varginanti nei kita, galiu tik pasakyti, kokie didžiausi mano sporto šakos iššūkiai.

Tai kasdienis savęs prievartavimas ir kartelės kėlimas vis aukščiau. Visada turi siekti geriausio rezultato, būti geriausios sportinės formos, viską daryti stipriausiai, toliausiai, greičiausiai. Tas „-iausiai“ ištis nuvargina.

Bet pliusų irgi buvo, jeigu taip arėte du dešimtmečius?

Greitas atlyginimas suteikia pasitenkinimo. Nes jei gerai pagreitėjai, jei įveikei save arba varžovą – gerai jautiesi. Tokie apdovanojimai labai vilioja.

Į Rusiją keleriems metams išvykote tik su dviračiu ir lagaminu. Ar Maskvoje turėjote namus?

Visus tuos metus buvome tarsi klajokliai Brėmeno muzikantai. Buvo daug varžybų, daug išvykų į treniruočių stovyklas. Didelės stovyklos vykdavo ir Maskvoje, ir ten, kur šilčiau, pavyzdžiui, Sočyje, daug keliavome po pasaulį dėl varžybų.

Maskvos treke turėjome sandėliuką, kuriame laikydavome sezoninius drabužius. Į Lietuvą grįždavau retai, tad turėjau visus reikmenis žiemai ir vasarai. Norėjosi turėti ir arbatinuką ar puodelį, kuriuos ne visada buvo galimybė pasiimti, tad sutarėme, kad asmeninius daiktus leis laikyti tame sandėliuke. Atvažiuoji, pasikeiti – ir vėl kažkur važiuoji.

Neturėjote asmeninio kampo?

Ne. Mūsų kampas buvo lagaminas.

Ar tai dar labiau nevargino psichologiškai?

Bet jūs įsivaizduojate, kad man buvo 20 metų, aš gyvenau, kaip norėjau, šalia turėjau mylimą vaikina, nebuvo nei tėvų, nei jokios kontrolės. Galėdavau daryti, ką noriu.

Turėdavau tik nueiti į treniruotę ir pasirūpinti maistu. Gyvenome viešbutyje, bet jokių diskotekų ten nebūdavo, nes treneris galėjo bet kada įeiti į tavo kambarį. Nebuvo jokios netvarkos, nepriežiūros. Tik disciplina. Keliudama nejučiau jokio nepatogumo. Man viskas buvo gerai.



Alfredo Pliadžio nuotr.

2004 m. Atėnų olimpinės žaidynės



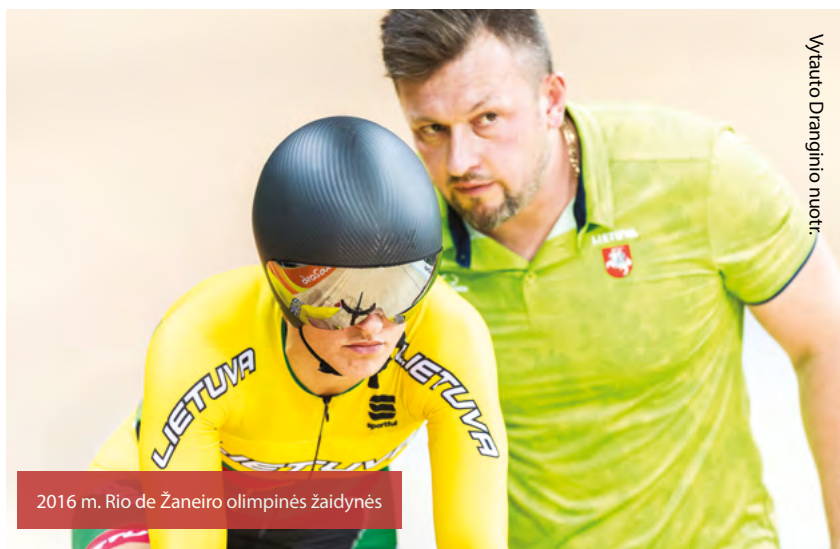
Alfredo Pliadžio nuotr.

2008 m. Pekino olimpinės žaidynės



Tomso Gaubio nuotr.

2012 m. Londono olimpinės žaidynės



Vytauto Dranginio nuotr.

2016 m. Rio de Žaneiro olimpinės žaidynės



Vytauto Dranginio nuotr.

Triumfas Europos žaidynėse

SIMONOS KRUCPECKAITĖS KARJERA

Olimpinės žaidynės

- 2004 m. Atėnai: 500 m laikui – 4 vieta, sprintas – 7 vieta.
- 2008 m. Pekinas: sprintas – 8 vieta.
- 2012 m. Londonas: sprintas – 5 vieta, keirinas – 7 vieta.
- 2016 m. Rio de Žaneiras: sprintas – 7 vieta, keirinas – 12 vieta.
- 2020 m. Tokijas: komandinis sprintas – 5 vieta, sprintas – 19 vieta, keirinas – 19 vieta.

Kiti laimėjimai

- 2004 m. pasaulio čempionatas: 500 m laikui – 3 vieta.
- 2008 m. pasaulio čempionatas: 500 m laikui – 2 vieta, sprintas – 2 vieta.
- 2009 m. pasaulio čempionatas: 500 m laikui – 1 vieta, komandinis sprintas – 3 vieta, sprintas – 3 vieta.
- 2010 m. Europos čempionatas: keirinas – 2 vieta, sprintas – 3 vieta.
- 2010 m. pasaulio čempionatas: keirinas – 1 vieta, 500 m laikui – 2 vieta, komandinis sprintas – 3 vieta, sprintas – 3 vieta.
- 2011 m. pasaulio čempionatas: sprintas – 2 vieta.
- 2012 m. pasaulio čempionatas: sprintas – 2 vieta.
- 2012 m. Europos čempionatas: keirinas – 1 vieta, komandinis sprintas – 1 vieta, sprintas – 3 vieta.
- 2016 m. Europos čempionatas: sprintas – 1 vieta, keirinas – 3 vieta, komandinis sprintas – 3 vieta.
- 2017 m. Europos čempionatas: keirinas – 2 vieta.
- 2018 m. pasaulio čempionatas: keirinas – 3 vieta.
- 2019 m. Europos žaidynės: keirinas – 1 vieta, komandinis sprintas – 2 vieta.
- 2009, 2010 ir 2016 m. išrinkta Lietuvos metų sportininke.



Vytauto Dranginio nuotr.

2020 m. Tokijo olimpinės žaidynės. Su M.Marozaitė

Treniruodamasi Maskvoje susipažinote, o 2005 m. susituokėte su D.Leopoldu. Kaip užsimezgė jūsų draugystė?

Su juo treniravausi S.Solovjovo komandoje. Dimą buvau mačiusi jau anksčiau, nes Maskvoje trekininkai treniruojasi viename pastate, tad nori nenori susitinki koridoriuje. Tų trekininkų – gal pusšimtis, tad greitai imi visus atpažinti iš veidų.

Susitikinėti pradėjome 2003-aisiais – prabėgus pusantrų metų nuo mano atvykimo į Maskvą. Treniruodamiesi drauge pasikalbėdavome, kartą išėjome pasivaikščioti ir supratome, kad randame bendrą kalbą. Taip pradėjome susitikinėti.

Iš Maskvos išvykote 2008-ųjų pavasarį – prabėgus maždaug septyneriems metams nuo pirmųjų treniruočių ten. Jūsų treneriu tapo vyras D.Leopoldas. Kas paskatino priimti šį sprendimą?

Dima atsisveikino su savo karjera, kad pradėtų treniruoti mane. Reikėtų jo klausti, kas paskatino šį sprendimą, bet spėju, kad matė daugiau galimybių pasiekti geresnių rezultatų mano kojomis nei savo. Jis irgi buvo geras dviratininkas, buvo pasiekęs gerų rezultatų, bet Rusijoje buvo itin didelė konkurencija, daug reikšmės turėjo politinės jėgos, tad buvo sudėtinga vienam kovoti su vėjo malūnais.

Jūsų vyras neseniai viešai pasakojo, kad treniruojantis Rusijoje didelė bėda buvo ir dopingas. Ar pati su tuo nesusidūrėte?

Girdėjau apie tai, bet aš nelendu prie kitų žmonių ir jų reikalų. Buvau užsienietė, mane tai mažai liesdavo. Visi dviratininkai buvome lyg ir drauge, bet lyg ir atskirai, nes savo kambaryje gyvendavai savo gyvenimą. Negyvenome po šešis ar septynis žmones. Nesigilinau, kas vyko už kitų kambarių durų.

Su Dima šia tema nelabai kalbėjomės. Neaptarinėjome: „Ar matei, ar girdėjai?“ Man atrodė normalu, kad per treniruočių stovyklas ar varžybas esi nuolat tikrinamas dėl dopingo. Dėl to nejučiau jokio streso. Iki šiol nežinau visko, apie ką pasakoja Dima. Gal taip ir buvo, bet manęs tai nepalietė.

Iš Maskvos – didmiesčio, kuriame nuolat verda gyvenimas, grįžote į Panevėžį, į sportininkų bendrabučio kambarėlį. Nepajutote kultūrinio šoko?

Nieko nenutiko, kad teko pagyventi bendrabutyje. Bet gana greitai nusipirkome namą. Buvome jauni ir greitai prisitaikantys, tad jokio šoko nebuvo. Sportininkui net patogiau gyventi mažame mieste, kai neįstringi automobilių grūstys ir be problemų gali greitai apsipirkti vaistinėje, maisto ar statybos prekių parduotuvėje.

Neseniai grįžau iš varžybų Londone ir vis dar neatsistebiu, kiek ten daug žmonių. Tokiuose miestuose jaučiuosi neįaukiai. Man smagiau būti ten, kur ramu. O sportininkui apskritai jokio skirtumo, kur gyventi – Maskvoje, Peterburge ar Los Andžele, jei matai tik savo kambarį ir treką.

Dima irgi niekada nesiskundė. Jis apskritai labai atviras viskam – niekada nežiūri į pasaulį pro rakto skylutę, o žvelgia plačiai atmerkтомis akimis. Jis ne kokio nors miesto, o pasaulio žmogus. Jam visur yra gerai, jis moka daug kalbų, yra apkeliavęs Žemę ir visada gerai jaučiasi, kad ir kur būtų. Kasdien juo vis labiau žaviusi.

2013 m. susilaukėte sūnaus Maksimiliano. Ar buvo sunku ryžtis motinystei?

Rezultatai ir jų siekimas man visada buvo svarbiausi, bet po 2012 m. Londono žaidynių supratau, kad darbai jau nuveikti, tad Dievas suteikė malonę susilaukti vaikelio. Aš labai jo norėjau. Nereikėjo tam ryžtis. Prireikė tik kantrybės laukti.

Sakoma, kad motinystė moteriai suteikia sparnus. Ar susilaukusi sūnaus pasijutote galinti pakilti naujiems skrydžiams?

Kai gimė sūnus, mano gyvenimas visiškai pasikeitė. Grįžau praė-

jus mėnesiui po gimdymo, tad fiziškai jaučiausi itin silpna. Sprintas – jėgos sportas, tad visada turi jausti tonusą, įtampą, būti geros nuotaikos ir savijautos. Kai sportuoti grįžti jausdamasis kaip ištrauktas iš po traukinio, tai labai kerta per smegenis.

Be to, pirmaisiais mėnesiais buvo labai sunku palikti vaiką namie ir važiuoti į treniruotes. Ir tas šleifas vilkosi. Treniravausi, važiuavau į varžybas, bet nejučiau nei sparnų, nei malonumo tame, ką darau. Man buvo sunku. Labiau norėjau būti namie su vaiku, nei siekti rezultatų.

Juolab kad suderinti profesionalų sportavimą ir motinystę – itin sunku. Treniruodamasis turi atiduoti visas jėgas, bet grįžęs namo privalai ir pailsėti, ir pagaminti maisto, ir pažaisti su vaiku, skirti jam dėmesio, jį paauglėti, pamokyti, pabūti, tiesiog paskaityti knygą. Tačiau tam neturi nei jėgų, nei laiko, nes privalai važiuoti į kitą treniruotę. Tikėjau, kad bus lengviau, bet, pripažįstu, kad su šiuo etapu aš visiškai nesusidorojau.

Tas etapas truko gal trejus metus, kol Maksimilianas tapo protin-gesnis ir jau buvo galima su juo pasikalbėti, paaiškinti, kad reikia jį palikti, išeiti. Tada jau man atslūgo įtampa.

Daug keliavome, bet vaikai prisitaiko, sūnus buvo smalsus ir gerai jautėsi bet kur, nors man kartais atrodydavo, kad jam būtų geriau vienoje vietoje ilgiau pabūti, nes pasiilgsta ir namų, ir saugumo.

Nuolat gyvenau tarsi ant svarstyklių, mąstydamą, kas geriau vaikui ir man. Bandžiau nesužaloti sūnaus, apsaugoti jį nuo streso, nuo dažnų išsiskyrimų su draugais. Jis dažniausiai važiuodavo su mumis, nes tai buvo vienas mano reikalavimų. Aš negalėjau be jo būti. Man tai buvo nesuprantamas dalykas.

Kai sūnus pradėjo lankyti mokyklą, irgi buvo šioks toks stresas, nes kai nuolat keliauji, nesupranti, kas čia dabar atsitiko, kodėl privalai likti ir sėdėti suole. Dabar Maksimilianui jau aštuoneri, jis jau protingas ir į mokyklą eina noriau.

Gal aš per didelė idealistė, bet iki šiol manau, kad suderinti kokybišką sportavimą su kokybiška tėvyste yra neįmanoma. Vienu užpakaliu sėdėti ant dviejų kėdžių nepatogu.

Užsiminėte, kad svajojate apie dar vieną vaiką.

Svajojame. Sakoma, kad svajoti reikia atsargiai, nes svajonės turi savybę išsipildyti. Matysim, kaip seksis, ar sveikata leis, galų gale tam ir laiko reikia.

Ar sūnus sportuoja?

Būdamas trejų ar ketverių metų bandė važinėti BMX dviračiu. Kai buvome stovykloje Kolumbijoje, sūnus sportavo su kolumbiečiais ir jam sekėsi bei patiko.

Po to tėtis parodė dar smagesnį sportą – motokrosą. Nesu už motokrosą, nes man šis sportas atrodo per daug skausmingas: reikia daug dirbti, vaikai griūva, o fizinė veikla – palyginti menka. Geriau būtų, jei Maksimilianas rinktųsi kitą sporto šaką, bet savo nuomonės nepiršiu. Norės – sportuos motokrosą, nenorės – treniruotes galės mesti. Spaudimo jam tikrai nedarysiu.

Jūsų karjera ilgą ir pilną laimėjimų. Kuris labiausiai įsiminė?

Pirmasis pasaulio čempionės titulas 2009 m. Lenkijoje. Tuomet ne tik iškovojau auksą 500 m laikui rungtyje, bet ir pasiekiau pasaulio rekordą.

Prieš varžybas jaudinausi nerasdama sau vietos, juolab kad Dima buvo užsiminęs, jog bandysime siekti rekordo. Išvakarėse sėdime, o aš jo klausiu: „Tikrai tiki, kad galime tai padaryti?“ Vyras pamėmė lapelį, surašė geriausias mano ruožus įveikiant 500 metrų ir sako: „Žiūrėk, sudėjus rekordas išeina.“

Bet tie ruožai – iš skirtingų varžybų ar treniruočių. Tai – ne visa distancija, tik ruožai. Žinoma, gerai įveikęs pirmąjį ratą ir antrąjį gali gerai važiuoti, bet dažniausiai juk taip nebūdavo.

Lietuvos sporto
apdovanojimai

S. Krupeckaitė net tris kartus išrinkta Lietuvos metų sportininke

O Dima mane įtikinėja: „Kai viską sudedi, juk turi kelias milisekundes pranašumo. Klausi, ar realu pasiekti pasaulio rekordą? Realu, nes viską sudėjus tu gali!“ Ir tikrai – kitą dieną laimėjau tą rungtį ir pasiekiau rekordą.

Bet po tų varžybų buvau pervargusi. Grįžome į savo bendrabutį Panevėžyje, susėdome ant sofos, o aš sakau Dimai: „Apie dviračių sportą daugiau negaliu net pagalvoti.“ Pykino vien nuo minties apie tai. Jaučiausi visiškai išsunkta ir maniau, kad joks medalis nevertas tiek daug darbo ir pastangų. Ne veltui sakoma, kad medalis turi dvi puses.

Pirmosios emocijos po pergalės buvo išties prastos. Atrodo, laimėjau, turėčiau džiaugtis, bet džiaugsmo nejaučiu, o lipdama ant pakyls net kojų negaliu pakelti. Nieko nenorėjau – tik poilsio. Tik vėliau šias mintis pakeitė kitos: „Juk tu – pasaulio čempionė ir rekordininkė, ko tau dar reikia?!“

Dalyvavote penkeriose olimpinėse žaidynėse, bet iš jų taip ir nepavyko grįžti su apdovanojimu. Neliko apmaudo dėl to?

Liko. Labiausiai įstrigo pirmosios žaidynės 2004 m. Atėnuose. Juolab kad galimybių iškovoti medalį ten turėjau gana daug.

Vienos stipriausių žaidynių buvo 2012 m. Londone. Rengdamasi joms dirbau itin sunkiai, o ir asmeninėse rungtyse užimtos vietos – gana aukštos. Sakyčiau, kad tai – didelis laimėjimas, kai pagalvoji, kad esi tik tu ir tavo vyras. Dviese – prieš visą pasaulį. Turėjome tik kineziterapeutą, kuris mums padėdavo. Bet tokių

sportininkų olimpinėse žaidynėse buvo vienetai.

Dviratininkus olimpinėms žaidynėms rengia mokslininkai, technikai, sėdėsenos ir mitybos specialistai, medikai rūpinasi sveikata, atlieka tyrimus su elektrodais, o tu tik treniuojiesi pagal vyro sukurtą planą, atvyksti į žaidynes ir dar gali būti geriausiomis pasaulio sportininkėms visavertė varžovė.

Iki šiol man sunku suvokti, kad yra tokių žmonių kaip Dima, kurie turi tiek talento ir žinių tokiam sudėtingam sportui. Neįtikėtina, kad vienam žmogui viską apskaičiuoti ir pajusti, kaip treniuoti konkretų dviratininką.

Ar jūsų šeimoje dviratis yra laisvalaikio leidimo priemonė?

Kokio laisvalaikio?! Kol kas neturiu jokio laisvalaikio. Dažniausiai dviratis man – ne laisvalaikio priemonė, o geranoriško sportavimo. Kai savaitę nesitreniuoju, tada pasiimu dviratį ir su mielu noru pasivažinėju. Nėra taip, kad dviratis užrakintas ir raktas išmestas.

Šeimoje visi turi po dviratį, bet saviškiu dažniausiai naudojasi sūnus. Jis turi ir sportinį, ir paprastą. Būdamas šešerių Maksimilianas pirmą kartą sėdo ant sportinio dviračio ir įvažiavo į treką. Net šiandien ten važiuosime.

Nesitreniuosiu, tik pasivažinėsiu. Tai – psichologiškai visiškai skirtingi dalykai. Viena, kai žinai, kad po mėnesio ar savaitės varžybos, ir visai kas kita, kai supranti, jog tavęs niekas nelaukia – gali treniuotis, gali nesitreniuoti, gali važiuoti valandą, o gali – ir tris. Kaip jau pats norėsi. Tai – visiškai kitas jausmas.



Projektas „Olimpinis mėnuo“

PANDEMIJA PROJEKTUS DAR LABIAU ĮSIŪBAVO

„OLIMPINIO KOMITETO DARBAI IR PROJEKTAI YRA MATOMI EUROPOJE BEI PASAULYJE. PATIRTIMI STENGIAMĖS DALYTIS SU KITAIŠ. OLIMPINIS JUDĖJIMAS SKLEIDŽIA YPATINGAS IDĖJAS, KURIOS ĮKVEPIA ŽMONES BŪTI GERESNIUS, UGDYTI SAVE, SIEKTI SAVO IR BENDRUOMENĖS TIKSLŲ, BŪTI FIZIŠKAI AKTYVIUS, SKATINTI KITUS ATRASTI SPORTO TEIKIAMĄ DŽIAUGSMĄ. KAI VISI SIEKIA BENDRŲ TIKSLŲ IR MATO PRASMĘ, DIRBTI SMAGU IR PAGRUSTA“, – ĮSITIKINUŠI JŪ DEVYNERIUS METUS ŠIOJE SRITYJE DIRBANTI LTOK OLIMPINIO ŠVIETIMO DIREKCIJOS VADOVĖ VITA BALSYTĖ.

LAIMA STUNDŽAITĖ

Olimpinio švietimo direktijos įdirbis sulaukė tarptautinio pripažinimo. Ypač šiemet.

Tarptautiniame olimpijame komitete (TOK) Lietuvos atstovai vis dažniau minimi kaip itin sėkmingai olimpinio švietimo srityje dirbantys ekspertai. Jie priklauso Europos olimpinių komitetų asociacijos Kultūros ir švietimo bei TOK olimpinio švietimo komisijoms. Vita Balsytė nuotoliniu būdu dalyvavo Nacionalinių olimpinių komitetų kultūros ir švietimo specialistų tinklo susitikime, per kurį pasakojo apie Lietuvoje vykdomą Olimpinių vertybių ugdymo programą. Kvietimo pristatyti veiklas LTOK sulaukė kaip vienas aktyviausių olimpinių komitetų.

Neseniai Vilniuje viešėjusi Danijos kronprincesė Mary kartu su

pirmąja ponia Diana Nausėdiene buvo susitikusios su Lietuvos mažųjų žaidynių dalyviais ir domėjosi olimpinio švietimo šalyje. Prezidento žmona ypač prisideda prie vaikų fizinio raštingumo skatinimo, ji globoja Lietuvos mažųjų žaidynes ir pradinukams skirtą iniciatyvą „Olimpinis mėnuo“.

LTOK ir jį palaikančiųjų pastangomis olimpinės vertybės vis plačiau sklinda tarp vaikų, projektuose jų dalyvauja šimtai tūkstančių.

„Turime nuostabią pedagogų bendruomenę – neįtikėtina, kiek savo asmeninio laiko jie skiria vaikams, kaip nuoširdžiai dirba. Labai smagu, kad šiame darbe, kuris teikia visapusišką naudą ateities kartoms, turime tiek bendraminčių“, – sako Olimpino švietimo direktijos vadovė.



„Olimpinė karta“

Kuriuos projektus laikote svarbiausiais?

Į visus investuojame labai daug laiko ir pastangų. Kai kurie tęsiasi metai iš metų, pavyzdžiui, Lietuvos mažųjų žaidynės, Olimpinių vertybių ugdymo programa, „Olimpinė karta“, „Svajonių komandos“. Per įvairias veiklas ir programas stengiamės įtraukti skirtingas bendruomenes. Vieną kartą tai būna jaunimas, kitą – fizinio ugdymo, pradinė klasių mokytojai ar ikimokyklinio ugdymo pedagogai. Tad nuolat ieškome skirtingų veiklų, kurios būtų naudingos tiems žmonėms, su kuriais dirbame. Kitaip sakant, stengiamės, kad tos programos būtų ne tokios, kokių norime mes, bet tokios, kokių reikia jiems. Juk svarbiausia – patraukti žmones, kad jie pamatytų olimpizmo, kaip gyvenimo filosofijos, prasmę. O dirbdami kartu su mokytojais matome didžiulę prasmę. Kiekvienas jų turi didelį būrį ugdytinių ir gali jiems perduoti olimpinę filosofiją, judėjimo džiaugsmą ir meilę fiziniam aktyvumui bei sportui.

Kuris projektas greičiausiai augantis?

Nors pandemija visus pristabdė, atrodo, kad dar daugiau žmonių suprato fizinio aktyvumo ir sporto svarbą. Todėl šiemet sulaukėme net 37 tūkst. projekto „Olimpinis mėnuo“ dalyvių. Šiuo metu vyksta registracija į Lietuvos mažųjų žaidynes, bet jau dabar matome, kad dalyvių bus daugiau nei praėjusiais metais – per 40 tūkst. vaikų. Tie skaičiai daug ką pasako.

Kartą projektuose sudalyvavusios ugdymo įstaigos, ko gero, ir pačios stengiasi gyventi kitaip – aktyviau?

Dažniausiai dalyvavusieji viename projekte nutaria išmėginti ir kitas mūsų programas ar veiklas. Tokiu būdu įsitraukusių žmonių daugėja. Esame nevyriausybine organizacija, tad ugdymo įstai-



Olimpinių vertybių ugdymo programos mokymai



gos ir pedagogai veiklose dalyvauja savanorišku pagrindu. Jie puoselėja olimpinės vertybes, supranta vaikų fizinio aktyvumo svarbą, tad pasilieka šalia ir įsitraukia, pavyzdžiui, į „Olimpinės kartos“ programą – nemažai mokyklų ir darželių joje dalyvauja jau ne vieni metai.

Olimpinių vertybių ugdymo programą per pandemiją turėjome adaptuoti prie esamų sąlygų, gaila, kad negalėjome įgyvendinti visų suplanuotų veiklų, tačiau prisitaikėme ir radome alternatyvų. Tad esame vienas pavyzdinių sėkmingai šią programą įgyvendinančių komitetų, užtat mus kviečia dalytis patirtimi su užsienio partneriais.

Stebėti, kaip dirbame, šįmet į Lietuvą buvo atvykusi TOK atstovė. Įgyvendinti programą pradėjome prieš ketverius metus ir jau apie pusantro tūkstančio pedagogų dalyvavo įvadinuose jos mokymuose. Turime parengę savą metodiką, per ilgą laiką esame paruošę 17 mokymo vadovų, kurie važinėja po Lietuvą ir supažindina kolegas su programa, parodo, kaip ja naudotis, kur pritaikyti. Rudenį net ir pandemijos sąlygomis vyko trylika mokymų, jau turime sudėlioję ir kitų metų mokymų planą, nes daug įstaigų tuo domisi.

Šiais sunkiais prognozuojamais laikais surengėte didžiulį Olimpinių švietimo forumą.

Pradėję metus supratome, kad pirmoje jų pusėje labai daug ko nepadarysime, dirbsime per nuotolį, bet negalime palikti bendruomenės, reikia su ja bendrauti ir tam išnaudoti kiekvieną galimybę. Gal dėl to nuveikėme daug skirtingų dalykų. Olimpinių švietimo forumą rengėme nuotoliniu būdu, jame kalbėjome apie fizinį raštingumą. Sulaukėme net 1300 dalyvių, jie klausė pranešėjų iš Lietuvos, Šveicarijos, Didžiosios Britanijos, Kanados. Tam, kad galėtume sukviesti tokią plačią amplitudę ekspertų, mums pasitarnavo pandemija, nes tie žmonės, kurie paprastai labai užsiėmę, daug keliauja, dalyvauja įvairiose konferencijose, dabar galėjo per nuotolį prisijungti ir skirti laiko mūsų pedagogams.

Forumu viskas nesibaigė. Palaikomi TOK olimpinių solidarumo programos su partneriais iš Didžiosios Britanijos kuriame ikimokyklinukų ir pradinukų ugdymui skirtą fizinio raštingumo modelį, toliau stengiamės, kad fizinis raštingumas taptų kasdieniu procesu tiek darželiuose, tiek mokyklose. Rengdami bet kurį projektą siekiame sukurti ilgalaikį santykį su įstaigomis, mokytojais, jaunimu. Tik ilgalaikiai darbai būna tvarūs, duoda daugiau naudos. Šiuo metu dirbame su britų ekspertais, buvome susitikę su savivaldos, universitetų atstovais, mokytojais. Siekiame sukurti labai konkretų projektą, kuris ateityje galėtų tapti ir Lietuvos mažųjų žaidynių ar Olimpinių mėnesio pagrindu, modelį, jį galėtų naudoti ir pedagogus rengiantys universitetai. Jei tai pavyktų, būtų labai geras rezultatas.



„Svajonių komandos“



Šis po Olimpinio švietimo forumo gimęs projektas, galima sakyti, jūsų sugalvotas – LTOK autorinis?

Atsižvelgdami į tarptautinę praktiką, mūsų patirtis Lietuvoje, kuriame naujas programas ir projektus. Fizinio raštingumo modelio projektas būtent toks. Kalbėjome su TOK – mūsų kolegos kitose šalyse dar nėra tokių dalykų darę, tai bus pavyzdys ir jiems. Tačiau esama šalių, kurios yra sukūrusios fizinio raštingumo ugdymo modelius, gaires ir metodikas. Tad tikrai dar turime iš ko pasimokyti. Kartais dviračio nereikia išradinėti, tereikia pasidairyti svetur, paieškoti inovatyvių sprendimų, kuriuos galima adaptuoti ir įdiegti pas mus.

Kaip sužinote apie projektų naudą? Kaip atgarsiai jus pasiekia?

Po kiekvienų mokymų darome išsamias apklausas ir kruopščiai renkame gautą informaciją. Kadangi esame nevyriausybinė organizacija, turime būti itin lankstūs, greitai reaguojantys, besikeičiantys, atsižvelgiantys į bendruomenės poreikius. Remdamiesi surinkta informacija ir atgarsiais, kuriame ir keičiame savo programas.

Vykstant kai kuriems projektams atliekame net labai išsamius tyrimus. Pavyzdžiui, pabaigėme ketverius metus trukusį bendrą su Britų taryba projektą „Svajonių komandos“ ir kartu jo poveikio moksleiviams, pedagogams, bendruomenėms tyrimą. Sulaukėme teigiamų atgarsių ir iš dalyvių tiesiogiai, ir iš savivaldybių. Šiame projekte dalyvavo per 300 mokinių ir apie 80 mokytojų. Tyrimas rodo didelius ir ilgalaikius jo rezultatus. Pirmiausia pedagogai pripažino pakeitę veiklos praktikas – pamokų turinį, požiūrį į moksleivius.

Dar įdomesni mokinių atsiliepimai. Kadangi projekte buvo ir ktakalbių, jie pabrėžė, kad pagerėjo lietuvių kalbos įgūdžiai, pats kalbėjimas, visi mokiniai pripažino, jog tapo drąsesni, labiau motyvuoti, pagerėjo jų santykiai su tėvais. Tai, ką patys matėme ir jautėme – išties didelį poveikį, patvirtino tyrimas.

Jaunuoliai įgavo arba sutvirtino XXI amžiaus žmogui reikalingas kompetencijas, kurių turėdami lengviau įsilies į darbo rinką, visuomenės gyvenimą. Visas projektas buvo paremtas ugdymu per sportą ir fizinį aktyvumą. Tai dar vienas įrodymas, kokia galima ugdymo priemonė yra sportas, jeigu tikslingai jį tam naudojame.

Ar olimpinio švietimo misija ir yra vaikų ugdymą paversti kiek įmanoma holistinį, aprėpti sritis, kurių mokykloje tiesiog nebepajėama užgriebti? Taip pat – skleisti olimpines vertybes, įkvėpti?

Misija – ugdyti žmones per sportą, skirtingomis veiklomis siekti, kad jie atrastų fizinį aktyvumą kaip gyvenimo būdą ir filosofiją. Olimpinis švietimas ne tik skleidžia fizinio aktyvumo svarbą ir naudą, bet ir sporto, kaip labai geros ugdomosios priemonės, vertę. Tą ir darome savo projektais – nuo Lietuvos mažųjų žaidynių iki Olimpinių vertybių ugdymo programos bei visų kitų.

Šių rezultatų nepasiektume be puikaus bendradarbiavimo su partneriais: Respublikine ikimokyklinio ugdymo kūno kultūros pedagogų asociacija, Lietuvos kūno kultūros mokytojų asociacija, Britų taryba. Taip pat itin vertiname bendradarbiavimą su ministerijomis – Švietimo, mokslo ir sporto bei Sveikatos apsaugos.



„Fair Play“ projektas

METAI – PER OLIMPINIO SPORTO PRIZMĘ

PERGALĖS, DEBIUTAI, SĖKMINGI SUGRĮŽIMAI, SKAUDŽIOS NESĖKMĖS. 2021 METAIS LIETUVOS OLIMPINIO SPORTO PASAULYJE NETRŪKO ĮVYKIŲ, SULAUKUSIŲ SIRGALIŲ IR SPECIALISTŲ DĖMESIO.

Žurnalas „Olimpinė panorama“ atrinko po tris svarbiausius kiekvieno 2021 metų mėnesio su Lietuva susijusius olimpinio sporto įvykius.

SAUSIS

Kalnų slidininkas Andrejus Drukarovas pirmą kartą laimėjo Tarptautinės slidinėjimo federacijos (FIS) kategorijos varžybas. Jis tapo slalomo lenktynių nugalėtoju Jeneryje (Vokietija) vykusiame turnyre, o po kelių dienų Santa Katerinoje (Italija) – ir slalomo milžino varžybų laimėtoju. Iki tol jis buvo laimėjęs tik FIS jaunimo kategorijos varžybas.

Nacionalinės krepšinio asociacijos (NBA) pirmenybėse debiutavo tryliktasis Lietuvos krepšininkas Deividas Sirvydis. Jis į aikštę žengė vilkėdamas Detroito „Pistons“ aprangą.

Europos atvirajame biatlono čempionate, kuris vyko Dušnikose (Lenkija), Lietuvos mišrios estafetės komanda užėmė ketvirtą vietą. Asmeninėse rungtyse geriausiai pasirodęs Vytautas Strolia persekiojimo lenktynėse užėmė devintą vietą.

VASARIS

Kortina d'Ampece (Italija) kalnų slidininkas A.Drukarovas pasaulio čempionato slalomo milžino varžybose užėmė 23 vietą. Tai geriausias lietuvių rezultatas pasaulio kalnų slidinėjimo pirmenybėse. Kovo mėnesį A.Drukarovas debiutavo Pasaulio taurės etape.

Lietuvos vyrų krepšinio rinktinė iškovojo kelialapį į 2022 m. Europos pirmenybes. Dariaus Maskoliūno treniruojama komanda atrankos turnyre laimėjo ketverias iš šešerių rungtynių ir grupėje užėmė antrą vietą.

Domantas Sabonis antrą kartą dalyvavo Nacionalinės krepšinio asociacijos (NBA) Visų žvaigždžių rungtyne. Indianos „Pacers“ puolėjas žaidė laimėjusioje LeBrono Jameso komandoje ir pelnė 2 taškus.

KOVAS

Torunėje (Lenkija) vykusiame Europos lengvosios atletikos uždarųjų patalpų čempionate Adrijus Glebauskas šuolių į aukštį varžybose užėmė penktą vietą. Kiti Lietuvos lengvaatlečiai į finalus nepateko.

Biatlono Pasaulio taurės galutinėje įskaitoje Vytautas Strolia užėmė 55-ą, Karolis Dombrovskis – 68 vietą. Lietuvos biatlonininkės taškų neiškovojo. Tautų taurės vyrų įskaitoje Lietuva užėmė 16, moterų įskaitoje – 24 vietą.

Allison Reed ir Saulius Ambrulevičius pasaulio dailiojo čiuožimo čempionate, kuris vyko Stokholme (Švedija), ledo šokių varžybose užėmė 15 vietą. Jie pasiekė geriausią karjeros rezultatą ir iškovojo Lietuvai kelialapį į 2022 m. Pekino žiemos olimpinės žaidynes.

A.Drukarovas



„Scampix“ nuotr.

D.Sabonis



„Scampix“ nuotr.

A.Glebauskas



Kipro Štreimikio nuotr.



Kipros Šteimnikio nuotr.

M.Valčiukaitė ir D.Karalienė

BALANDIS

Irkluojuojos Donata Karalienė ir Milda Valčiukaitė tapo Europos vicečempionėmis. Varezėje (Italija) vykusiose pirmenybėse jos finišavo antros porinių dviviečių valčių varžybose. Į finalą taip pat pateko Lietuvos vyrų porinės keturvietės įgula.

Bazelyje (Šveicarija) vykusio Europos gimnastikos čempionato daugiakovės varžybose Robertas Tvorogalas užėmė šeštą vietą. Į atskirų rungčių finalus nepateko nė vienas iš keturių lietuvių.

Rusijos sostinėje Maskvoje vykusiose Europos sunkiosios atletikos pirmenybėse geriausiai iš lietuvių pasirodžiusi Gintarė Bražaitė (svorio kategorija iki 71 kg) liko penkta. Vyrų komandų įskaityje Lietuva užėmė 23, moterų – 32 vietą.

GEGUŽĖ

Lietuvos vyrų rankinio rinktinė iškovavo kelialapį į 2022 m. Europos pirmenybes. Mindaugo Andriuškos treniruojama komanda atrankos turnyre per šešeris rungtynes iškovavo keturis taškus ir grupėje liko trečia. Europos pirmenybėse lietuviai žais antrą kartą – debiutas įvyko 1998 m., kai mūsų šalies komanda užėmė devintą vietą. Sausio 13–30 d. Slovakijoje ir Vengrijoje vyksiančių žemyno pirmenybių pirmajame etape lietuviai žais F grupėje su norvegais, rusais ir slovakais.

Europos vandens sporto šakų čempionate, vykusiame Vengrijos sostinėje Budapešte, bronzos medalį iškovavo Danas Rapšys. Jis finišavo trečias plaukdamas 400 m laisvuju stiliumi. Lietuvos plaukikai pateko į trijų rungčių finalus, o plaukimo varžybų komandų įskaityje Lietuva užėmė 25 vietą.

Osijeke (Kroatija) vykusiame Europos šaudymo čempionate Karolis Girulis užėmė aštuntą vietą kulkinio šaudymo rungtyje (iš trijų padėčių šaudant iš 50 m atstumo) ir pelnė olimpinį kelialapį.



D.Rapšys



bkltf nuotr.

I.Navakauskas ir A.Seja

BIRŽELIS

Tenisininkas Ričardas Berankis pirmą kartą pateko į Prancūzijos atvirojo čempionato trečiąjį ratą, kuriame pralaimėjo pirmajai pasaulio raketui Novakui Džokovičiui. R.Berankis per visą karjerą Didžiojo kirčio turnyrų trečiajame rate žaidė keturis kartus (du kart Australijos čempionate ir kartą JAV čempionate).

Poznanėje (Lenkija) vykusiose Europos baidurių ir kanojų irklavimo pirmenybėse Lietuvos sportininkai iškovojė vieną sidabro ir tris bronzos medalius. Žemyno vicečempionais tapo Artūras Seja ir Ignas Navakauskas (200 m dviviete baidare), bronzos medalius laimėjo Henrikas Žustautas (200 m vienviete kanoja), H.Žustautas ir Vadimas Korobovas (200 m dviviete kanoja) ir Ričardas Nekrišius bei Andrejus Olijnikas (1000 m dviviete baidare).

Vilniuje įvyko moterų teniso Billie Jean King taurės Europos–Afrikos zonos trečiosios grupės turnyras, kuriame dalyvavo 21 komanda. Lietuvos tenisininkės laimėjo visus tris mačus ir iškovojė kelialapį į aukštesnę antrąją grupę.

LIEPA

Kaune bagėsis Tokijo olimpiųjų žaidynių vyrų krepšinio atrankos turnyras. Lietuvos rinktinė laimėjo trejas rungtynes, bet finale 85:96 nusileido Slovėnijos komandai ir pirmą kartą nuo nepriklausomybės atkūrimo nepateko į olimpines žaidynes. Po atrankos turnyro atsistatydino rinktinės treneris Darius Maskoliūnas.

Ieva Serapinaitė tapo Europos šiuolaikinės penkiakovės čempione. Žemutiniame Naugarde (Rusija) vykusiose pirmenybėse ji iškovojė du medalius – prie asmeninių varžybų aukso pridėjo mišrios estafetės, kurioje dalyvavo kartu su Justinu Kinderiu, sidabrą.

Liepos 23 d. prasidėjo Tokijo vasaros olimpinės žaidynės. Jose startavo 42 Lietuvos sportininkai, jie dalyvavo 12 sporto šakų varžybose. Lietuvos delegacija buvo mažiausia nuo nepriklausomybės atkūrimo.

RUGPJŪTIS

Laura Asadauskaitė-Zadneprovskienė laimėjo Tokijo olimpiųjų žaidynių sidabro medalį. Rugpjūčio 6 d. Londono olimpiųjų žaidynių čempionė ant garbės pakyls lipo po šiuolaikinės penkiakovės moterų varžybų. Tokijo žaidynėse į geriausiųjų aštuonetus taip pat pateko: irkluojuojos Donata Karalienė ir Milda Valčiukaitė (porinių dviviečių varžybos, ketvirta vieta), dviratininkės Simona Krupeckaitė ir Miglė Marozaitė (komandų sprintas, penkta vieta), irkluojuojas Mindaugas Griškonis (vienvietė, šešta vieta), lengvatlečiai Andrius Gudžius (disko metimas, šešta vieta) ir Liveta Jasūnaitė (ieties metimas, septinta vieta), penkiakovininkė Gintarė Venčkauskaitė (septinta vieta) ir plaukikas Danas Rapšys (200 m laisvuju stiliumi, aštunta vieta).

Mykolas Alekna tapo pasaulio jaunių (iki 20 metų) lengvosios atletikos čempionu. Olimpino čempiono Virgilijaus Alekno sūnus Nairobije (Kenija) vykusiose pirmenybėse laimėjo disko metimo varžybas.

Tokijo paralimpinėse žaidynėse, kurios vyko rugpjūčio pabaigoje ir rugsėjo pradžioje, Lietuvos sportininkai iškovojė tris bronzos medalius. Trečiašias vietas užėmė plaukikas Edgaras Matakas, dziudo imtynininkas Osvaldas Bareikis ir Lietuvos aklujų riedulio rinktinė.



Evaldo Šemioto nuotr.

I. Serapinaitė



Vytauto Dranginio nuotr.

L. Asadauskaitė-Zadneprovskienė

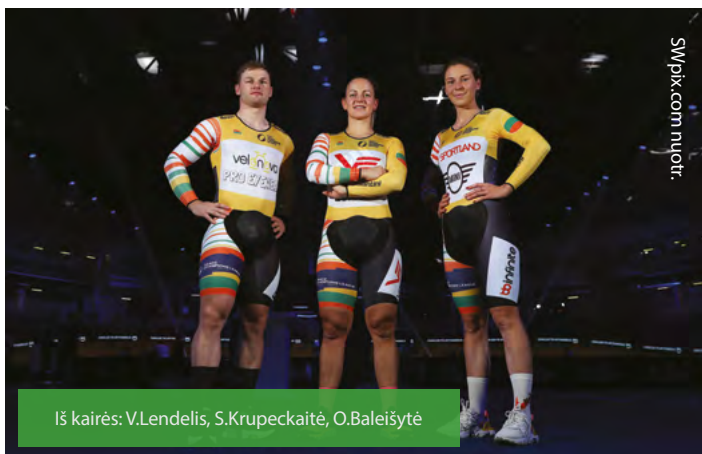


R. Leleivytė



UWW nuotr.

K. Šleiva



SWpix.com nuotr.

Iš kairės: V. Lendelis, S. Krupeckaitė, O. Baleišytė

RUGSĖJIS

Rasa Leleivytė iškovojo Europos dviračių plento pirmenybių bronzos medalį. Italijoje, Trentine, vykusių varžybų grupinėse lenktynėse ji finišavo trečia. Tai pirmas lietuvių apdovanojimas Europos pirmenybių suaugusiųjų varžybose.

Lietuvos trijulį krepšinio rinktinė Paryžiuje vykusiame Europos pirmenybėse iškovojo sidabro medalius. Finale lietuviai pralaimėjo Serbijos krepšininkams 14:20. Lietuvos moterų rinktinė iš kovos dėl apdovanojimų pasitraukė ketvirtfinalyje.

Nuo rugsėjo 12 iki spalio 3 d. Klaipėdoje, Vilniuje ir Kaune vyko pasaulio šalės futbolo pirmenybės. Lietuvos rinktinė pralaimėjo visas tris rungtynes ir galutinėje lentelėje tarp 24 komandų užėmė 20 vietą.

SPALIS

Kristupas Šleiva laimėjo pasaulio imtynių pirmenybių bronzos medalį. Jis Norvegijos sostinėje Osle užėmė trečią vietą graikų-romėnų imtynių svorio kategorijos iki 72 kg varžybose. Danutė Domikaitytė ir Vilius Laurinaitis pateko į ketvirtfinalį. Čempionate dalyvavo dvylika lietuvių.

Robertas Tvorogalas pasaulio gimnastikos čempionato, kuris vyko Japonijos mieste Kitakiūšiu, daugiakovės varžybose užėmė 15 vietą. Tai geriausias lietuvių rezultatas pasaulio pirmenybių istorijoje. Per atskirų prietaisų varžybas Lietuvos gimnastai į finalus nepateko.

Danas Rapšys plaukimo Pasaulio taurės varžybų galutinėje įskaitoje užėmė penktą vietą (tarp visų rungčių varžybose dalyvavusių vyrų plaukikų). Jis per keturis etapus laimėjo du aukso, šešis sidabro ir du bronzos medalius.

LAPKRITIS

Kazanėje vykusiame Europos plaukimo trumpajame baseine (25 m) pirmenybėse Kotryna Teterėvkova pateko į dviejų rungčių finalus ir pagerino 200 m plaukimo krūtine Lietuvos rekordą. Pirmenybėse dalyvavo keturi lietuviai, o Simonas Bilis negalėjo vykti į Rusiją dėl teigiamo COVID-19 testo.

Lietuvos aklujų riedulio rinktinė, treniruojama Valdo Gecevičiaus, penktą kartą tapo Europos čempione. Samsūne (Turkija) vykusio turnyro finale lietuviai nugalėjo Ukrainą 6:3.

Lapkričio 27 d. Panevėžyje vyko pirmą sezoną rengiamų dviračių treko Čempionų lygos varžybų etapas, kuriame startavo ir penkerių olimpinių žaidynių dalyvė, dukart pasaulio ir triskart Europos čempionė Simona Krupeckaitė, paskelbusi, kad baigia sportininkės karjerą. Iš viso Čempionų lygoje startavo trys lietuviai – S. Krupeckaitė, Olivija Baleišytė ir Vasilijus Lendelis.

GRUODIS

V. Lendelis užėmė trečią vietą dviračių treko Čempionų lygos sprinto rungčių galutinėje įskaitoje. Jis priešpaskutiniame etape Londone keirino ir sprinto lenktynėse užėmė prizines vietas. Tame pačiame etape trečią vietą keirino lenktynėse užėmė S. Krupeckaitė.

Viktorija Andrulytė iškovojo bronzos medalį Omane vykusiame pasaulio „Laser Radial“ jachtų klasės buriavimo pirmenybėse.

D. Rapšys pelnė du medalius Abu Dabyje (Jungtiniai Arabų Emyratai) vykusiame pasaulio plaukimo trumpajame baseine (25 m) čempionate. Jis laimėjo 400 m laisvuju stiliumi rungties sidabrą ir 200 m laisvuju stiliumi rungties bronzą.



V. Andrulytė

Sander van der Borch/Lloyd Images nuotr.



S.Sokolovskis



Lietuvos biatlonu rinktinės lyderis V.Strolia

RINKTINĖS TRENERIS TIKI KOMANDOS STIPRYBE

LIETUVAI SUGRĮŽUS Į OLIMPINĘ ŠEIMĄ MŪSŲ ŠALIES BIATLONININKAI DALYVAVO VISOSĖ AŠTUONERIOSE ŽIEMOS ŽAIDYNĖSE. AUKŠTI REITINGAI PASAULINĖJE KVALIFIKACIJOJE NEKELIA ABEJONIŲ, KAD LIETUVIAI STARTUOS IR PEKINE, KUR BIATLONININKŲ RINKTINĖS GRETOS GALI BŪTI REKORDINĖS.

BRONIUS ČEKANAUSKAS

Baigiamąjį pasirengimo Pekino žiemos olimpinėms žaidynėms etapą Lietuvos biatlonininkai pradėjo spalio 21-ąją, o lapkričio pradžioje jau startavo sezono atidarymo varžybose Norvegijoje.

Lapkričio 27 d. Švedijoje prasidėjo Pasaulio taurės varžybos. Jau pirmame jų etape dukart tarp dvidešimties greičiausiųjų (18 vieta 20 km asmeninėse lenktynėse) pateko dabartinis Lietuvos rinktinės lyderis 29-erių Vytautas Strolia, kuris antrajame varžybų etape tame pačiame Estešunde sprinto varžybose užėmė 17 vietą. Trečiajame etape Austrijoje šis anykštėnas kartelę užsikėlė dar aukščiau ir Pasaulio taurės varžybose pasiekė asmeninį rekordą – sprinto trasoje finišavo dvilyktas.

Prieš pat didžiąsias metų šventes stipriausi Lietuvos biatlonininkai – V.Strolia, Tomas Kaukėnas, Karolis Dombrovskis, Linas Banys, Gabrielė Leščinskaitė ir Natalija Kočergina – grįžo kelioms dienoms namo. Po Naujųjų treniruosis Italijos aukštikalnėse Antholce, dalyvaus dviejuose Pasaulio taurės etapuose Vokietijoje ir Italijoje.

Būtent šis biatlonininkų šešetas, jei viskas vyks taip, kaip suplanuota, ir turėtų atstovauti Lietuvai vasario 2 d. Pekine startuo-

siančiose žiemos olimpinėse žaidynėse. Iki šiol daugiausia mūsų šalies biatlonininkų – keturi – dalyvavo 2018 m. žaidynėse Pjongčange.

PIRMĄKART – VYRŲ ESTAFETĖS KOMANDA

Kol kas aišku, kad šalies olimpinėje rinktinėje biatlonininkų tikrai bus daugiausiai. O kiek tiksliai – keturi, penki ar šeši, paaiškės kitų metų sausį.

Lietuvos biatlonu federacijos (LBF) generalinis sekretorius Ričardas Griaznovas neabejoja, kad Pekine tikrai rungtyniaus keturi vyrai. O tai reiškia, kad lietuviai pirmą kartą žaidynėse turės ir vyrų estafetės komandą. Tai jau labai didelis pasiekimas, nes jose leidžiama dalyvauti tik dvidešimties šalių komandoms, esančioms reitingų lentelės viršuje. Antrame Pasaulio taurės etape Lietuvos vyrų kvartetas užėmė 14 vietą tarp 27 komandų. Nuo geriausiųjų dešimtuko mūsų ekipa skyrė vos minutę. Po lietuvių liko pajėgios Austrijos, Slovėnijos, Kanados ir kitų šalių ekipos.

Dideles viltis LBF sieja ir su moterų pasirodymu. Dabar viena tvirtai yra dešimtuke, į kurį patenkančios sportininkės pelnys papildomus asmeninius kelialapius į žaidynes, o kita, kaip sakoma, yra ant ribos. Iš viso biatlonininkėms bus skirta net ne dešimt, o dvy-

lika papildomų vietų. Ir federacijos vadovai, ir treneriai tikisi, kad į Pekiną vyks N.Kočergina ir G.Leščinskaitė. O jeigu bus rinktinėje dvi moterys, tai Lietuvos sportininkai, kaip ir 2018 m. Pjongčango, galės varžytis su kitomis mišrios estafetės komandomis.

IR NAUJI, IR PAŽŪSTAMI VEIDAI

Po 2018 m. Pjongčango žiemos olimpijų žaidynių Lietuvos biatlono federacija treniruoti rinktinę pakvietė specialistą iš Baltarusijos Sergejų Sokolovskį. Su juo sutartis sudaryta ketverių metų olimpiniam ciklui.

Šiam treneriui talkina Ruslanas Nikitinas, kuris labiau rūpinasi šaudymu, bei Aurimas Bučelis. Dabar su rinktine visada keliauja gydytojas iš Ukrainos Igoris Gorobetsas bei kineziterapeutė Laura Gedminaitė.

Beje, pastarieji keturi specialistai su biatlonininkais dirbo ir prieš Pjongčango olimpinės žaidynes. Tik tada vyriausiasis treneris buvo latvis Ilmaris Bricis. Biatlono rinktinės „serviso“ komandoje nuo lapkričio dirba dar du slidžių priežiūros specialistai iš Baltarusijos.

Teks su I.Briciu mūsų biatlonininkams bendradarbiauti ir Pekine. Į Kinijos sostinę latvis atvyks su pajėgiausia kaimyninės šalies biatlonininke Baiba Bendika, kurią dabar treniuoja. O prieš šį sezoną treniruotis pas I.Bricį sugrįžo ir T.Kaukėnas.

Su dabartiniu rinktinės treneriu S.Sokolovskiu Tomas išsiskyrė be jokių pykčių. Paprasčiausiai nesutapo sportininko ir trenerio metodikos vizijos. T.Kaukėnas norėjo daugiau treniruotis aukštikalnėse, kurias taip mėgsta ir I.Bricis su Baiba. Prieš varžybas prie kitų komandos draugų dabar prisijungiantis Tomas rinktinėje klauso S.Sokolovskio nurodymų.

REIKIA IR PSICHOLOGINĖS TVIRTYBĖS

S.Sokolovskis pats sporte didelių aukštumų nepasiekė. 45-erių dabartinis Lietuvos rinktinės treneris pasirodymus biatlono trasose baigė būdamas jaunimo amžiaus.

Treneriu dirba jau 22 metus. Pradėjo treniruoti vaikus, po to darbo su jaunimu. Treniravo Baltarusijos vyrų ir moterų rinktinės narius, su vyrais dirbo 2014 m. Sočio žiemos olimpinėse žaidynėse. Su Lietuvos biatlonininkais dirbuojasi ketvirtus metus.

Su S.Sokolovskiu telefonu šnekėjome likus mažiau nei dviem mėnesiams iki pirmojo olimpinio starto Pekine.

Kaip keliaujate – automobiliais ar lėktuvais?

Visai būna. Kartais skraidome, bet dažniau keliaujame su visų turtu dviem mikroautobusais. (Beje, vieną LBF įsigijo su LTOK pagalba – aut. past.).

Kaip vertinate sezono pradžią?

Manau, kad pasirengimo olimpinėms žaidynėms sezoną pradėjome sėkmingai.

Biatlono varžybos Pekine vasario 5-ąją prasidės mišrių estafetinių startu. Komandą sudarys du vyrai ir dvi moterys. Kaip manote, ar Lietuvos sportininkai dalyvaus šioje rungtyje?

Dalyvaus. Aš tikiu, kad mūsų rinktinėje bus dvi moterys ir keturi vyrai. Mes lenktyniausime visose distancijose. Žinoma, persekiojimo rungtyse dalyvaus tik tie, kurie į jas pateks.

Anksčiau buvo kalbama ir rašoma, kad silpnoji Lietuvos biatlonininkų rungtis yra šaudymas. Bet pirmieji startai šiemet tarsi paneigia šiuos tvirtinimus.

Šaudymas – tai ne tik sportas, bet ir psichologija. Daug priklauso ne tik nuo to, su kokia nuotaika atšliuoži į šaudyklą, bet ir nuo oro – vėjo, sniego, šalčio. Patikėkite: per treniruotes visi šaudė taikliai. Šiemet kol kas viskas vyksta palyginti sklandžiai.

Beje, ar yra biatlono rinktinėje kapitonas?

Ne, tokių pareigų nėra. Čia norėčiau pasakyti, kad komandoje la-

bai geri tarpusavio santykiai. Sportininkai panašaus amžiaus, tik Linas ir Gabrielė keleriais metais jaunesni.

Prieš ankstesnes žaidynes, likus metams iki jų pradžios, olimpinėje trasoje būdavo rengiamos bandomosios varžybos. Prieš Pekiną jų nebuvo.

Daug planų sujaukė pandemija. Trasos bus visiškai nežinomos. Aišku, jas puikiai bus ištestavę kinai. Mes tas trasas matėme tik virtualiai. Gal bus kažkuo panašios į prieš ketverius metus žaidynes rengusios kaimyninės šalies Pietų Korėjos?

Kada biatlono rinktinę planuoja vykti į Pekiną?

Kitų metų sausio 17-ąją pradėsime dėti paskutinius pasirengimo žaidynėms taškus. Manau, į Pekiną skrisime sausio 31 arba vasario 1 dieną.

Papasakokite apie savo šeimą, laisvalaikio pomėgius.

Šeima gyvena Baltarusijos miestelyje Lahoiske. Žmona dirba biatlono trenere. Vyriausioji 23 metų dukra yra kalnų slidinėjimo instruktorė. Penkiolikmetis sūnus sėkmingai žaidžia futbolą. Jauniausioji devynmetė dukra bando biatloną. Tik septyniolikmetė dukra toliau nuo sporto.

Laisvalaikiu skaitau knygas, domiuosi psichologija, klausausi muzikos – dažniausiai roko.



G.Leščinskaitė siekia tapti olimpiu žaidynių debiutante

Andriejus Ivanovo nuotr.

Kur, kai atvykstate į Lietuvą, gyvenate?

Netoli Ignalinos esančiame Lietuvos biatlono federacijos prezidento Arūno Daugirdo name gyvename visi biatlono užsieniečiai.

Jūsų nuomone, ar yra Lietuvoje sąlygos treniruotis, vaikams lankyti biatlono užsiėmimus?

Tikrai yra. Atnaujinta Ignalinos sporto bazė. Rekonstruota šaudyklą atitinka visus saugos reikalavimus. Rudenį ten vyko tarptautinės vasaros biatlono Baltijos taurės varžybos. Kiek žinau, šiuo metu yra įrengta 7,5 km slidinėjimo trasa. Puiki treniruoklių salė.

Jaunieji sportininkai gali treniruotis Vilniuje, Nemenčinėje, Anykščiuose, Visagine. Gerų trenerių turite, tik reikia entuziastingų tėvų, kad sudomintų vaikus šia sporto šaka.

Bet, kaip sako LBF generalinis sekretorius R.Griaznovas, biatlonas – nelengva ir nešilta sporto šaka. Čia reikia didelio entuziazmo ir atsidavimo. Net ir tuose miestuose bei rajonuose, kuriuose yra senos ir gilios biatlono tradicijos, kultivuojama daug kitų sporto šakų. O vaikų nedaugėja.



Dalia ir Artūras Katuliai

MEILĖS IR SPORTO TANDEMAS

NORĖDAMAS BŪTI SU ŠEIMA, MATYTI ŽMONĄ, DIRBANČIĄ MĖGSTAMĄ DARBĄ, JIS ATSIŠAKĖ LEDO RITULININKO KARJEROS, KAI BUVO PUKIAUSIOS FORMOS IR GALĖJO RINKTIS IŠ KELIŲ PASIŪLYMŲ, KUR ŽAISTI TOLIAU. JI DĖL JO ĮKURTOS SOSTINĖS LEDO RITULIO AKADEMIJOS SAVO KOMFORTO ZONĄ IŠMAINĖ, KAIP PATI SAKO, Į LEDINĘ EKETĘ IR STOJO PRIE SUTUOKTINIO ĮSTEIGTOS MOKYKLOS VAIRO. ARTŪRAS IR DALIA KATULIAI SAKO, KAD JŲ ŠEIMOS SĖKMĘ LEMIA NORAS BŪTI KARTU, MEILĖ, VIENAS KITO PALAIKYMAS IR SUPRATIMAS.

Dalia Katulienė – Sostinės ledo ritulio akademijos direktorė. Jos vyro, ilgamečio Lietuvos rinktinės nario ir dabartinio akademijos vyriausiojo trenerio Artūro Katulio 2013-aisiais įsteigta mokykla per septynerius metus pagarsėjo ne tik kaip auginanti ateities Lietuvos rinktinės narius (-es), bet ir nebijanti laužyti nusistovėjusių standartų: akademija pirmoji subūrė vien iš mergaičių sudarytą devynmečių komandą, o jaunosios ledo ritulininkės ne tik kartu treniruojasi, bet ir varžosi Lietuvos pipirų turnyruose. Tiesa, kad tai taptų realybe, reikėjo laiko ir pastangų. Iš pradžių tėvai, nurašydavę šį sportą kaip nemergaitišką ir savo dukterų su ledo ritulio lazda neįsivaizduodavę arba įtraukdavę jas tik po to, kai ledo ritulininko aprangą pasimatudavo broliai, šiandien dukras jau atveda nevaržydami savęs stereotipais.

Taisyklės be primestų lyčių stereotipų mokykloje padiktavo jų pačių šeimos pavyzdys – lygiavertė partnerystė ir, kai reikia, auka vienam dėl kito.

„Lyčių lygybės idėjos ateina iš mūsų šeimos, nes abu su Artūru esame pirmiausia draugai, partneriai, tėvai, kurie dalijasi atsakomybę. Manau, kad toks požiūris juntamas ir mūsų akademijoje. Kad ir ką daryčiau, niekada nesu išgirdusi iš Artūro, jog tai netinkama moterims, to negali, nes esi moteris. Mes esame lygūs“, – tvirtai sako Dalia.

Dalios ir Artūro Katulio istorija pradeda antrąjį Lietuvos tautinio olimpinio komiteto inicijuotos kampanijos „He For She“ sezoną.

SKAUSMINGAS SPRENDIMAS DĖL ŠEIMOS

A.Katulis, žaidęs Rusijoje, Baltarusijoje, Danijoje, Suomijoje, Latvijoje, Ukrainoje, 2013-aisiais subrendo sprendimui baigti profesionalo karjerą. Tuo metu žmona Dalia dirbo SEB arenoje, buvo atsakinga už sporto rinkodarą ir labai šį darbą mėgo. Pasitaręs su šeima, norėdamas būti su ja, Artūras nutarė, kad metas likti namie. Ir netrukus nusprendė atverti Sostinės ledo ritulio akademijos duris.

PRISTATYTAS ANTRASIS PROJEKTO SEZONAS

Sporto kino festivalio metu pristatytas antrojo lyčių lygybę sporte skatinančio projekto „He For She“ sezonas. Jungtinių Tautų projektą Lietuvoje prieš metus inicijavo LTOK, kviesdamas vyrus solidarizuotis ir kartu su moterimis aktyviai siekti lyčių lygybės sporte bei būti vieninga ir matoma pokyčių jėga.

„Pirmąjį projekto sezoną papasakojome penkias jautrias istorijas apie vyrų palaikymą, reikiamą sportinės karjeros siekiančioms moterims – žmonoms, dukroms, mamoms, kolegėms. Garsiai kartojome, kad vyriškų ir moteriškų sporto šakų nėra, kad moterys sporte gali užimti bet kokias pareigas ir sportuoti bet kokią sporto šaką. Juk ir pati esu vadinamosios vyriškos sporto šakos atstovė, kažkada buvo labai kreivai žiūrima į merginą su šautuvu. Džiaugiuosi, kad tie seni stereotipai po truputį nyksta, požiūris keičiasi. Dar labiau džiaugiuosi, kad galime prie to prisidėti. Su nekantrumu lauki, kada galėsime pasidalinti naujojo sezono pasakojimais“, – sakė LTOK prezidentė, olimpinė čempionė Daina Gudžinevičiūtė.

„Džiaugiuosi, kad startuoja jau antrasis projekto, skatinančio lygybę sporte, sezonas. Pati pasirinkau sporto šaką, kuria kažkada užsiimdavo tik vyrai, tačiau labai gerai jaučiuosi ir man puikiai sekasi. Todėl labai skatinu ir noriu padrąsinti mergaites, kurios renkasi sunkų sportą. Nebijokite, mes galime labai daug“, – ragino atidaryme dalyvavusi penkiakovininkė, Tokijo olimpinė žaidynių vicečempionė Laura Asadauskaitė-Zadneprovskienė.

Jungtinių Tautų projektas „He For She“ pradėtas 2014-aisiais garsiąja aktorės Emmos Watson kalba, atkreipiančia dėmesį į tai, kad lyčių lygybė – visų bendras rūpestis. Nuo to laiko į projektą įsitraukė milijonai vyrų visame pasaulyje, tarp jų ir buvęs JAV prezidentas Barackas Obama.

„Net ir dabar kartais jaučiu kaltę ir atsakomybę dėl jo nutrūkusios karjeros, nes žinojau, kad tada, kai priėmė sprendimą baigti ledo ritulininko karjerą, buvo fantastiškos formos, kaip žaidėjas turėjo du labai gerus pasiūlymus, profesionalo karjerą galėjo tęsti. Iš rinktinės draugų ir trenerių ne kartą esu girdėjusi, kad dar galėjo žaisti ne vienerius metus. Žinau, kad iš jo pusės tai buvo didelė auka dėl manęs, dėl šeimos“, – šiandien sako moteris.

Vis dėlto, pasak jos, taip ir ateina pagarba, nes pasirenkame partnerį, sukuriame šeimą ir tampame atsakingi už jį ir ją.

IŠ KOMFORTO ZONOS – Į ŠALTĄ EKETĘ

Vis dėlto tąkart Artūras nusprendė – anksčiau ar vėliau karjerą teks baigti ir geriau tą gyvenimo puslapį užversti dabar. O atidaręs akademiją į pirmąją treniruotę sukvietė vos dešimt vaikų. Šiandien jų akademijoje – 170. Iš pradžių dirbęs vienas, padedamas kelių jaunų žmonių, Artūras galiausiai nusprendė, kad besikuriančiai akademijai reikia žmonos profesionalės indėlio.

„Kasmet kylant aukštyn priėjo natūralus klausimas, kad gal Dalia išeitų iš savo mėgstamo darbo ir prisidėtų prie manęs. Pasitraukiau į treniravimą, ką labiausiai suprantu, mėgstu, o jai atidaviau visą pusę: administraciją, rinkodarą, reklamą, ką ji žino nuo – iki ir jaučiasi lyg žuvis vandeny. Ji sutiko. Labai tuo džiaugiuosi“, – apie sprendimą dirbti kartu pasakoja Artūras.

Dalios šiam žingsniui įkalbinėti neteko, ledo ritulys jų šeimą lydėjo nuo pažinties pradžios – jiedu susitiko viename iš ledo ritulio renginių. Vis dėlto Dalia atvira: išėjusi iš komforto zonos – senojo darbo, kuriame turėjo daug galimybių, kūrybinės laisvės, sprendimų galios, finansinį stabilumą – ji įmerkė rankas į šaltą eketę.

„Bet nebijoju to. Tai buvo gyvenimo projektas, tarsi trečias mūsų vaikas – labai emociškai paremtas sprendimas. Kartu ir galbūt racionalus, nes turiu daug patirties ir sporto projektų įgyvendinimo žinių. Kita vertus, akademija buvo visiškai jauna, auganti, daug svyravimų, finansinio nestabilumo ir mums, šeimai, nuspręsti dirbti viename darbe buvo didžiulis iššūkis bei rizika“, – apie pradžią pasakoja Dalia.

JAUČIASI KOMFORTIŠKAI

Bet šiandien abu džiaugiasi sprendimu, kurį anuomet priėmė. Vyro nuomone, nėra tinkamesnio žmogaus vadovauti akademiškai nei jo žmona.

Jo visai nevaržo tai, kad žmona, kaip jis sako, „laipteliu aukščiau“ – eina direktorės pareigas. „Nejaučiu jokio diskomforto, net nesureikšminu to, viskas vyksta natūraliai. Nei aš, nei Dalia nesureikšmina, mes kartu namie, darbe – visą parą kartu: akademijoje dirbame kartu, važiuojame į treniruotes, vaikai irgi kartu, sprendimus priimame vėlgi drauge. Viskas kartu ir jokio diskomforto nėra. Dėl to jaučiuosi puikiai“, – šypsosi vyras.

Be abejo, Artūras pripažįsta, kad daugybę vyrų dar varžo stereotipai, neva moterys kažko negali padaryti taip gerai, kaip jie, esą jos mąsto kitaip.

„Turėdamas tokią žmoną direktorę galiu pasakyti, kad tai klaidingas mąstymas – jos ne tik gali būti lygios su vyrais, bet net geresnės. Kaip aš visada sakau, viskas priklauso nuo žinių bagažo, kaip žiūrima į darbą, kaip pritaikomos žinios. Kiekvienas žmogus stiprus tam tikroje srityje. Mes kartais irgi taip diskutuojame, kad Dalia negali treniruoti, o aš rinkodara negalėčiau užsiimti, nes neturiu kompetencijos. Tai tiesiog yra pasiskirstymas. Kiekvienoje srityje moterys gali dirbti su vyrais ir gerai tą daryti 120 procentų“, – įsitikinęs jis.

PAVYKO VIENAS KITĄ SUTIKTI

Tai kur ta tandemo sėkmė? Apie tai paklaustas Artūras susigraudina ir pravirkdo šalia esančią ir pokalbio besiklausančią žmoną: „Žinokit, aš užduodu kartais tą klausimą. Man net pačiam įdomu. Nežinau. Žiauriai sunku atsakyti į šį klausimą, nes tai yra natūraliai. Tai yra meilė, noras būti kartu, abipusis supratimas ir visko nesureikšminimas. Sugebėjimas prisitaikyti.“

Pasak Artūro, Dalia tiesiog jam yra svarbiausias žmogus, kuriam jis dėkingas už viską. Už ką padėkoti sutuoktiniui turi ir Dalia – ji dėkinga už pagarbą, supratingumą, už didžiulį pasitikėjimą ja, palaikymą kiekviename žingsnyje.

„Man tiesiog pasisėkė sutikti tokį žmogų, su kuriuo jaučiuosi saviimi pirmiausia kaip asmenybė, jaučiu didžiulį palaikymą visur. Nežinau, ar galėčiau dar kažkaip išreikšti savo dėkingumą. Man tiesiog pasisėkė sutikti Artūrą. Mums abiem gera. Įsiklausymas, vienas kito girdėjimas yra Dievo dovana“, – atvira sako moteris.

Tiesa, ji tuoj pat atkreipia dėmesį, kad jų gyvenimas – anaipol ne romantinis filmas, pabarstytas cukrumi: „Pas mus nėra fantastiškai viskas gražu, nesame tobuli, puikiai pasidaliję savo sritis ir ambicijas. Iš tiesų namie ir mums kyla elementarių iššūkių: mes pykstamės, juokiamės, verkiam, kartais nesikalbam, nes išsiskiria nuomonės. Aš esu karštakošė – man reikia priimti sprendimus čia ir dabar, o Artūras išlaiko pauzę, nors ji mane kartais erzina. Kartais man jis leidžia priimti sprendimus čia ir dabar bei suklysti, o kartais sulauko. Kuo daugiau metų pragyvenam, tuo geriau suprantam vienas kitą.“

Dalios teigimu, gyvendami kartu du stiprūs žmonės neišvengiamai privalo padaryti kompromisų – iš pradžių mažiau, o ilgainiui daugiau ir lengviau, nes tiesiog nori išlikti drauge.

„Jis, kaip sportininkas, turi ritualų – kartoti tam tikrus dalykus. Jis rytais, nors mes esame viename name, tiesiog kituose kambariuose, parašo man tokią žinutę: labas rytas. Arba įsėdam į mašiną – irgi labas rytas ir pabučiuoja. Tai primena, kad mes šeima, mes susitikome ne dėl bendro projekto, bet pirmiausia norėjome būti kartu, sukūrėme šeimą, susilaukėme vaikų“, – sako moteris.

Ji primena, kad daugelis iš mūsų tiesiog kasdienybėje pameta baltąją tiesą – gyvenam tik vieną gyvenimą ir akimirka bet kada gali nutrūkti: „Ją reikia nugyventi taip, kad paliktumei pėdsaką, kad prisimintų tave su šypsena. Ne kuo didesnę namą, gražesnę mašiną, bet projektą, kuriuo galėtų vaikai, anūkai didžiuotis. O kad galėtum tai padaryti, reikia nebijoti iššūkių. Mano palinkėjimas – nebijoti iššūkių, rizikuoti, daryti, ką nori, o ne ko tikisi kiti iš tavęs.“



LVSF prezidentas A.Asajavičius (viduryje) treniruoja šalies rinktinę ir „Žaibą“

KOKIE VANDENYJE, TOKIE IR GYVENIME

„VANDENSVDYDIS – KOMANDINIS ŽAIDIMAS. JIS VIENIJA STIPRIUS, VALINGUS, IŠTVERINGUS ŽMONES, KURIE VISUR – IR VANDENYJE, IR GYVENIME PASIŽYMI DRAUGIŠKUMU, YRA SUSITELKĘ“, – SAKO LIETUVOS VANDENSVDYDŽIO SPORTO FEDERACIJOS PREZIDENTAS ANATOLIJUS ASAJAVIČIUS.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ

Lietuvos vandensvydžiui šiemet sukanka 90 metų. Šis jubiliejus buvo paminėtas gruodžio 11 d. „Vilnius Grand Resort“ restorane, į kurį susirinko įvairių kartų vandensvydininkai.

„Vandensvydis – pirmasis komandinis žaidimas, 1900 m. įtrauktas į Paryžiaus olimpinį žaidynių programą. Jose dalyvavo Prancūzijos, Belgijos, Didžiosios Britanijos ir Vokietijos komandos. Moterų vandensvydis olimpine sporto šaka tapo 2000-aisiais Sidnėjuje.

Lietuvoje vandensvydį 1931 m. pirmieji pradėjo žaisti Klaipėdos „Poseidono“ klubo sportininkai. Pirmasis Lietuvos vandensvydžio čempionatas įvyko Zarasų ežeruose 1949 m.

1953 m. įkurta Lietuvos vandensvydžio sporto federacija (LVSF), kuri 1992-aisiais buvo priimta į Tarptautinę vandens sporto šakų federaciją (FINA).

Vandensvydis žaidžiamas stačiakampiam vandens plote, kurio matmenys 30x20 m (moterų 25x20 m), baseine arba vandens telkinyje. Komandos žaidžia skirtingų spalvų kepuraitėmis, o vartininkų kepuraitės – raudonos. Žaidžiami keturi kėliniai po 8 minutes grynojo laiko. Visiems žaidėjams kojomis negalima siekti baseino dugno, plaukti galima įvairiais stiliais“, – trumpai sporto šaką pristato buvęs vandensvydininkas, Lietuvos vyrų rinktinės bei Elektrėnų „Žaibo“ komandos vyriausiasis treneris A.Asajavičius.

Vandensvydis vadinamas intelektualia sporto šaka, bet juk komandos aršiai grumiasi viena su kita, žaidėjai nevengia ir šiurkščių veiksmų, būna šalinami iš aikštės 20 sekundžių.

Paprastai susitinka skirtingų stilių komandos. Vienos jų savo pranašumą stengiasi išreikšti fizine jėga, todėl būna įvairiausių palai-kymų, kartais pasitaiko netgi brutalių veiksmų, kurių, tiesa, būna nedaug. Kitos komandos varžovus stengiasi apžaišti greičiu.

Vandensvydį gerai žaidė daug intelektualų, Lietuvą garsinusių žmonių: dailininkas, grafikos klasikas Stasys Krasauskas, Lietuvos ambasadorius Latvijoje Algirdas Žvirėnas, Lietuvos ambasado-rius Estijoje Rimantas Juozapas Tonkūnas, Kovo 11-osios Akto signataras, diplomatas Justas Vincas Paleckis, verslininkas Jonas Liubertas, profesorius Kalikstas Vytautas Paulauskas, kompozito-rius Juozas Širvinskas, istorikas Romas Batūra, gydytojai Algiman-tas Mudėnas, Vladimiras Kristalnis, Tadas Latkauskas. Ir žaidė jie neprastai, atstovavo Lietuvos rinktinėms.

Vandensvydis jiems padėjo tapti garsiais ne tik vandenyje. Pas mus galioja nerašyta taisyklė: koks esi vandenyje, toks būni ir gyvenime. Jeigu baseine esi pasiruošęs priimti iššūkius, atsakomybę už savo veiksmus bei sprendimus, toks būni ir gyve-nime. Jeigu sėdi ant atsarginių suoliuko, pasislėpęs už draugų

nugarų, – toks ir gyvenime būsi.

Metams bėgant vandensvydis keitėsi. Anksčiau žaidėjai buvo skirstomi į vidurio puolėjus, gynėjus, puolėjus, o dabar jie visi universalūs, žaidžia įvairiose pozicijose. Visi gerai plaukia, yra fiziškai stiprūs, atakuoja iš įvairių padėčių.

Lietuvoje visą laiką vykdavo principinės Vilniaus ir Kauno dvikovos: kelerius metus dominavo Kauno „Raudonasis spalis“, „Banga“, „Lituanica-Gaja“, po to atėjo eilė Vilniaus „Baltic Amadeus“, o dabar trejus metus iš eilės tvirtu lyderiu tapo pusiau profesionalus Elektrėnų „Žaibas“, kuriam vadovaujate. Kokie pagrindiniai tikslai keliami šiai geriausiai Lietuvos komandai?

Patys aukščiausi. Žaidėjai, kurie atstovauja „Žaibui“, yra ir Lietuvos nacionalinės vyrų rinktinės nariai. Šios komandos atsiradimas – tai 2016–2019 m. LVSF vadovavusio prezidento Andriaus Jankūno iniciatyva. Jis ėmėsi šio nelengvo išbandymo, ir federacija ryžosi suburti pusiau profesionalią komandą.

Dabar „Žaibo“ komandą jau galima vadinti profesionalia, nes joje žaidžia ir legionieriai iš kitų šalių, vyrai treniruojasi dukart per dieną. Per savaitę komanda dirba 9–12 kartų. Plaukimo ir bendrojo fizinio rengimo pratybos vyksta rytais Vilniuje, o žaidimą tobuliname pagrindinėje mūsų bazėje – Elektrėnų plaukimo baseine.

Dalis mūsų žaidėjų gyvena Kaune, dalis Vilniuje, prisijungia ir Elektrėnų jaunimas. „Žaibas“ turi du mikroautobusus, todėl dėl transporto problemų nekyla. Elektrėnų savivaldybė mums sudaro gana geras treniruotųjų sąlygas.

Ar sulauksime dienos, kada „Žaibo“ vyrai pralauš ledus ir pateks į Europos čempionatą?

Komanda jau mėgino dalyvauti Europos čempionate – rungtyniavo Čempionų lygoje. Viską bandomė daryti, kad sulauktume istorinio momento ir žaistume su pajėgiausiomis Europos nacionalinėmis vyrų rinktinėmis.

Sunku pasakyti, ar tai pavyks padaryti dabartinei komandai, nes siekiant įgyvendinti šią svajonę reikia laiko. Važinėjame į Juodkalniją, semiamės žinių ir patirties, su tos šalies sportininkais kartu treniruojamės.

Ar nepritrūkstate gerų žaidėjų?

Per pandemijos laikotarpį truputį išsibarstė mūsų jaunimas. Tačiau jo turime tikrai neblogo. Yra perspektyvių jaunų žaidėjų Kaune, Elektrėnuose, gaila, kad į pratybas Elektrėnuose nelabai veržiasi vilniečiai. „Žaibo“ komandos gretas jau artimiausiu metu turi galimybių papildyti 3–4 elektrėniškiai.

Lietuvos vandensvydžio sporto federacija jaunimui skiria didelį dėmesį. Šalies 17-mečių rinktinė šiemet nemažai rungtyniavo, dalyvavo trijuose stambiuose tarptautiniuose turnyruose – Europos čempionato atrankoje, Europos šiaurės šalių čempionate, Europos tautų turnyre. Jaunimu kol kas nenusiviliame.

Su kokiomis problemomis dažniausiai susiduriate?

Galėtų būti daugiau trenerių. Tie patys dirba ir su suaugusiais, ir su vaikais. Daug kas priklauso nuo baseino užimtumo ir vandens, skiriamo mūsų treniruotėms. Jo dažnai būna per mažai, kad galėtų treniruotis ir suaugusieji, ir jaunimas, ir vaikai.

Federacija ne visada gali daryti įtaką miesto savivaldybėms, kurios skiria laiką ir vietą baseine. Plaukimo takeliai reikalingi ir plaukikams, povandeninio sporto entuziastams, triatlolininkams, penkiakovininkams, mes su jais negalime konkuruoti.

Vandensvydžiui dviejų plaukimo takelių neužtenka, juose vandensvydžio neišmokysi žaisti, reikia mažiausiai šešių. Vandensvydis žaidžiamas 30x20 m vandens plote. Tie takeliai mums – didelė finansinė našta, todėl reikalinga miesto valdžios pagalba.

Tikra vandensvydžio legenda – kaunietis Jonas Čirūnas, kuris

1979 m. tapo FINA A kategorijos teisėju ir teisėjavo Maskvos bei Seulo olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose, Pasaulio taurės turnyruose. Ar užaugo derama jo pamaia?

Šio kauniečio pėdomis galbūt žengia vilnietis Nerijus Papaurėlis, o dabartiniai mūsų arbitrai dar jauni, jiems kol kas sunku patekti į aukšto rango varžybas, nes tarp teisėjų didelė konkurencija. Tarptautinės kategorijos teisėjais tapo Povilas Sriubas ir Tomas Kašėta, tačiau jie dar stokoja rimčiausių varžybų patirties.

Lietuvoje vandensvydis žaidžiamas Vilniuje, Kaune, Alytuje, Elektrėnuose ir Klaipėdoje. Galbūt numatyta naujų šios sporto šakos centrų?

Stengiamės, kad vandensvydis būtų žaidžiamas Radviliškyje, kuriame yra baseinas. Apie šią sporto šaką galvoja kėdainiškiai, kurie mus kviečiasi ir nori, kad supažindintume su vandensvydžiu. Gaila, bet išretėjo Panevėžio žaidėjų gretos ir ten užgeso puoselėtas židynys. Kalbamės su panevėžiečiais ir jų treneriu Mečislovu Grincevičiumi, bandysime vėl atgaivinti šiame mieste vandensvydį.

Kaune ir Vilniuje vandensvydį pradėjo žaisti ir moterys. Ar čia galima tikėtis pragiedrulių?

Tikrai tikiu, kad Lietuvos moterų vandensvydis ras savo vietą. Labai didelis susidomėjimas juntamas Kaune, kur suburtos merginos, baigusios plaukikių karjerą. Komanda yra ir Vilniuje. Tačiau daug kas priklausys nuo miesto savivaldybių požiūrio į moterų vandensvydį. Jeigu nuo jų nebus nusigręžta, neabejoju, kad merginos pasieks didesnę meistriskumą. Vilniuje merginas ugdo Tadeušas Pašukas, o Kaune – Rimvydas Šimanskas.



Į Lietuvos vandensvydžio jubiliejaus iškilmes rinkosi įvairių kartų vandensvydininkai

Alfredo Pliadžio nuotr.

Esate vadinamas vienu geriausių Lietuvos vandensvydžio žaidėjų, tobulėjote ir Suomijoje. Kokią sudarytumėte simbolinę visų laikų Lietuvos vyrų rinktinę?

Jos neįmanoma sudaryti, nes tai skirtingų kartų žaidėjai, o vandensvydis keitėsi. Daug puikių, gerų žaidėjų buvo sovietmečiu: Jonas Liubertas, Stasys Krasauskas, Bronislovas Putrimas, Vitalijus Alekperlis, Rimvydas Šimanskas, vartininkas Vidas Žygialis, Egonas Jakimavičius, Saulius Sabaliauskas. Visus būtų sunku išvardyti. Toje simbolinėje rinktinėje aš būčiau tik kažkur pabaigoje.

Daug gero lygio žaidėjų yra „Žaibe“, tačiau juos lyginti su minėtais ankstesnės kartos sportininkais būtų sunku, nes dar yra gana jauni.



Festivalio atidaryme – LTOK prezidentė D.Gudzinevičiūtė

UŽ MEDALŲ RYŠKESNĖS ISTORIJOS

SEPTINTUS METUS LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITĖTO IR LIETUVOS OLIMPINIO FONDO ORGANIZUOJAMAS RENGINYS ŠIEMET Į EKRAVUS SUGRĮŽO GEROKAI IŠTISĘS IR SUSTIPRĖJĘS: VIŠĄ SAVAITĖ „FORUM CINEMAS“ KINO TEATRUOSE VYKĖS FESTIVALIS ŽIŪROVAMS PASIŪLĖ DEVYNIS IŠSKIRTINIUS FILMUS – ŠEŠIS DOKUMENTINIUS IR TRIS VAIDYBINIUS.

Sportas nėra vien alinančios fizinės treniruotės. Varžybos nėra vien medaliai ir pergalės. Triumfo akimirkos neretai slepia milžiniškus sunkaus darbo ledkalnius, o už, rodo, neįtikėtinų supergalių turinčių herojų pirmiausia stovi paprasti žmonės. Žmonės, kurie bijo, klysta, jaudinasi, bet yra drąsūs, užsispyrę, ambicingi – tie, kurie žūtūt nori laimėti. Tie, už kuriuos norisi sirgti. Tie, kuriuos vadiname sportininkais.

Pamatyti jų gyvenimo kasdienybę iš arti ir išvysti tai, kas dažnai lieka už kadro, gruodžio 2–9 d. kvietė Sporto kino festivalis. Vilniuje ir Kaune kino gerbėjus jis pasitiko šūkiu „Už medalį ryškesnės istorijos“. Ekranuose buvo rodomi įvairias sporto šakas ir aktyvias veiklas apimantys filmai, tarp kurių – plaukimas, futbolas, banglentės, nardymas, bėgimas, riedlentės, gimnastika.

Programos turiniui šiemet festivalio organizatoriai skyrė itin didelį dėmesį – ją sudarė bene garsiausias Lietuvos kino kritikas bei apžvalgininkas Edvinas Pukšta.

„Tai ne specifiniai filmai apie kokią nors vieną sporto šaką, bet taiklios, provokuojančios, įkvepiančios, asmeninės, akiratį praplečiančios dramos, kuriose sportas tik padeda iškelti opias huma-

niškas, socialines ir politines dilemas“, – dar Sporto kino festivalio pradžioje sakė E.Pukšta.

Pasak jo, visos į repertuarą įtrauktos juostos kalba daugeliui aktualiomis, žmogiškomis temomis – apie nepastebimą diskriminaciją, lygias teises, humaniškumą. Filmai praskleidžia užuolaidas ir žiūrovui atveria per televiziją nematomus užkulius, kas vyksta po varžybų, egzaminuoja atletus dažnai užgulančiais nepakeliamais lūkesčiais, atkreipia dėmesį į tikrus istorinius įvykius.

Didžiausio žiūrovų susidomėjimo sulaukė kinų dokumentinė juosta „Nenustokime bėgti“, pasakojanti apie neįtikėtiną vaikų ryžtą treniruotis atšiauriausiomis oro sąlygomis, kai termometro stulpelis nukrinta net iki 58 laipsnių šalčio. Populiarumu nenusileido ir laisve alsuojanti australų dokumentika apie moteris banglentininkes – filmas „Merginos nemoka lėkti per bangas“, kuris apnuogino opią lyčių lygybės sporte temą. Kino gerbėjai įvertino ir filmą „Didelė ar maža“, pasakojantį apie ekstremalaus sporto entuziastę, vasarą skrodžiančią kone 30 metrų vandenyno Portugalijoje bangas, o žiemą išvykstančią į Suomiją siekti nardymo po ledu rekordo. Nematomas moterų futbolo spalvas išryškino



Festivalio programą sudarė E.Pukšta



Žinomų žmonių komandos „Kažkur matyti“ nariai



Broliai Lavrinovičiai ir aktoriaus Dž.Siaurusaitis

„Komanda #MesNesusirinkomeTikŠokti“.

Dalis Lietuvoje rodytų filmų jau spėjo sulaukti ovacijų didžiausiuose pasaulio kino festivaliuose: dokumentinis filmas „Zatario čempionai“ pripažintas geriausiu arabų šalių filmu Gunos kino festivalyje, „Nadia, peteliškė“ tapo geriausiu kanadiečių filmu Vankuverio kino festivalyje, „Plaukikas“ pelnė šlovę aktoriui Omerui Perelmanui Striksui Jeruzalės kino festivalyje. O režisieriaus Elie Grappe'o „Olga“ ne tik laimėjo kritikų simpatijas Kanų, Hamburgo, Briuselio festivaliuose, bet šveicarai nusprendė, kad ši jautri, ukrainiečių gimnastės istoriją pasakojanti juosta pretenduos gauti „Oskarą“ kaip geriausias užsienio šalių filmas.

Ši juosta nepaliko abejingų ir Lietuvoje – „Olgos“ premjera šventiškai atidarė Sporto kino festivalį, drama sudomino tiek sportininkus, tiek kultūros, pramogų pasaulio atstovus – į šventinį Sporto kino festivalio atidarymą rinkosi būrys žinomų žmonių. Raudonu kilimu žengė olimpiečiai Diana Zagainova, Milda Valčiukaitė ir Saulius Ritteris, Ričardas Nekriošius, taip pat – Janina Lapinskaitė ir Algimantas Puipa, Valda Bičkutė, Gabija Ryškusienė, broliai Kšištofas ir Darjušas Lavrinovičiai, Baiba Skurstenė-Serdiukė su vyru Mykolu Serdiuku, Redita Dominaitytė ir daugelis kitų.

„Džiaugiamės, kad sporto tema kine kasmet tampa vis aktualesnė, kad kasmet kuriama vis daugiau filmų, atskleidžiančių kitą medalio pusę, leidžiančių iš arčiau pažvelgti į tai, kas dažnai lieka už kadro. Šiemet Sporto kino festivaliu siekėme žiūrovui parodyti, jog kiekvienas herojus pirmiausia yra žmogus“, – sakė festivalį organizuojančio LTOK prezidentė, olimpinė čempionė Daina Gudžinevičiūtė.

Pasak jos, sporte, kaip ir gyvenime, dažnai matome tik pergales, džiaugiamės sportininkų pasiekimais. Tačiau kelias iki triumfo neretam atletui – ilgas ir sudėtingas, kupinas įvairiausių kliūčių. Todėl kinas gali tapti puikiu įrankiu, padedančiu pažinti sportą, atrasti naujas sporto šakas, apie kurias galbūt niekuomet nesusimąstėme, neįvertinome, nepažinome jų.

„Sporto kino festivalis skatina kitomis akimis pažvelgti į sportą – įkvėpti, edukuoti, pamokyti, motyvuoti. Sportas – labai įvairialypis, tuo, neabejojame, įsitikins ir festivalio žiūrovai – programa parinkta taip, kad joje kiekvienas rastų ką žiūrėti“, – sakė D.Gudžinevičiūtė.

Festivalis su nauja ir dar spalvingesne programa planuoja sugrįžti ir kitais metais.



Olimpietė D.Zagainova



Sporto kino festivalį atidarė filmo „Olga“ premjera



Paratriatlonininkas E.Česonis



Roko Lukoševičiaus nuotr.

Sutartį pasirašė D.Gudzinevičiūtė ir S.Barakauskas

PRADEDA BENDRADARBIAVIMĄ SU „MEDICINA PRACTICA“

LTOK ir Lietuvos olimpinis fondas (LOF) pradeda bendradarbiavimą su laboratorija „Medicina practica“. Vienas pažangiausių medicinos tyrimų tinklų Baltijos regione nuo šiol užtikrins stiprią geriausių šalies atletų, pagal numatytus kriterijus gaunančių olimpinę stipendiją, sveikatą ir gerą savijautą.

„Stengiamės kiek galėdami prisidėti prie „LTeam“ sportininkų gerovės užtikrinimo, o medicinos paslaugos – vienas esminių veiksnių siekiant pergalių. Olimpiniai stipendininkai jau turėjo galimybę naudotis „Medicina practica“ paslaugomis ir įsitikinti kokybe, džiaugiuosi, kad nuo šiandien esame oficialūs partneriai“, – sakė gruodžio 20 d. su „Medicina practica“ bendradarbiavimo sutartį pasirašiusi olimpinė čempionė, LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė.

Daugiau nei 20 metų patirtį turinti įmonė nuo šiol rūpinsis profesionalių atletų laboratoriniais kraujo tyrimais: atliks biocheminius, bendruosius, mikrobiologinius, kraujo krešėjimo, hormonų, vėžio žymenų, imunofermentinius, infekcinių ligų, alergijų, infekcijų sukėlėjų DNR tyrimus.

„Rūpinimasis profesionalių sportininkų sveikata prilygsta juvelyriniam darbui – tam reikalingi tiek aukščiausios kvalifikacijos specialistai, tiek geriausia, naujausių technologijų standartus atitinkanti medicininė įranga. Sutartis su LTOK mums – malonus iššūkis, džiaugiamės ir vertiname galėdami dirbti išvien. Tikimės, kad ilgametė mūsų darbo patirtis padės dar efektyviau saugoti geriausių mūsų šalies sportininkų sveikatą. Kartu sieksime naujų pergalių“, – sakė įmonės „Medicina practica“ laboratorijos vadovas gydytojas Svajūnas Barakauskas.

Bendradarbiavimu džiaugiasi ir LOF direktorius Mantas Marcinkevičius. Pasak jo, sportininkai labai vertina galimybę reguliariai atlikti kraujo tyrimus – jiems tai labai svarbu: „Kai kurių sporto šakų atstovams tam tikrus tyrimus reikia atlikti kas kelis mėnesius, todėl džiaugiamės galėdami sudaryti sąlygas ir tą užtikrinti.“

Daugiau nei šimtas olimpinės stipendijas gaunančių sportininkų taip pat turi galimybę naudotis „LTeam LAB“ sporto medicinos paslaugomis.

LTOK FINANSAVIMO REFORMA KELIA SUSIRŪPINIMĄ TOK

Seimo inicijuota LTOK finansavimo reforma sulaukė ir Tarptautinio olimpinio komiteto (TOK) dėmesio.

LTOK pasiekė TOK laišką, kuriame reiškiamas „didelis susirūpinimas dėl Lietuvoje neseniai pradėtų reformų ir teisės aktų pakeitimų, kurie gali padaryti labai neigiamą poveikį LTOK finansiniams ištekliams ir autonomijai ir dėl kurių itin smarkiai nukentėtų jūsų šalies olimpinis judėjimas“.

TOK atkreipia dėmesį, kad prieš įgyvendinant reformą su LTOK ir nacionalinėmis sporto federacijomis nebuvo konsultuojamasi, nebuvo aptariama ir su suinteresuotomis šalimis.

LTOK prašoma perduoti laiško kopiją atitinkamoms Lietuvos valdžios institucijoms ir paraginti jas dar kartą apsvarstyti pradėtas reformas, paprašyti atviro ir konstruktyvaus dialogo su visomis suinteresuotomis šalimis, siekiant rasti abiem pusėms priimtina sprendimą, atitinkantį olimpinio judėjimo ir Lietuvos sportininkų interesus bei olimpinio judėjimo principus.

„Tikime, kad netrukus tarp jūsų ir atitinkamų valdžios institucijų bus pradėtas abipusis supratimas, pasitikėjimu ir pagarba grįstas

vaisingas dialogas, kuriuo bus siekiama sklandžiai išnagrinėti ir išspręsti šį klausimą tam, kad būtų išsaugotas esminis jūsų atliekamas vaidmuo ir autonomija bei remiama jūsų veikla sporto ir sportininkų labai pagal Olimpinės chartijos principus“, – teigiama laiške.

TOK primena, jog Olimpinės chartijos 27.6 taisyklė teigia, kad nacionaliniai olimpiniai komitetai „turi saugoti savo autonomiją ir priešintis bet kokiam spaudimui, įskaitant, bet neapsiribojant, politinį, teisinį, religinį ar ekonominį spaudimą, kuris trukdytų laikytis Olimpinės chartijos“. TOK taip pat tikisi visų šalių supratingumo ir bendradarbiavimo siekiant darnių santykių ir produktyvios partnerystės tarp LTOK ir valdžios institucijų.

Lietuvos valdžios institucijoms ir LTOK prezidentei Dainai Gudžinevičiūtei adresuotą laišką pasirašė už olimpinį solidarumą ir ryšius su nacionaliniais olimpiniais komitetais (NOK) atsakingas TOK direktorius Jamesas Macleodas ir asocijuotasis direktorius Jerome'as Poivy, kurio veiklos sritis – instituciniai ryšiai bei valdymas ir ryšiai su NOK.

GERA ŽINIA BURIUOTOJAI

Gruodžio 16 d. vyko LTOK vykdomojo komiteto posėdis. Jame gruodžio pradžioje pasaulio čempionato olimpinės klasės buriavimo varžybose trečią vietą iškovojusiai buriuotojai Viktorijai Andrulytei LTOK ekspertų komisijos siūlymu bus padidinta olimpinė stipendija. Planetos pirmenybėse bronzą pasipuošusi olimpietė atitinka kriterijų, pagal kurį skiriama aukščiausia tūkstančio eurų stipendija.

Vykdomasis komitetas taip pat patvirtino eilinės Generalinės asamblėjos sesijos datą. LTOK nariai rinksis vasario 25 d. LTOK generalinis sekretorius Valentinas Paketūras pristatė 2022 m. LTOK veiklos plano projektą.

„Tiesa, kol kas esame palikti nežinioje – nežinome, nei koks bus finansavimas, nei kokį biudžetą kitais metais turėsime, nei kokias veiklas galėsime vykdyti“, – sakė jis.

Veiklos planas bus patvirtintas sausį.

Olimpinio švietimo direktorė Vita Balsytė pristatė šiuo metu rengiamą fizinio raštingumo modelį. Šiam projektui realizuoti LTOK pasitelkė patyrusius partnerius iš Didžiosios Britanijos, „Youth Sport Trust International“ organizacijos, jau sukūrusios panašius modelius, kurie įgyvendinami Didžiojoje Britanijoje.

LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė kalbėjo apie praėjusį mėnesį Slovakijoje vykusiame Europos olimpinio komitetų asociacijos (EOK) Vykdomojo komiteto posėdyje priimtus sprendimus bei Lietuvos atstovų dalyvavimą kasmetiniame nacionalinių olimpinio komitetų seminare.

EOK viceprezidentė D.Gudžinevičiūtė gruodžio pradžioje taip pat dalyvavo Romoje vykusiame Europos jaunimo žiemos olimpinio festivalio ugnies žiebimo ceremonijoje. Pirmosios varžybos Vuokatyje, Suomijoje, – vaikinių ledo ritulio turnyras – prasidėjo jau gruodžio 13 d. Kitos varžybos vyks kitų metų kovo 20–25 d. Festivalyje iš viso dalyvaus 47 Europos valstybių sportininkai.



NAUJA SENA VALDŽIA

Gruodžio 18 d. Vilniuje, Nacionalinės dailės galerijos patalpose, vyko Lietuvos olimpinės kolekcininkų asociacijos (LOKA) narių ataskaitinis rinkimų susirinkimas.

LOKA prezidentas Juozas Širvinskas visus susirinkusiuosius pasveikino Lietuvos olimpinės kolekcininkų asociacijos 20-mečio proga. Tylos minute buvo pagerbti per du dešimtmečius anapilin iškeliavę asociacijos nariai: Vytautas Simonas Vyšniauskas, Stasys Morkūnas, Vytautas Gudaitis, Antanas Kalanta, Vytautas Vincas Gudelis, Romas Blaževičius, Nerijus Rėza, Rimgaudas Tirilis.

J.Širvinskas, LOKA generalinis sekretorius Rimantas Džiautas ir buvęs ilgametis LTOK patarėjas Algimantas Gudžiškis aptarė nelengvu pastarųjų dvejų metų pandemijos laikotarpiu vykusius renginius. LOKA viceprezidentas Kęstutis Skerys supažindino su finansine ataskaita. Beje, visos lėšos šiai įdomiai ir naudingai veiklai – parodoms, kelionėms, leidiniams – gaunamos tik iš LTOK.

LOKA nariai alytiškis Zenonas Gramackas, kauniečiai Romualdas Rimdeika, Julius Riauka papasakojo apie kolekcininkų veiklą jų miestuose.

Jubiliejaus proga LOKA pasigamino naujus sidabrinius ženklukus, kurie įteikiami nusipelnusiems šios organizacijos nariams. Pirmieji ženklukai įteikti asociacijos veteranams A.Gudiškiui, Kaziu Kilčiauskui, R.Rimdeikai, Z.Gramackui bei šiemet jubiliejinę sukaktis minėjusiems Jonui Načiūnui (80 metų), K.Skeriui (70 m.), Broniui Čekanauskui (70 m.), Algirdui Tatuliui (70 m.), Valdui Gecevičiui (60 m.), Edžiui Urbanavičiui (50 m.).

Trumpai vykusiuose rinkimuose į vadovaujamas postus buvo pasiūti tie patys energingi kolekcininkai. Taigi dar ketverius metus LOKA vadovaus J.Širvinskas, jo pavaduotoju lieka K.Skerys, o visų darbų ir idėjų generatorius ir toliau bus generalinis sekretorius R.Džiautas. Valdybos nariais patvirtinti Z.Gramackas, R.Rimdeika bei šiaulietis Vygintas Ališauskas.

LANKĖSI EKSPERTAI IŠ DIDŽIOSIOS BRITANIJOS

LTOK ėmėsi iniciatyvos sukurti fizinio raštingumo modelį, skirtą ikimokyklinio ir pradinio mokyklinio amžiaus vaikų ugdymui. Šis modelis visų pirma bus įgyvendinamas LTOK olimpinio švietimo projektuose.

Šiam projektui įgyvendinti LTOK pasitelkė patyrusius partnerius iš Didžiosios Britanijos, „Youth Sport Trust International“ organizacijos. Ši organizacija, jau sukūrusi panašių modelių, juos pritaiko Didžiojoje Britanijoje.

Siekdami geriau pažinti Lietuvos fizinio ugdymo kontekstą, „Youth Sport Trust International“ atstovai ekspertai Vív Holt ir Kevinas Bartonas svečiavosi Lietuvoje. Per dvi vizito dienas specialistai dalyvavo susitikimuose su Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos, Vilniaus universiteto, Lietuvos sporto universiteto, Kauno kolegijos atstovais, susitiko su fizinio ugdymo, pradinio ir ikimokyklinio ugdymo pedagogais, dalyvavo nuotoliniame susitikime su Vilniaus savivaldybės atstovais bei lankėsi

LTOK, kur susitiko su pirmąja šalies ponia Diana Nausėdiene, LTOK prezidente Daina Gudžinevičiūte bei LTOK olimpinio švietimo direktore Vita Balsyte.

Susitikimo metu buvo aptarti fizinio aktyvumo iššūkiai ir galimybės, fizinio aktyvumo ir ugdymo per sportą projektai Lietuvoje bei fizinio raštingumo modelio kūrimo procesas.

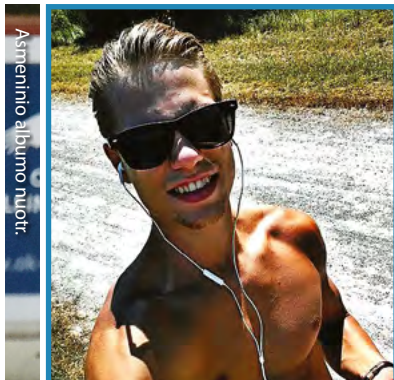
„Savo darbu ir tuo, kaip įgyvendinate olimpinio ugdymo programas, jūs užsitarnavote didelę pagarbą ir esate vieni iš lyderių pasaulyje. Per šias dienas mes susitikome su daugybe žmonių iš skirtingų švietimo institucijų tam, kad pajustumė, kuo jūs gyvenate. Tai mums labai svarbu kuriant šį fizinio raštingumo modelį. Po vizito mes tęsime partnerystę ir kartu kursime tokį modelį, kuris geriausiai atitiks Lietuvos kontekstą“, – mintimis dalijosi V.Holt.

Fizinio raštingumo modelio kūrimo projektas iš dalies finansuojamas iš Tarptautinio olimpinio komiteto Olimpinio solidarumo programos.

ČIUOŽĖJUI MUZIKA SVARBI NE TIK ANT LEDO

LIETUVOS ČIUOŽĖJAS SAULIUS AMBRULEVIČIUS SU AMERIKIETE ALLISON REED VIS DAR GYVENA OLIMPINE SVAJONE. OLIMPINĮ KELIALAPĮ LIETUVAI IŠKOVOJĘ ČIUOŽĖJAI INTENSIVIAI TRENIRUOJASI KANADOJE IR LAUKIA GERŲ ŽINIŲ IŠ LIETUVOS PREZIDENTŪROS.

DOMINYKAS GENEVIČIUS



Asmeninio albumo nuotr.

S.Ambrulevičius labai dažnai klausosi muzikos

GERIAUSI

Knyga: Robinas Sharma „Vienuolis, kuris pardavė „Ferrari““ („The Monk Who Sold His Ferrari“).

Filmas: „Tarp žvaigždžių“ („Interstellar“).

Atlikėjas/grupė: Vieną sunku išskirti.



LČF nuotr.

S.Ambrulevičius ir A.Reed

Saulius Ambrulevičius, kalbėdamas apie savo laisvalaikį, paabrėžė, kad jo gyvenime svarbią vietą užima ir knygos, ir filmai, ir muzika.

PSICHOLOGINĖ PAGALBA – IŠ KNYGŲ

S.Ambrulevičiaus sezonas labai įtemptas, todėl knygoms rasti laiko nelengva. Vis dėlto jis prisipažįsta, kad asmeninio tobulėjimo knygos jam yra padėjusios įveikti tam tikras psichologines problemas.

„Anksčiau skaitydavau, bet ne per daugiausiai. Šiuo metu tam daug laiko negaliu skirti. Man patikdavo istorinės knygos. Taip pat buvau Hario Poterio gerbėjas. Vėliau susidomėjau saviugdros knygomis. Svarbu, kad būtų lengvai skaitomos. Saviugdros knygos man padeda iš psichologinės pusės. Kai reikėjo pagalbos, kaip save tobulinti, knygos labai padėjo“, – prisipažįsta ledo šokėjas.

Knygas sportininkas skaito ir namie, ir keliaudamas.

FILMŲ ĮVAIROVĖ

S.Ambrulevičius sako, kad filmai yra vienas svarbiausių jo pomėgių. Šiuo metu jis nėra išrankus konkrečiam žanrui.

„Filmus labai mėgstu. Neturiu mėgstamo žanro ir žiūriu viską – detektyvus, veiksmo, siaubo, fantastinius. Negalėčiau vieno iš-

skirti. Esu matęs daugybę gerų filmų, todėl būtų sunku išsirinkti geriausią. Dažniausiai filmus žiūriu keliaudamas, todėl tam naudoju kompiuterį ar planšetę. Taip pat ir namie turėdamas laisvo laiko visada įsijungiu kokį filmą“, – pasakoja čiuožėjas.

MUZIKA – SVARBI GYVENIMO DALIS

Muzika S.Ambrulevičiui – vienas artimiausių dalykų. Natūralu, nes muzika yra viena iš dailiojo čiuožimo sudedamųjų dalių.

„Muzika man labai svarbi. Laisvalaikio muzika priklauso nuo nuotaikos ir tuometinio poreikio. Esu užaugęs su sunkesne muzika, vėliau perėjau prie elektroninės. Dabar klausau absoliučiai viską – nuo klasikos iki visko, ko tik geidžia širdis. Ypač kai šiais laikais galima nesunkiai pasiekti įvairias muzikos bazes“, – sako čiuožėjas.

Sportininkas atskleidžia, kad visada muzika skamba jam važiuojant automobiliu. Tam jis net įsirengė specialią garso sistemą. Muzika svarbi ir keliaujant, todėl S.Ambrulevičius visuomet su savimi turi grotuvą ir ausines. O būdamas namie muziką pasileidžia kaip foną.

S.Ambrulevičius taip pat mėgsta kultūrinius renginius, koncertus, tačiau šią aistrą kiek prigesino COVID-19 pandemija ir įvairūs ribojimai.

TINKAMA MITYBA GERAI SAVIJAUTAI!

Atlik ImuPro padidėjusio jautrumo maistui tyrimą su
20% nuolaida ir šventes sutik lengvas ir kupinas energijos!

**PUIKUS
PASIŪLYMAS**
iki sausio 31d.

ImuPro
Right Food. Better Health.

**ČIUPK NUOLAIDĄ
DABAR!**

95

EUR

ImuPro Screen

~~119~~ EUR

256

EUR

ImuPro Basic

~~320~~ EUR

352

EUR

ImuPro Complete

~~440~~ EUR

Kraujo paėmimo mokestis netaikomas!

Daugiau informacijos:

www.medicinapractica.lt

[f](https://www.facebook.com/medicinapractica) [medicinapractica.lt](https://www.facebook.com/medicinapractica)

Tel. nr.: 8 5 250 7744


WINTER / NATION

POWERED BY 4F



 4Fstore.lt

 4FLithuania

 4F official

4F



OFICIALUS LIETUVOS OLIMPINĖS
KOMANDOS RĖMĖJAS

AB „Vakarų laivų gamykla“ įmonių grupė jau penkis dešimtmečius yra didžiausia jūrinės inžinerinės pramonės įmonė Lietuvoje, išsaugojusi gilias laivų remonto ir statybos tradicijas. Vienijanti 20 skirtingos specializacijos įmonių, AB „Vakarų laivų gamykla“ didžiuojasi galėdama pasiūlyti visas su laivo gyvavimo ciklu susijusias paslaugas.

STATYKIME ATEITIES LAIVUS KARTU!

www.wsy.lt

LAIVO GAMYBA



3.500.000 gamybos valandų

700.000 dalių

6.000 tonų

LĖKTUVO GAMYBA



80.000 gamybos valandų

100.000 dalių

537 tonos

AUTOMOBILIO GAMYBA



23 gamybos valandos

3000 dalių

1.9 tonos


**VAKARŲ LAIVŲ
GAMYKLA**
BLRT GRUPP

OFICIALUS RĖMĖJAS



—medicinos klinika, siekiantiems tiksliau



„LTeam LAB“ – oficialus Lietuvos olimpinės komandos sveikatos ir fizinės būklės įvertinimo, fizinio parengtumo stebėjimo partneris.

Sporto medicinos, mokslo ir tyrimų laboratorija, esanti „Affidea klinika“ patalpose, įkurta bendradarbiaujant su Lietuvos tautiniu olimpinio komitetu. Tai – pirmą tokia laboratorija šalyje, skirta visiems - nuo sporto entuziastų iki olimpinės rinktinės narių!

 **affidea**
klinika



LAB

*Justinas Kinderis
Šiuolaikinė penkiakovė*

Konstitucijos pr. 15, Vilnius | tel. 1811

PIRMOJI LIETUVOJE

Pažangiausių
sporto bei
sporto
medicinos
technologijų
partneris
LIETUVOS
sportininkams.



SVEIKATOS REIKMENYS
REABILITACIJAI • SPORTUI • ORTOPEDIJAI • SLAUGAI