

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

OLIMPINĖ PANORAMA

2023 M. NR. 10 (170)

OLIMPINIS MĖNUO

VISĄ SPALĮ VYKO PRADINIŲ
KLASIŲ MOKSLEIVIAMS SKIRTAS
OLIMPINIO MĖNESIO PROJEKTAS,
ŠIAIS METAIS ĮTRAUKĖS
REKORDIŠKAI DAUG DALYVIŲ



LIETUVA
OLYMPIC

WWW.LITOK.LT



NAUJAS „TELELOTO“ SEZONAS



TELELOTO
SUSITINKAME SEKMADIENIAIS
17:20



LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

Leidžiamas nuo 2003 m.
Nr. 10 (170), 2023 m.



4 5

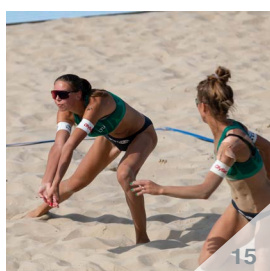
SKAITYTOJAMS

L TOK PREZIDENTĖS MINTYS

10

SPRENDIMAI

NAUJOVIŲ AIDAS GIRDIMAS IR LIETUVOJE



12

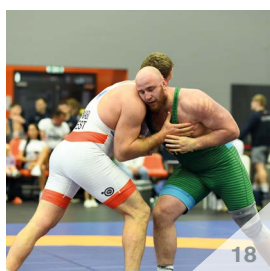
TRADICIJA

OLIMPINIS MĖNUO PAŽENKLINTAS REKORDAIS

15

PROJEKTAS

MOTERIMS – NEĮKAINOJAMOS LYDERYSTĖS
PAMOKOS



18

SITUACIJA

REKORDAI IR BRANGIOS OLIMPINĖS VILTYS

21

IŠ ARTI

Į OLIMPINĮ PARYŽIŲ BRAUSIS PER LANGĄ

22

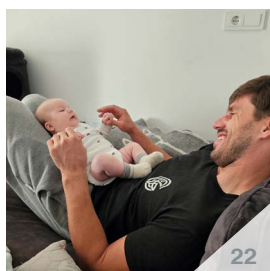
FORUMAS

GVILDENO SVARBIAS TEMAS

25

KITU KAMPU

TĖVYSTĖS IŠŠŪKIAI – SEZONO ĮKARŠTYJE



26

SPORTO MEDICINA

KLINIKOS ATIDARYME – BŪRYS OLIMPIEČIŲ

28

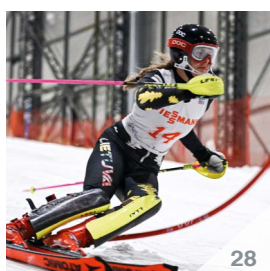
TRENERIS

SVARBIAUSIA – NESUSTOTI

30

TALENTAS

KUO SUNKESNI IŠŠŪKIAI – TUO GERIAU



32

ŽAIDYNĖS

JUBILIEJINIAME SEZONE – STAIGMENOS IR PRIZAI

34

KRONIKA

L TOK ĮVYKIŲ DIENORAŠTIS

34

SKAITAU, ŽIŪRIU, KLAUSAU

ČIUOŽĖJA MOTYVACIJOS SEMIASI KNYGOSE



VIRŠĖLYJE
Projekto „Olimpinis mėnuo“
akimirka
Elvio Žaldario nuotr.

REDAKTORIUS
Marius Grinbergas

AUTORIAI
Lina Motužytė
Julius Bliūdžius
Marytė Marcinkevičiūtė
Lina Daugėlaitė
Bronius Čekanauskas
Dalia Musteikytė
Dominykas Genevičius

FOTOGRAFAS
Alfredas Pliadis

KALBOS REDAKTORĖ
Inga Necelienė

MAKETUOTOJA
Urtė Gimžauskaitė

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“

L TOK MOKYMAI DIKTUOJA KOKYBĖS STANDARTUS

LIETUVOS TAUTINIO OLIMPINIO KOMITĖTO SPORTO ADMINISTRAVIMO KURSUS YRĄ BAIGĘ KELI ŠIMTAI MŪSŲ ŠALIES SPORTO VADYBININKŲ. KAŠMET NORINČIŲJŲ PĀTOBULINTI ŽINIAS DAUGĖJA, O MOKYMŲ PROGRAMMA KEIČIASI ATSIŽVELGIANT Į PASAULINĖS TENDENCIJAS. APIE L TOK RENGIAMUS MOKYMUS PASAKOJĄ OLIMPINĖ ČEMPIONĖ, L TOK PREZIDENTĖ DAINA GUDZINEVIČIŪTĖ.



Elvio Žaladario nuotr.

Įpusėjo paskutiniai šiais metais L TOK organizuojami sporto vadybos kursai pažengusiems. Kaip vertinate šiemet vykusių mokymus?

Labai gerai. Kasmet organizuojame trejus sporto administravimo kursus – vadybininkams, treneriams ir pažengusiems specialistams. Mūsų tikslas – padėti sporto specialistams ugdyti kompetencijas, kurios leistų kvalifikuotai atlikti savo darbą ir taip prisidėti prie sporto plėtros Lietuvoje. Mes suteikiame įrankių, o dalyvių atsakomybė – efektyviai juos išnaudoti.

Džiaugiuosi, kad L TOK sporto vadybos mokymai Lietuvoje jau tapo kokybės standartu, o paraiškų ir gerų atsiliepimų kasmet sulaukiame vis daugiau. Taip pat džiaugiuosi, kad baigusieji mūsų mokymus grįžta pasidalyti patirtimi su kolegomis. Pavyzdžiui, didžiausios Lietuvoje krepšinio mokyklos įkūrėjas, prieš kelerius metus baigęs mūsų mokymus, šiemet su pažengusiais specialistais dalijosi savo patirtimi, kaip kurti stiprią sporto organizaciją.

Nors mokymai vyksta jau ne pirmus metus, kasmet stengiamės programą tobulinti. Šiemet per treneriams skirtus sporto administravimo kursus pasirinkome gilintis į konfliktų valdymą, emocinio intelekto ir psichologinę trenerio darbo pusę. Ir nesuklydome. Tai labai svarbūs įgūdžiai, kurių mažai kur mokoma.

Nors mokymų programos keičiasi, įvadas lieka tas pats – siekiama supažindinti su olimpinėmis žaidynėmis.

Mūsų, kaip nacionalinio olimpinio komiteto, tikslas – ne tik prisidėti prie sporto plėtros, bet ir plėtoti olimpizmą, olimpinės vertybes Lietuvoje. Olimpinės žaidynės – ne tik kiekvieno

sportininko, trenerio, sporto mediko, bet ir sporto vadybininko tikslas. Todėl jaučiame pareigą dalyvius supažindinti su paties svarbiausio sporto renginio specifika ir darbu.

Mokymus organizuojanti L TOK olimpinio sporto direktoriaus pavaduotoja Agnė Vanagienė yra viena Lietuvos olimpinės misijos vadovių, ji atsakinga už geriausių Lietuvos sportininkų gerovę olimpinėse žaidynėse. Vargu ar kas galėtų geriau papasakoti apie visą pasiruošimo procesą ir iššūkius, tenkančius sporto vadybininkams olimpinį žaidynių metu.

Šiemet vyko išskirtinis L TOK inicijuotas, su keturiais Europos nacionaliniais olimpiniais komitetais įgyvendintas projektas „New Miracle“. Tai jau ne pirmas moterų lyderystei skirtas projektas, kuriame dalyvavo L TOK. Kodėl organizacijai tai svarbu?

Kai 2012 m. buvau išrinkta L TOK prezidentė, buvau vos antroji olimpinio komiteto prezidentė Europoje. Šiuo metu Senajame žemyne esame šešios nacionalinių olimpinų komitetų vadovės. Mūsų padaugėjo, tačiau to vis dar negana. Todėl norisi pabrėžinti moteris, įkvėpti ir palaikyti siekti vyriausiųjų trenerių, generalinių sekretorių, direktorių, prezidentų postų.

Tai buvo unikali patirtis tiek mums, šio projekto iniciatoriams, tiek jo dalyvėms. Iki šiol Europos Sąjungos projektuose dalyvaudavome kaip partneriai, o „New Miracle“ organizavome patys. Šio projekto paraiška 2021 m. pateko tarp 315-os, laimėjusių Europos Sąjungos finansavimą jam įgyvendinti. Iš viso buvo pateiktos 1107 paraiškos.

Dirbome kartu su Latvijos, Italijos, Estijos ir Slovakijos nacionaliniais olimpiniais komitetais ir sukūrėme sporto vadybininkams skirtą nemokamą mokymų programą bei išskirtinę mentorystės platformą, kurioje dalyvės turėjo galimybę konsultuotis su patyrusiais kolegomis, stiprinti bendradarbiavimo įgūdžius. Iš viso projekte dalyvavo per šimtą sporto administratorių, vyko keturios nacionalinės ir trys tarptautinės sesijos, kurių dalyvės gilinosi į projektų ir pokyčių valdymą, vidinę ir išorinę komunikaciją, prekės ženklą kūrimą, gerą valdymą, lyderystę.

Įgyvendinti šį projektą nebuvo lengva, tačiau dalyvių atsiliepimai ir padėkos atpirko visus sunkumus. Finalinėje mokymų sesijoje Vilniuje dalyvės dirbo su Tarptautinį olimpinį komitetą konsultuojančia žinoma koučere Gabriela Muller. Džiaugiuosi, kad savo patirtimi dalijosi ir mano kolegė, Europos olimpinų komitetų asociacijos Lyčių lygybės komisijos pirmininkė, Britų olimpinės asociacijos viceprezidentė Annamarie Phelps.

Šis projektas dalyvėms suteikė ne tik žinių, bet ir galimybę sutikti bendraminčių, dalytis savo istorijomis, palaikyti vienai kitą. Džiaugiuosi, kad tokia iniciatyva gimė Lietuvoje.



International
Olympic
Committee

141st Session
15–17 October 2023



TOK sesijos Mumbajuje dalyviai

NAUJOVIŲ AIDAS GIRDIMAS IR LIETUVOJE

BEISBOLAS IR SOFTBOLAS, LAKROSAS, SKVOŠAS, KRIKETAS IR SULIETUVINTO PAVADINIMO DAR NĖ NETURINTIS „FLAG“ FUTBOLAS PRAVĖRĖ DURIS Į 2028 METŲ LOS ANDŽELO OLIMPINES ŽAIDYNES. KĄ TAI REIŠKIA LIETUVAI? KOKIA ŠIŲ SPORTO ŠAKŲ PADĖTIS LIETUVOJE? AR OLIMPINIŲ VILČIŲ SKAIČIUOKLĖJE JAS GALIME LAIKYTI DĖMENIMIS?

JULIUS BLIŪDŽIUS

S palyo 16 d. Tarptautinio olimpinio komiteto Generalinė asamblėja Mumbajuje (Indija) vykusioje sesijoje į 2028 m. Los Andželo olimpinių žaidynių programą įtraukė penkias naujas sporto šakas: kriketą, beisbolą ir moterims skirtą softbolą, lakrosą, skvošą ir amerikietiškojo futbolo atmainą „flag“ futbolą.

Beisbolui ir softbolui, lakrosui bei kriketui tai bus sugrįžimas į olimpinę programą, o bekontakto amerikietiškojo futbolo ir skvošo debiutus olimpinėse žaidynėse.

„Kiekvienų žaidynių organizacinis komitetas gali pasiūlyti į programą įtraukti tam tikras sporto šakas, kurios yra populiarios atitinkamame regione arba gali padėti pasiekti išsikeltus tikslus. Pavyzdžiui, Paryžiaus žaidynių organizacinis komitetas siekė, kad žaidynės būtų modernios, urbanistinės, patrauklios jaunai auditorijai, todėl į šių žaidynių programą pasiūlė įtraukti breiką, sportinį laipiojimą, riedlenčių ir banglenčių sportą.

Jau anksčiau paaiškėjo, kad pastarąsias tris matysime ir Los Andžele, tuo tarpu breikas liko tik Paryžiaus žaidynių programoje“, – sakė sesijoje dalyvavusi olimpinė čempionė, Lietuvos tautinio olimpinio komiteto prezidentė Daina Gudžinevičiūtė. Beje, LTOK vadovė – vienintelė TOK narė iš Baltijos šalių, o ja išrinkta buvo 2018 m. per Buenos Airėse vykusią sesiją.

TOK sesijoje taip pat patvirtinta, kad į Los Andželo žaidynių programą bus įtraukta sunkioji atletika ir šiuolaikinė penkiakovė, kurioje jėjimo rungtis netrukus bus pakeista ekstremaliu kliūčių ruožu. Sprendimas dėl bokso ateities lieka nepriimtas.

„Sunkioji atletika ir šiuolaikinė penkiakovė – Lietuvai svarbios sporto šakos, todėl džiaugiuosi, kad tarptautinėms federacijoms pavyko atsižvelgti į TOK rekomendacijas ir išsaugoti vietą olimpi-

nėje šeimoje“, – sakė D.Gudžinevičiūtė.

Pernai TOK jau patvirtino, kurios sporto šakos bus Los Andželo olimpinių žaidynių programoje: plaukimas, šaudymas iš lanko, lengvoji atletika, krepšinis, badmintonas, baidarių ir kanojų irklavimas, jojimas, fechtavimas, futbolas, golfas, gimnastika, rankinis, žolės riedulys, dziudo, irklavimas, septynetų regbis, buriavimas, šaudymas, riedlenčių sportas, sportinis laipiojimas, stalo tenisas, tekvondo, tenisas, triatlonas, tinklinis, imtynės.

Lietuviai tiesia du kelius

Beisbolas į olimpines žaidynes tiesia du skirtingus kelius. „Mūsų sporto sistema tokia – daugelyje Europos šalių taip yra, – kad tie žodžiai „olimpinė“ ar „neolimpinė“ lemia labai daug. Nulemia finansavimą, požiūrį į tave“, – tikina Lietuvos beisbolo federacijos (LBF) prezidentas Virmidas Neverauskas.

Išties, beisbolo atstovai tuos svyravimus bene geriausiai jaučia. Beisbolas olimpine sporto šaka buvo nuo 1992 iki 2008 m., vėliau išbrauktas ir į programą grąžintas per Tokijo olimpiadą. Paryžiuje beisbolo vėl nebus, bet sugrįš 2028-aisiais Los Andžele.

„Dvejus metus, kol nebuvo olimpinė sporto šaka, skirtumą, kai esi priverstas susimąžinti bet kokius vadybinius darbus, pajautėme labai stipriai. Užsiimti sporto šakos plėtra tapo labai sunku. Atlieki minimalius uždavinius ir tiek. Mums skirtumas tarp žodžių „olimpinė“ ir „neolimpinė“ yra milžiniškas“, – sako V.Neverauskas, pripažįstantis, kad Lietuvos beisbolas šiuo metu išgyvena nuosmukį.

Bet net ir tuomet, kai beisbolas būdavo olimpinių žaidynių programoje, ar linksniuodavome šios sporto šakos pavadinimą kalbėdami apie Lietuvos olimpines viltis? Vargu bau.



Asmeninio albumo nuotr.

Geriausias Lietuvos beisbolo žaidėjas D.Neverauskas

Turi gerą pavyzdį

Olimpinėse žaidynėse beisbolui, kurio komandas sudaro daug žaidėjų, skiriamos tik šešios vietos. Kaip sako V.Neverauskas, pretenduoti į vieną iš šešių vietų bet kuriam žaidimui būtų sunku, net ir krepšiniui.

„Žiauriai sunku, bet Izraelio pavyzdys rodo, kad tai realu“, – priduria V.Neverauskas.

2015 m. Europos čempionato B divizione Lietuva įveikė Izraelį, komandas dar kartą susitiko po ketverių metų kovoje dėl vienintelio kielialapio į A divizioną. Tuomet pranašesnis jau buvo Izraelis, kurio beisbolininkai nukeliavo į aukštesnį lygį A divizione ir užėmė ketvirtą vietą. Taip pat laimėjo Europos ir Afrikos zonos atrankos turnyrą, pateko į Tokijo olimpinės žaidynės ir ten liko penkti.

„Kodėl tokia Pelenės istorija negalėtų nutikti Lietuvai?“ – klausia V.Neverauskas. Gali, bet yra „bet“. Pasak V.Neverausko, iš esmės yra vienas kelias, kaip būti ir išlikti konkurencingiems tarptautinėje arenoje – natūralizacijos procesas. Stiprintis emigracijoje gimusiais ir augusiais lietuvių kilmės žaidėjais.

„Izraelio sėkmę taip pat nulėmė amerikiečių žaidėjai. Deja, mes šiuo metu irgi esame priversti stipriai dirbti šiuo klausimu. Kito kelio nėra“, – sako V.Neverauskas ir patikina, jog natūralizuotų beisbolininkų bumas toks didelis, kad neidamas tuo pačiu keliu tiesiog busi nekonkurencingas.

„Šių metų Europos čempionate nugalėjo Ispanijos rinktinė, kurioje iš 24 žaidėjų gal 18 buvo iš Lotynų Amerikos. Antroje vietoje – Didžioji Britanija, kur tikrų britų vos keli, visi kiti surinkti. Trečia – Olandija, kurios didžioji dalis žaidėjų yra iš buvusių kolonijų. Iš pirmojo ketverto tik Vokietija remiasi savo išugdytais žaidėjais. Kelios šalys tik be užsieniečių. Kroatiai – vien natūralizuoti, taip pat graikai, – vardija V.Neverauskas. – Man nepatinka tokia situacija, aš už tai, kad sportas būtų plėtojamas vietos žaidėjų pagrindu. Ar bent būtų kaip krepšinyje, kur tik vienas natūralizuotas žaidėjas gali žaisti. Gal keli, bet ne visa komanda.

Kas mums belieka daryti? Turime eiti tuo pačiu keliu, nes mūsų sporto sistema žiūri tik į rezultatą. Tapsime nekonkurencingi – nusirisime žemyn. Esame priversti daryti tą patį, todėl vyksta intensyvūs susirašinėjimai su išeivijos lietuviais, lietuvių kilmės

žaidėjais. Turime apie 20 lietuviškų pavardžių, žaidžiančių gana aukštu lygiu. Dauguma jų – JAV aukštųjų mokyklų žaidėjai.“

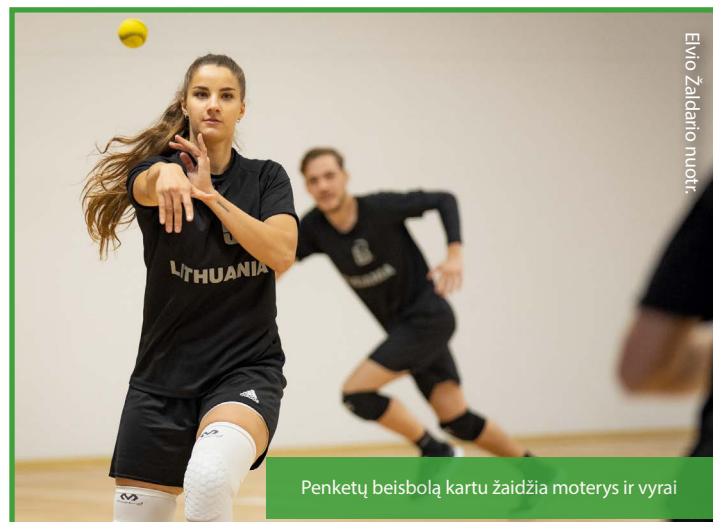
Kitas kelias – penketų beisbolas

Vis dėlto Lietuvos beisbolininkai į olimpinės žaidynės gali patekti ir kitu keliu. Dar nepramintu, todėl yra galimybė eiti priekyje. Tas kelias vadinasi penketų beisbolas, arba beisbolas-5.

Tai supaprastinta beisbolo versija, kur žaidžiant nenaudojamos lazdos – kamuoliukas mušamas tiesiog delnu. Dinamiškas, greitas, neišsitęsiantis ir lengvai pritaikomose aikštelėse žaidžiamas beisbolas. Komandas čia sudaro tik aštuoni žaidėjai (beisbolo – 24) ir privalomai – abiejų lyčių atstovai.

V.Neverausko tikinimu, esminis šios beisbolo atmainos pranašumas – lengviau pasiekti mases. Paprasčiau plėstis, pritraukti vaikų, kurie iš beisbolo-5 galėtų eiti ir į techniškai sudėtingesnį klasikinį beisbolą.

„Mušimas lazda, pičerio metimas yra tie elementai, kuriuos reikia atidirbti. Nesakau, kad penketų beisbole nereikalinga technika, bet tai elementaresnis žaidimas, kurį populiarinti mokyklose daug paprasčiau. Be to, tai žaidimas, kuris skatina lygybę ir kurį



Elvio Žaladario nuotr.

Penketų beisbolą kartu žaidžia moterys ir vyrai



ZFAF nuotr.

Lietuvos atstovai „flag“ futbolą išbandė turnyre Lenkijoje

gali žaisti visa klasė, neišsiskirsčiusi pagal lytis“, – pabrėžia pašnekovas.

Jokia paslaptis – ši beisbolo atmaina sumanyta tam, kad šis žaidimas olimpinių žaidynių kontekste būtų patrauklus ir išsikovotų nuolatinę vietą programoje. Mažiau žaidėjų komandose, lengvesnė geografinė plėtra, lyčių lygybės skatinimas – penketų beisbolas turi daug argumentų įtikti olimpinei bendruomenei.

Beisbolas-5 debiutuos 2026 m. Dakare vyksiančiose jaunimo olimpinėse žaidynėse, o tai sporto šakoms yra vienas tramplinių patekti į olimpinę programą. „Jei ten pasiteisins, realu, kad 2032-aisiais penketų beisbolas jau gali būti olimpinėse žaidynėse“, – sako V.Neverauskas.

Juk panašiai taip olimpinėse žaidynėse atsirado 3x3 krepšinis, tik beisbolas-5 iš žaidynių greičiausiai visam laikui išbrauktų beisbolą ir moterų žaidžiamą softbolą.

Beisbolo buvimas olimpinėje programoje išties kompliktuotas – ir dėl itin gausių komandų, ir dėl būtinų 4–5 dienų pertraukų tarp varžybų, reikalingų tam, kad startiniai metikai atsigauntų fiziškai, ir dėl trinties su didžiausius pinigų beisbole generuojančia MLB („Major League Baseball“) lyga.

„MLB niekada nestabdys sezono dėl olimpinių žaidynių, būtų per dideli nuostoliai, ir Tarptautiniam olimpiniam komitetui tai nepatinka“, – sako V.Neverauskas.

Penketų beisbolas visas minėtas problemas sprendžia, todėl, tikėtina, anksčiau ar vėliau perims didžiojo beisbolo vietą olimpinėse žaidynėse. Ir čia LBF nesnaudžia – į šios beisbolo atmainos plėtrą žiūri ypač rimtai.

Būtent lietuviai 2020 m. Vilniuje surengė pirmąjį penketų beisbolo Europos čempionatą. Užėmę antrą vietą pelnė kelialapį į pasaulio čempionatą, kuriame liko vienuolikti. Surengė lietuviai ir antrąsias penketų beisbolo žemyno pirmenybes – šį lapkritį Druskininkuose.

„Labai stipriai dirbame ties beisbolu-5. Norime būti kaip latviai trijų mėnesių krepšinyje. Dirbame su penkiolikmečiais, kurie pretenduoja į jaunimo olimpinės žaidynės. Šiame žaidime matome didelę perspektyvą, būtent jis padėtų plėtoti beisbolą visoje Lietuvoje, o ne techniškai sudėtingas klasikinis beisbolo formatai“, – paaiškina LBF prezidentas.

Ir priduria: jei taip nutiks, kad penketų beisbolas taps olimpine sporto šaka, – būsime pasiruošę.

„Nemažai stiprių beisbolo šalių, pavyzdžiui, Olandija, Italija, gana atsainiai žiūri į beisbolą-5. Panašiai kaip kažkada Lietuvos krepšinio federacija atsainiai žiūrėjo į 3x3 krepšinį. Sakė neįdomu, o dabar latviai atitrūkė. Mes šitos klaidos nenorime daryti. Galbūt mums net į naudą išeis, kad kiti į tai žiūri skeptiškai“, – atviras V.Neverauskas.

Tai, kad beisbolas-5 skirtas vaikams ir merginoms žaisti kartu, – irgi didelis plusas Lietuvai, nes pas mus softbolas ypač sunkiai skinasi kelią.

„Vieno amžiaus komandą surinkti mums yra reikalinga, softbolo plėtra labai problemiška. Todėl penketų beisbolas labai palengvina merginų įtraukimą į šį sportą“, – dėsto LBF vadovas.

Kol kas ankstoka

„Žinia nėra nesvarbi“, – sako Gaudrius Dzikaras, vienas Vilniaus „Iron Wolves“, pirmojo amerikietiškojo futbolo klubo Lietuvoje, gyvuojančio septynerius metus, įkūrėju, paklaustas apie „flag“ futbolo įtraukimą į olimpinių žaidynių programą. Bet kiek tai stumtelės sporto šaką pačioje Lietuvoje?

Pasak G.Dzikaro, didžiausios amerikietiškojo futbolo spragos Lietuvoje – infrastruktūros ir žmogiškųjų išteklių, reikalingų populiarinti šį sportą, trūkumas. Jei olimpinės sporto šakos statusas padės lopyti šias spragas, bus galima kalbėti ir apie rezultatų lūkesčius.

„Normalios infrastruktūros neturime, esamiems klubams gyvu-



„Junior Squash Elite“ nuotr.

Lietuvos skvošo viltis L.Kazemkaitis



Asociacija „Lietuva lakrosas“ stengiasi šiuo žaidimu sudominti kuo daugiau vaikų

ti reikia rasti nemažai finansų, bet rimtai tuo užsiimančių beveik nėra. O „flag“ futbolo plėtrai dar reiktų papildomų pinigų“, – sako G.Dzikaras, pripažįstantis, kad minčių kažką daryti su naująja amerikietiškojo futbolo atmaina būta ir iki didžiosios naujienos.

„Improvizuota rinktinė iš Kauno ir Vilniaus žaidėjų praėjusių metų pabaigoje dalyvavo turnyre Lenkijoje, bet iniciatyva tuo ir pasibaigė. Kvietimas į olimpinę šeimą yra dar vienas priminimas, kad reikia imti ir daryti. Vis dėlto viskas labiau norai, net nedrįstu sakyti, kad planai. Galima sakyti, kad dabar „flag“ futbolas Lietuvoje nėra vystomas“, – patikslina G.Dzikaras.

Ir net ne finansai didžiausia bėda. „Šiais laikais renginiams finansavimą galima rasti, manau, susidomėjimo irgi būtų. Bet labiausiai šiuo metu trūksta žmogiškųjų išteklių. Planuojame bendruomenėje pradėti pokalbius, kad norai virstų realiais planais. Yra minčių organizuoti turnyrus, bandyti pritraukti daugiau jaunimo. Bet kol kas tai tik norai, kuriuos nedrąsiai vadiname planais“, – pripažįsta pašnekovas.

Amerikietiškas futbolas 1932 m. buvo įtrauktas į parodomąją žaidynių programą, bet nuo tada olimpine sporto šaka nepripažįstamas. Masiškumas, geografinis paplitimas, fizinio kontakto sumažinimas bei skirtingų lyčių įsitraukimas į sporto šaką – bene svarbiausi kriterijai, kuriuos atitikti šiai sporto šakai nebūtų lengva. „Flag“ futbolas, kur besiginanti komanda, užuot parbloškusi varžovą ant žemės, turi nuimti vėliavėlę arba vėliavos diržą nuo kamuolį nešančio žaidėjo, olimpinei šeimai įtiko lengviau.

Bet ar visi bendruomenės nariai į šį „vėliavinį“ futbolą žiūri palankiai? „Pasiskirstę. Vieniems labai įdomu, kitiems visiškai neįdomu. Bet antrųjų nedaug. Tai nėra tokia pati sporto šaka. Pavyzdžiui, futbolas ir salės futbolas turi daug panašumų, bet daug kas ir kitaip, – paaiškina G.Dzikaras. – Vieniems įdomu ir jie nori žaisti, kiti neutralūs, tretis sako, kad tai netikras amerikietiškas futbolas, ir nenori tam skirti laiko.“

Pats G.Dzikaras puikiai supranta olimpinio statuso svarbą: „Neabejoju, kad atsidaro durys ir keičiasi daug dalykų, jei yra, kas tai realizuoja. Mano supratimu, priklausymas olimpinei šeimai perspektyvas stipriai gerina. Ir žinomumui didinti, ir naujiems žaidėjams ar finansams pritraukti šis statusas labai naudingas. Net ir heiteriai supranta, kad pačiam sportui tai milžiniškas postūmis.“

Tiesa, akivaizdu, kad „flag“ futbolo olimpinės perspektyvos nėra visiškai aiškios – Los Andžele jis bus, bet ar išliks vėliau? „Sunku dabar prognozuoti, ar išliks. Sporto pasaulyje veikia stiprus lobizmas, nuo to, manau, viskas ir priklausys“, – sako G.Dzikaras.

Pašnekovas pripažįsta, kad net ir savame regione mums reikėtų laiko, kol pavytume kitus: „Nėra visai tuščia, bet mūsų amerikietiškas futbolas atsilieka nuo Pietų ir Centrinės Europos. Vokiečiai turi gilią tradicijas, britai puoselėja universitetų tradicijas, lenkai

smarkiai pažengę. Tikrai nebūtume tarp favoritų, tokie nesame ir amerikietiškojo futbolo aikštėse.“

G.Dzikaro įsitikinimu, iki 2028-ųjų jėgų balansas dar gali gerokai kisti – net ir sportininkų kartos per tą laiką šiek tiek pasistums: „Mes turime žaidėjų, kurie gali žaisti gero lygio žaidimą. Opešnis organizacinis klausimas. Būtina tvarkyti infrastruktūrą, pritraukti organizatorių. Klausimas apie olimpinės perspektyvas mums kol kas per ankstyvas.“

Vienas talentas yra

Žinia, kad skvošas įtrauktas į olimpinę programą, pasak Edvino Saveikio, Lietuvos skvošo federacijos (LSF) prezidento, – nuostabi. Bet ką tai duos Lietuvai, kol kas ankssti prognozuoti. „Vienareikšmiškai, taip, visas skvošo pasaulis žinių sutiko entuziastingai. Siekėme tapti olimpine sporto šaka, galiausiai tai pavyko“, – džiaugiasi E.Saveikis.

Lietuvoje skvošą vadinti egzotiška sporto šaka jau neapsiverčia liežuvis. E.Saveikis pripažįsta, kad dauguma lietuvių žino, kaip vizualiai atrodo šis sportas. „Žino kaip žaidimą, kuriame reikia į sieną mušinėti kamuoliuką. Gana gerai žino, retai kas klausia, kas čia toks. Vis dėlto pati skvošo bendruomenė nėra labai didelė, tikimės, kad per artimiausią dešimtmetį gerokai padidės, – viliasi E.Saveikis. – Neturime gilių skvošo tradicijų. Šiuo metu tik trečia karta pradeda augti, tai naujas sportas Lietuvoje.“

Todėl artimiausi LSF tikslai susiję su infrastruktūros gerinimu, jaunimo pritraukimu ir žinomumo didinimu. Į olimpinis kelialapius taip iškart akiai nesidairoma.



Kriketą Lietuvoje daugiausia žaidžia studentai iš Azijos

„Šiuo metu didžiausia bėda – infrastruktūros trūkumas. Turime per mažai vietų, kur žmonės galėtų pažaisi. Salės visuomet užimtoms. Ateina susipažinti, patinka, bet po to negali treniruotis, nes laisvų laikų salėse tiesiog nėra. Grįžta žaisti krepšinių“, – šypsteli E.Saveikis.

Didžiausias aktyvumas Vilniuje ir Kaune, kur įrengta po penkis standartus atitinkančius skvošo aikštynus, tinkamus treniruotis ir rengtis turnyrams. Trys yra Klaipėdoje, po vieną Tauragėje ir Druskininkuose.

„Kitais metais, viliamės, atsiras dar bent dukart tiek, kiek yra dabar“, – sako E.Saveikis.

Treneriai nėra problema. Lietuvoje šiuo metu yra aštuoni licencijuoti treneriai, kurie gyvena tik iš skvošo treniruočių. Būtų kortų, būtų daugiau žaidžiančių – atsiras ir daugiau trenerių. Jau treči ar ketvirti metai, kai treniruotis pradeda nuo mažumės, nes iki tol skvošą paprastai atradavo vyresnio amžiaus žmonės.

„Tik dabar atėjo karta, kuri skvošą žaidžia nuo aštuonerių ar devynerių metų“, – teigia LSF vadovas, besiviliantis, kad olimpinės sporto šakos statusas šią tendenciją tik sustiprins, nes padės į skvošą pritraukti daugiau jaunimo.

Lietuvos skvošo žaidėjai dalyvauja tarptautiniuose turnyruose, ir čia ryškiausiai žiba Lukas Kazemekaitis, jau dalyvavęs pasaulio ir Europos jaunimo čempionatuose. Jį E.Saveikis įvardija kaip pagrindinę Lietuvos skvošo viltį, jau dabar galinčią konkurencingai varžytis tarptautinėje arenoje.

„Negalėčiau teigti, kad Lietuvos skvošo atstovo olimpinėse žaidynėse tikrai nebus, kol nežinome atrankos sąlygų, numatytos kartelės. Viskas priklausys nuo kriterijų – ar kiekviena šalis gaus šansą, ar reikės atitikti tam tikrus reikalavimus, norint dalyvauti atrankoje. Jei kartelė nebus aukšta, turėsime galimybę išsiųsti bent vieną žaidėją“, – sako E.Saveikis.

Būsiami olimpiečiai – mokyklose

Nacionalinė sporto agentūra (NSA) neturi jokios informacijos apie tai, ar lakrosas ir kriketas sistemingai kaip sporto šakos plėtojamos Lietuvoje. Kriketas Lietuvoje daugiausia žaidžiamas studentų iš Pakistano, Indijos ir kitų Pietų Azijos šalių, kuriose šis sportas ypač populiarus, bendruomenėse.

O lakrosas žaidžiamas mokyklose. Kad vaikai susipažintų su šiuo sportu, rūpinasi asociacija „Lietuva lakrosas“. „Mūsų bendruomenė maža, bet mes egzistuojame“, – sako asociacijos vadovas Ryanas Dutkus.

Oficialių lakroso varžybų, kurias R.Dutkus apibūdina taip – „su rezultatais, žiūrovais ir teisėjais“, Lietuvoje dar nėra buvę, o sporto šakos plėtra kol kas remiasi į siekį supažindinti lietuvius su šiuo sportu ir pirmiausia įtraukti vaikus. „Vedame pažintines pamokas mokyklose visoje Lietuvoje, organizuojame vidines varžybes tose mokyklose, kuriose lakrosas žaidžiamas“, – pasakoja R.Dutkus.

Paklaustas, ar žmonės Lietuvoje žino šį žaidimą, R.Dutkus suabejoja: „Labai maža tikimybė, kad kažkas būtų matęs šį sportą. Nebent amerikietiškuose filmuose ar daugiau po pasaulį keliaujantys lietuviai.“

Vis dėlto šio žaidimo pripažinimas olimpine sporto šaka Lietuvos lakroso bendruomenei – didžiulis įvykis. „Sunku išreikšti žodžiais tą neįtikėtiną džiaugsmą, kurį suteikė ši žinia. Tai buvo svajonė, o dabar – realybė. Dabar visam pasauliui galime parodyti, koks žaivas ir įtraukiantis yra šis sportas“, – neslepia emocijų pašnekovas.

R.Dutkaus tikinimu, lakrosas pasižymi tokiomis savybėmis, kurias lietuviai sporte vertina. „Šiaurės Amerikoje lakrosą vadiname greičiausiu žaidimu, žaidžiamu ant dviejų kojų. Kamuoliuko judėjimo greitis čia neįtikėtinas. Bet kartu lakrosas yra sporto šakų,

kurios lietuviams gerai pažįstamos, derinys. Įranga ir žaidimo agresyvumas – kaip ledo ritulio, aikštė ir erdvės pojūtis – kaip futbolo, o puolimo taktikos – kaip krepšinio“, – lygina šio žaidimo entuziastas.

Kaip dėl olimpinių vilčių? R.Dutkus šypsteli – būsiami Lietuvos lakroso olimpiečiai šiuo metu sėdi mokyklų suoluose: „Netgi labai įmanoma turėti komandą, galinčią žaisti tarptautiniu lygiu. Tai yra mūsų siekiamybė. Būsimieji lakroso olimpiečiai šiuo metu mokosi Lietuvos mokyklose. Mes tikime, kad po penkerių metų jau galėsime burti komandas, rinktines.“

SESIJA MUMBAJUJE

Be naujų sporto šakų įtraukimo į olimpinę programą, TOK sesijoje Mumbajuje svarstyta ir daugiau svarbių klausimų.

„Aptarėme pasiruošimą kitais metais vykšančioms Paryžiaus olimpinėms žaidynėms. Jis vyksta sklandžiai, galime pasidžiaugti, kad pirmą kartą istorijoje bus pasiektas visiškas lyčių balansas. Tai vienas strateginių TOK tikslų. Kalbant apie žiemos olimpinės žaidynes, nerimą kelia klimato kaita. Prognozuojama, kad 2040 metais žaidynes turės galimybę organizuoti vos dešimt valstybių“, – sakė LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė, kartu su dar 86 TOK nariais dalyvavusi sesijoje. Vos prasidėjus 141-ajai sesijai keletas TOK narių kreipėsi į kolegas ir organizacijos prezidentą Thomą Bachą, kviesdami svarstyti Olimpinės chartijos pakeitimus, kad T.Bachas galėtų TOK vadovauti trečią kadenciją. Šią galimybę pirmiausia turėtų svarstyti TOK vykdomasis komitetas, o balsuoti – Generalinė asamblėja.

T.Bachas buvo išrinktas 2013-aisiais aštuonerių metų kadencijai. Olimpinė chartija numato, kad prezidentas renkamas aštuonerių metų kadencijai su galimybe būti perrinktam dar vienai ketverių metų kadencijai.

Pirmąją sesijos dieną taip pat buvo pristatytas progresas, kurio pasiekta įgyvendinant TOK strategiją „Olimpinė darbotvarkė 2020+5“. 2020 m. Tokijo vasaros ir 2022 m. Pekino žiemos olimpinės žaidynės pripažintos kaip sulaukusios didžiausio įsitraukimo skaitmeninėse platformose. O kitais metais vyksiančios Paryžiaus vasaros olimpinės žaidynės bus pirmosios, suplanuotos ir įgyvendintos atsižvelgiant į strateginio TOK dokumento principus. Bus pasiektas visiškas lyčių balansas, o vadinamasis anglies dvideginio pėdsakas sumažintas iki minimumo.

Lyčių lygybės siekiama ir valdymo organuose. 40 proc. TOK narių yra moterys, TOK komisijose pasiektas lyčių balansas.

Kalbant apie pasiruošimą Paryžiaus žaidynėms, pabrėžta, kad jau įvyko trečdalis atrankos varžybų ir išdalyta 3350 olimpinių kelialapių iš 10 500.

Didelis dėmesys sesijos metu skirtas sportininkų gerovei. Planuojama, kad siekiant apsaugoti sportininkus nuo priekabiavimo viešojoje erdvėje bus pasitelktas dirbtinis intelektas. O visiems olimpinių žaidynių dalyviams ketverius metus pagal poreikį bus prieinama emocinė ir psichologinė pagalba.

Prieš prasidedant sesijai buvo surengtas TOK vykdomojo komiteto posėdis, kuriame suspenduotas Rusijos olimpinis komitetas (ROK). Toks sprendimas priimtas po to, kai ROK paskelbė į savo narius įtraukęs Donecko, Chersono, Luhansko ir Zaporozės regionų teritorinius padalinius. Taip ROK, pažeidęs Ukrainos nacionalinio olimpinio komiteto vientisumą, pažeidė ir Olimpinę chartiją.



S.Maldonio asmenukė su vaikais ir „LTeam“ talismanu Ažuolu

OLIMPINIS MĖNUO PAŽENKLINTAS REKORDAIS

VISĄ SPALĮ VYKO PRADINIŲ KLASIŲ MOKSLEIVIAMS SKIRTAS OLIMPINIO MĖNESIO PROJEKTAS, ŠIAIS METAIS ĮTRAUKĖS REKORDIŠKAI DAUG – PER 2800 – KLASIŲ IŠ VISŲ ŠALIES ŠAVIVALDYBIŲ.

Šio projekto tikslas – skatinti fizinio raštingumo ugdymą, padėti mokiniams atrasti sveiką gyvenimą ir fizinį aktyvumą kaip linksną ir naudingą veiklą, supažindinti su olimpinėmis vertybėmis bei principais – pagarba, draugyste, tobulėjimu.

Penktą spalį iš eilės vykusio projekto metu apie 55 tūkst. pradinukų buvo kviečiami mankštintis, bendrauti su olimpiečiais, gilinti savo žinias fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, kokybiško poilsio bei emocinės sveikatos temomis. LTOK olimpinio švietimo direktorius Kasparas Šileikis džiaugėsi, kad visi projekto tikslai buvo įgyvendinti.

„Su kuo bendravome, visos klasės į šį projektą buvo labai įsitraukusios. Atlikę apklausą pamatėme, kad projektas vertinamas labai gerai. Pagal pirmus duomenis, jo įvertinimas dešimtbalėje sistemoje siekia 9,6. Vadinasi, šis projektas laikomas vertingu ir turinčiu išliekamąją vertę“, – pabrėžė K.Šileikis.

Puikiai buvo įvertinti ir specialistai, kurie dalijosi savo patirtimi bei patarimais atitinkamomis temomis. Savo įžvalgas, rekomendacijas, įvairius pratimus pradinukams perdavė arba pademonstravo su sportininkais dirbantis kineziterapeutas Tomas Linksmuolis, biomedicinos mokslų daktaras, sveikos gyvenimo ir mitybos ekspertas Artūras Sujeta bei geštalto psichoterapijos praktikė ir specialioji pedagogė Milda Panaviėnė.

„Žinoma, smagiausia dalis buvo olimpiečių apsilankymas klasėse. Visi sportininkai mielai bendravo su moksleiviais svarbiomis temomis, o visose mokyklose jie buvo sutikti kaip herojai. Toks didelis susidomėjimas bei pradinukų emocijos mums suteikia papildomos motyvacijos ateityje į projektą įtraukti dar daugiau olimpiečių“, – džiaugėsi K.Šileikis.

Skirtingose mokyklose šį spalį apsilankė dziudo kovotoja Sandra Jablonskytė, irkluotoja Viktorija Senkutė, trišuolininkė Diana Zagainova ir baidarininkas Simonas Maldonis. Kartu su jais pas pra-



V.Senkutės viešnagė mokykloje

dinukus keliavo ir „LTeam“ talismanas Ažuolas, visus labai greitai įtraukęs savo nuotaikingomis mankštomis.

„Visos keturios Olimpino mėnesio temos puikiai pasiteisino. Didžiausio pasisekimo sulaukė fizinio aktyvumo savaitė, nes Ažuolo mankšta jau tradiciškai įtraukia labai daug moksleivių – tą rodo ir šios mankštos peržiūrų skaičius. Labai didelio susidomėjimo sulaukė kokybiško poilsio tema, kuri į Olimpinių mėnesį sugrįžo po keletrių metų pertraukos. Moksleiviams labai patiko T.Linksmuolio pratimai ir rekomendacijos. Daug kam buvo netikėta, kad fizinė veikla taip pat gali būti poilsio forma“, – pasakojo K.Šileikis.

Šio projekto dalyviai turėjo progą pajusti, kaip atrodo olimpiečio gyvenimas. Žinomas plaukikas Danas Rapšys atvėrė savo namų duris ir parodė, kaip atrodo jo įprasta diena. Griežtas režimas, atsidavimas sportui ir noras tobulėti daugeliui moksleivių suteikė didelį motyvacijos užtaisą. LTOK olimpinio švietimo direktorius džiaugėsi tokiu dideliu pradinukų susidomėjimu, todėl ateityje ketinama parodyti ir kitų žinomų sportininkų arba stipriausių šalies sporto komandų kasdienybę.



Elijaus Kniežausko nuotr.

S.Jablonskytės mankšta su moksleiviais



LTOK nuotr.

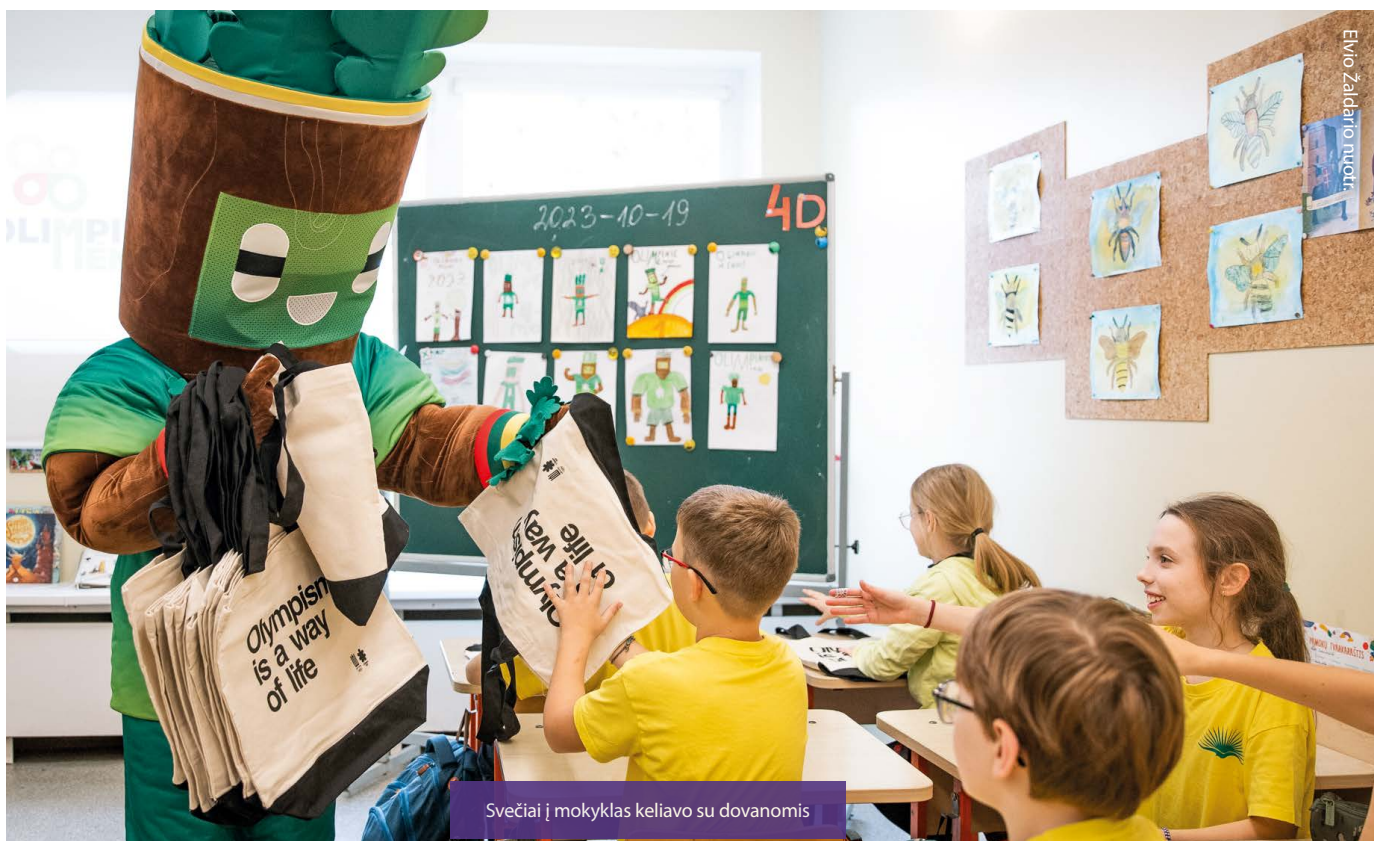
D.Zagainovos susitikimas su mokiniais

Projektą globoja pirmoji šalies ponija Diana Nausėdienė. Jis finišavo lapkričio 6-ąją Prezidentūroje rengiama burtų traukimo ceremonija, per kurią visos Olimpino mėnesio projekte dalyvavusios klasės galėjo laimėti organizatorių bei rėmėjų įsteigtų prizų. K.Šileikis atskleidė, kad buvo ir tokių prizų, kaip olimpiečių apsilankymas klasėse.

Neabejojama, kad šis projektas bus tęsiamas ateityje. Nors sėkmės receptas jau aiškus, projekto iniciatoriai ateityje žada dar daugiau įdomybių.

„Jau šiemet sulaukėme užklausų iš užsienio lietuvių mokyklų, bet jos nespėjo užsiregistruoti. Būtent tokių mokyklų įtraukimas galėtų būti vienas iš kitų metų tikslų. Taip pat norėtume dar labiau padidinti dalyvaujančių klasių skaičių ir pasiekti trijų tūkstančių ribą. Labai smagu girdėti apie šio projekto suteikiamą naudą, todėl visa tai norisi perduoti kuo daugiau žmonių“, – sakė K.Šileikis.

Projekto „Olimpinis mėnuo“ organizatoriai – Lietuvos tautinis olimpinis komitetas ir Švietimo, mokslo ir sporto ministerija.



Elvio Žaldario nuotr.

Svečiai į mokyklas keliavo su dovanomis



Paskutinėje projekto sesijoje Vilniuje mokymus vedė G.Muller

Evo Zalario nuotr.

MOTERIMS – NEJKAINOJAMOS LYDERYSTĖS PAMOKOS

2024-ŪJŲ PARYŽIAUS OLIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE DALYVIŲ PROPORCIJA PAGAL LYTĮ BŪS 50 IR 50 PROC., BET SPORTO ORGANIZACIJOSE AUKŠTUS POSTUS UŽIMANČIŲ MOTERŲ GREIČIAUSIAI DAR BUS GEROKAI MAŽIAU NEI VYRŲ. LIETUVOS TAUTINIS OLIMPINIS KOMITETAS STIPRIAUSIAI PADIRBĖJO, KAD ŠI STATISTIKA KEISTŪSI.

DALIA MUSTEIKYTĖ

Spalį finišavo LTOK iniciuotas ir koordinuotas projektas „New Miracle“, įkvėpęs šimtą sporto vadybininkų iš penkių valstybių toliau siekti karjeros šioje srityje, suteikęs vertingų žinių ir įrankių, kaip jas pritaikyti.

„Šis projektas – didžiausias ir sudėtingiausias, jis mūsų inicijuotas ir sukurtas. Ankstesnieji būdavo mažesni, turėdavo gerokai mažesnius biudžetus. Iki šiol mes dažnai būdavome projektų partneriais, dabar jau prie mūsų, lyderių, jungėsi kiti olimpiniai komitetai“, – sako LTOK olimpinio sporto direktoriaus pavaduotoja Agnė Vanagienė.

Prie „New Miracle“ prisidėjo Italijos, Latvijos, Estijos ir Slovakijos nacionaliniai olimpiniai komitetai. Akademiniu projekto partneriu tapo Romos universitetas *Foro Italico*. Pasiruošimo metu buvo sukurta sporto vadybininkams skirta nemokama mokymų programa ir išskirtinė mentorystės platforma, kurioje šimtas dalyvių turėjo galimybę konsultuotis su patyrusiais kolegomis, stiprinti bendradarbiavimo įgūdžius.

Per dvejus su puse metų, kiek truko šis projektas, vyko penkios nacionalinės ir trys tarptautinės sesijos, kurių metu dalyvės gili-

nosi į projektų ir pokyčių valdymą, vidinę ir išorinę komunikaciją, savo prekės ženklo kūrimą, gerą valdymą, lyderystę.

2021 m. „New Miracle“ pateko tarp 315-os projektų, laimėjusių Europos Sąjungos finansavimą jam įgyvendinti. Iš viso buvo pateiktos 1107 paraiškos.

Laiką ištesė pandemija

Lyčių lygybę kaip vieną savo veiklos kryptį LTOK pasirinko po 2012-ųjų, kai šalies olimpinio komiteto prezidentė buvo išrinkta Daina Gudžinevičiūtė. Tuomet ji tapo vos antrąja olimpinio komiteto vadove Europoje.

„Nusprendėme, kad patys inicijuosime tokį projektą, kuris suteiktų moterims daugiau kompetencijų, paskatintų jas ryžtis užimti svarbesnius ar vadovaujamus postus savo sporto organizacijose. Pirmaisiais metais, kai projektą parašėme, jis buvo Europos Komisijos atmetas, nes pirminė mūsų idėja buvo įtraukti 50 proc. moterų ir tiek pat vyrų. Iš vertintojų sulaukėme pastabų, kad iniciatyva turėtų būti orientuota tik į moteris. Kitais metais, 2021-aisiais, pataisėme paraišką ir buvome vienas

iš nedaugelio olimpinį komitetų, gavusių finansavimą“, – pasakoja A.Vanagienė.

L TOK projektui įgyvendinti buvo skirtas maksimalus finansavimas – 355 tūkst. eurų dvejiems metams. Bet prasidėjo pandemija, pasauliui sustojus, stipriai pasunkėjus bendravimui su partneriais terminą teko pailginti dar pusmečiu.

Teorija ir praktika

Romos universitetas *Foro Italico* sukūrė „New Miracle“ mokymų programą ir interneto platformos, kurioje dalyvės galėjo rasti įvairiausių pokalbių, trumpų filmukų ir kitokios medžiagos, turinį – be paskaitų, jos naudojosi ir dinamiškais, interaktyviais mokymo metodais.

„Universitetą, turintį labai stiprių šios srities lektorių, profesorių, sporto studijų kryptį, mums rekomendavo Italijos olimpinis komitetas. Man, kaip projekto koordinatorei, programa pasirodė išties įspūdinga ir vertinga, o ir patys italai ją renkasi dėstyti savo universitete“, – atkreipia dėmesį L TOK olimpinio sporto direktoriaus pavaduotoja.

Projekte dalyvavusių šalių olimpiniai komitetai rūpinosi nacionalinėmis dalyvių, atstovaujančių įvairioms sporto organizacijoms, klubams, federacijoms, atrankomis ir praktiniu mokymo turinio perdavimu.

L TOK į „New Miracle“ delegavo 22 sporto vadybininkes.

Kiekviena šalis turėjo surengti po penkias nacionalines sesijas, kiekvienos jų turinys visur buvo analogiškas. Olimpiniai komitetai pasirinkdavo lektorių tam turiniui išdėstyti – paskaitų ir praktinių seminarų pavidalu.

Pavyzdžiui, per vienus Vilniuje vykusius mokymus dalyvės gilinosi į projektų valdymą su patyrusiu verslo konsultantu Lauru Balaiša. Jos nagrinėjo ne tik teorinę temos pusę, bet ir gavo užduotį: dirbdamos grupėse sukūrė visą sporto klubo projektą – nuo organizacijos strategijos, planuojamos apyvartos iki vizualinio identiteto ir rinkodaros plano.



V. Mačianskienė ir A. Vanagienė

„Džiaugėmės, kad šio projekto dalyvės įgijo reikiamų žinių ir gebėjo šią užduotį kūrybiškai įveikti. Buvo labai įdomu klausyti šios užduoties pristatymų, koks būtų idealus jų sporto klubas“, – šypsosi A. Vanagienė.

Garsių lektorių pamokos

Vyko trys tarptautinės „New Miracle“ sesijos, į jas susirinkdavo tam tikras skaičius dalyvių, kurias deleguodavo kiekvienas olimpinis komitetas. Šių sesijų metu būdavo ne tik perduodamas mokymų turinys, bet ir plečiami ryšiai – vyko neformalus bendravimas, buvo keičiamasi patirtimi. Tarptautinėse sesijose dalyvaudavo po 6–7 dalyves iš kiekvienos šalies.

„Sukviesti visų negalėjome dėl per didelių išlaidų“, – paaiškina L TOK olimpinio sporto direktoriaus pavaduotoja ir viena šalies olimpinis misijų vadovių A. Vanagienė.

Galutinis projekto akordas – spalį vykusi tarptautinė sesija Vil-



Britų olimpinės asociacijos viceprezidentė A. Phelps

niuje, į kurią LTOK pasikvietė dvi ypatingas viešias: Britų olimpinės asociacijos viceprezidentę Annamarię Phelps ir žinomą koučerę iš Šveicarijos Gabrielę Muller. Ši lyderystės mokytoja dirba su tokiomis organizacijomis, kaip Tarptautinis olimpinis komitetas, Tarptautinė futbolo federacija (FIFA), Europos futbolo asociacijų sąjunga (UEFA) ir kt.

Pirmąją mokymų dieną, atlikdamos daug praktinių užduočių, projekto dalyvės gilinosi į komandinį darbą, komunikaciją, asmeninį tobulėjimą.

Antrą dieną buvo kalbama apie dirbtinio intelekto suteikiamas galimybes, kuriomis galėtų pasinaudoti sportas ir komunikacija. G.Muller papasakojo apie platformas, pajėgias padėti kasdieniame darbe. Daug dėmesio antroje mokymų dalyje buvo skiriama socialiniams tinklams ir jų svarbai kuriant asmeninį prekės ženklą.

Su G.Muller projekto dalyvės identifkavo savo lyderystės tipus, mokėsi tam tikrų gudrybių, kaip bendrauti su skirtingo vadovavimo tipo žmonėmis.

„Paryžiaus olimpinėse žaidynėse 50 proc. dalyvių bus moterys. Tam, kad galėtume tinkamai jas reprezentuoti ir priimti geriausius sprendimus, mums reikia stiprių moterų sporto organizacijose. Be to, žinoma, kad organizacijos, kuriose yra vyrų ir moterų sprendimų priėmėjų balansas, pasiekia geresnių rezultatų ir sulaukia didesnės sėkmės“, – sakė Britų olimpinės asociacijos viceprezidentė A.Phelps.

Ji taip pat pristatė, kokios Europos ir TOK strateginės kryptys, kokie galimi tam tikrų projektų finansavimo būdai, kuriais idėjų turinčios moterys galėtų pasinaudoti.

Galėjo tartis su mentorais

Auginti profesines kompetencijas ir įgyti motyvacijos kur kas paprasčiau turint padrašinantį įkvėpėją, daug pasiekusį kolegą, dėl to kiekviena „New Miracle“ dalyvė turėjo savo mentorių.

„Lietuvoje jų buvome išrinkę penkis. Tai LTOK tarptautinių ryšių direktorė Vaida Mačianskienė; generalinė Lietuvos regbio federacijos sekretorė Austėja Minkevičiūtė, kuri dalyvavo pirmame mūsų moterų lyderystės projekte būdama trenere, o vėliau ėmėsi atsakingų pareigų, taip pat tapo kelių Europos regbio sąjungos komisijų nare; Europos žolės riedulio federacijos sekretoriato vadovė, šiuo metu Briuselyje gyvenanti ir dirbanti Monika Ivanauskaitė, taip pat dalyvavusi ankstesniuose LTOK lyčių lygybės projektuose ir po jų nusprendusi siekti tarptautinės karjeros; Lietuvos fechtavimo federacijos prezidentas, verslininkas Vytautas Polujanskas, puikiai motyvuojantis moteris,



Nacionalinių mokymų sesija Vilniuje



Lektoriaus L.Balaišos paskaita

nesiremiantis lyčių stereotipais, visada pasisakantis už lygybę, federacijos generaline sekretore pasirinkęs moterį; Lietuvos sporto federacijų sąjungos projektų vadovas Tomas Petronis.

Kviesdami mentorius, norėjome išlaikyti vyrų ir moterų balansą, kad kiekvienas jų turėtų skirtingos profesinės patirties ir galėtų ja pasidalyti su projekto dalyvėmis. Kiekvienam mentoriumi jų teko po keturias ar penkias, kiekviena galėjo inicijuoti gyvus ar nuotolinius susitikimus, klausti patarimų, bendrauti“, – pasakoją A.Vanagienė.

Didinti moterų įsitraukimą

LTOK dalyvauti lyčių lygybę ir moterų lyderystę skatinančiuose projektuose pradėjo maždaug prieš dešimtmetį. Kodėl ši tema atrodo aktuali, kokios priežastys lemia, kad tarp sporto administratorių moterų vis dar mažuma?

„Galbūt lemia gilios tradicijos, kad ši sritis – vyriška? Padėtis keičiasi, jau ir Lietuvoje turime moterų, dirbančių organizacijų prezidentėmis, generalinėmis sekretorėmis. Tačiau TOK parodyti skaičiai patvirtino, kad komandų vadovių ir trenerių stygius vis dar didelis. Moterims visada sunkiau suderinti šeimą, motinystę ir šį darbą. Juk žinome, kiek treneriai turi įsitraukti į sportininkų rengimo procesą, kiek važinėti į stovyklas, būti toli nuo namų. Užtat tarp trenerių taip mažai moterų, palyginti su vyrais. TOK mus skatina šią temą plėtoti, dirbti toliau, nes moterų trenerių stygius yra visame pasaulyje“, – pripažįsta A.Vanagienė.

„Kai 2012-aisiais buvau išrinkta LTOK prezidente, buvau vos antroji tokį postą užimanti moteris prezidentė Europoje. Šiuo metu Senajame žemyne yra šešios nacionalinių olimpinių komitetų vadovės. Mūsų padaugėjo, bet to vis dar negana. Todėl norisi padrašinti moteris, įkvėpti ir palaikyti siekti vyriausiųjų trenerių, generalinių sekretorių, direktorių, prezidentų postų“, – per baigiamąją „New Miracle“ sesiją kalbėjo LTOK prezidentė D.Gudzinevičiūtė.

Moterys, išrinktos į Europos nacionalinių olimpinių komitetų vykdomuosius komitetus, šiuo metu sudaro 27 proc., TOK iškeltas tikslas – 30 proc.

„Didžiojamės projektu, kuris, tikiu, moterims suteikė ir labai vertingų žinių, ir pasitikėjimo, ir motyvacijos. Pradėjome nuo mažiukų projektų, skatinančių moterų įsitraukimą į sprendimų priėmimą sporto organizacijose, jų kvalifikacijos kėlimą, kol išaugome iki tokios iniciatyvos kaip „New Miracle“, – džiaugiasi A.Vanagienė.

Dirbti su ES finansuojamais projektais LTOK pradėjo nuo 2016-ųjų. „New Miracle“ – pats didžiausias ir pirmasis autorinis.



REKORDAI IR BRANGIOS OLIMPINĖS VILTYS

2023-IEJI IŠTIES ĮSIMINTINI LIETUVOS PAPLŪDIMIO TINKLINIUI, NES PER ŠIUOS METUS NETRŪKO DAUG SKAMBIŲ PERGALIŲ IR PIRMŲ KARTŲ. EUROPOS PAPLŪDIMIO TINKLINIO ČEMPIONATE LIETUVAI REKORDINĘ PENKTĄ VIETĄ UŽĖMĖ MONIKA PAULIKIENĖ IR AINĖ RAUPELYTĖ, KURIOS VĒLIAU TAPO ANTRĄJA ISTORIJOJE ŠALIES PORA, DALYVAVUSIA PLANETOS PIRMENYBĖSE.

Europos jaunimo iki 22 metų paplūdimio tinklinio čempionėmis tapo Danielė Kvedaraitė ir Ariana Rudkovskaja. Šioje amžiaus grupėje Lietuva čempionių iki šios vasaros dar nebuvo turėjusi. Europos čempionate debiutavo Patrikas Stankevičius ir Audrius Knašas, kurie sparčiai kyla pasaulio reitingo lentelėje ir atkakliai siekia olimpinės svajonės.

Lietuvos tinklinio federacijos prezidentas Darius Čerka džiaugiasi tokiais pasiekimais, tačiau atskleidžia ir skaudžią realybę – kovoti dėl patekimo į olimpinės žaidynes ar kitus svarbiausius čempionatus sportininkai turi savo rankomis ir savo lėšomis.

Lietuvos paplūdimio tinklininkai šiemet džiugino istoriniais rezultatais. Galima teigti, kad tai geriausi metai Lietuvos paplūdimio tinkliniui? – „Olimpinė panorama“ paklausė D.Čerkos.

Vertinant rezultatus – turbūt. Pasirodymai labai svarūs. Esame pasiekę daug gražių pergalių ir pačioje šio sporto pradžioje Lietuvoje – Monika Paulikienė ir Ieva Dumbauskaitė yra laimėjusios Europos 18-mečių bei pasaulio 19-mečių čempionatų aukso medalius ir tai davė rimtą impulsą paplūdimio tinklinio plėtrai Lietuvoje. Paplūdimio tinklinis pradėjo sparčiai populiarėti, bet tokių aukštų rezultatų dar nebuvo pasiekę.

M.Paulikienė ir A.Raupelytė kartu pradėjo žaisti tik pernai. Ar jums buvo netikėtas toks greitas jų tobulėjimas ir sėkmės?

gas žaidimas su stipriausiomis pasaulio komandomis?

Be abejonės, tikriausiai ne tik man, bet daugeliui buvo gana netikėta. Labiausiai turbūt nustebino Ainė, kuri per trumpą laiką sugebėjo tarptautiniu lygiu pakilti labai aukštai. Monika link to ejo nuosekliai ir nuolat buvo šiame kelyje – ji sukaupusi didelę patirtį, o Ainės situacija visai kita.

Nors ji taip pat ilgai ir nuosekliai kartu su treneriu dirbo ne vienus metus, tačiau treniruotis yra viena, o patekti tarp elitinių komandų ir mesti iššūkį joms Europos ir pasaulio čempionatuose – visai kas kita. Iš šono žvelgiant, sportininkės labai atitiko viena kitą. Paplūdimio tinklinis – komandinis žaidimas, o savo vaidmenį ir poziciją puikiai atitiko tiek viena, tiek kita. Bet kokiam komandiniame sporte labai svarbu pajusti komandos draugus, o tą daryti joms puikiai pavyksta. Manau, tokius rezultatus lėmė ir patirčių skirtumai, vienos į kitą požiūris. Šiuolaikiškai šnekant, sutapo *vaibas*. Svarbiausia, kad jis nesikeistų siekiant savo tikslų.

P.Stankevičius ir A.Knašas debiutavo Europos čempionate ir taip pat sparčiai kyla pasaulio reitinge. Kaip vertinate šio dueto žaidimą ir progresą?

Apskritai kalbant, mums labai sunku pateikti tiek merginų, tiek vaikų vertinimus. Reikia suprasti, kad ir vieni, ir kiti patys rūpi-

nasi savo sportiniu keliu.

Lietuvos sporto finansavimo modelis toks, kad kol nėra rezultatų, tol nėra ir finansavimo. Kol rezultatų nėra, pati Lietuvos tinklinio federacija neturi didelių galimybių padėti sportininkams.

Esame dėkingi TOK Olimpino solidarumo fondui, kuris padėjo moterų tinklinio komandoms. Iš savo pusės mes stengiamės pritraukti finansavimą komandoms per tarptautinius projektus ir fondus, ieškoti rėmėjų. Dėl to, kad pavyko sėkmingai parašyti projektą, vaikinai gali dirbti su treneriu, bet treneris tėra viso kelio dalis. Olimpinių reitingą reikia rinkti keliaujant po turnyrus visame pasaulyje, o tai kainuoja. Visos Lietuvos poros pačios rūpinasi savo biudžetais, kad būtų ten, kur yra dabar. Todėl esame dėkingi visiems rėmėjams, kurie prisideda prie sportininkų sėkmės ir padeda jiems siekti savo svajonių. Kai nėra galimybės suteikti sportininkams jiems būtino visaverčio pasiruošimo, kokį gauna visų kitų šalių sportininkai iš savo valstybės, nes jis siekiant aukščiausių rezultatų būtinas, kažką kritikuoti tiesiog neteisinga.

Galiu pajuokauti, kad Švietimo, mokslo ir sporto ministerija tikriausiai gali džiaugtis, jog tinklininkai sugeba pasiekti kažkokių rezultatų, valstybei beveik neįdedant lėšų.

Įvertinus visa tai, manau, kad Patrikas ir Audrius eina teisingu keliu. Tarp elito jie dar naujokai, todėl reikia laiko, bet matau, kad vyrukai turi didelių perspektyvų.

Abi šios poros renka taškus ir kovoja dėl vietos olimpinėse žaidynėse pagal reitingą. Kokias matote jų galimybes dalyvauti Paryžiaus olimpinėse žaidynėse?

Žinoma, tai įmanoma. Jeigu būtų neįmanoma, jie to nedarytų. Pačių tinklininkų tikslai gana aiškūs ir jie patys apie tai kalba. Tai labai svarbu. Jeigu nesvajosi ir netikėsi, tikrai nebūsi olimpinėse žaidynėse. Smagu, kad su komandų patirtimi ir rezultatais keičiasi aplinkos nuomonė. Anksčiau tai atrodė tik drąsi svajonė, o dabar abiejų komandų rezultatai ir žaidimas rodo, kad tai svajonė, bet labai reali. Svarbiausia, kad ši svajonė nėra vien federacijos – abi šios poros labai nori žaisti olimpinėse žaidynėse, jie mato save ten ir tas džiugina.

Kokių sąlygų reikia paplūdimio tinklininkams, kad jie galėtų tinkamai pasiruošti svarbiausiems turnyrams?

Galiu tik pasakyti, kaip ruošiasi konkurentai, kuriuos reikia nugalėti. Daugelis stipriausių pasaulio porų ne sezono arba šaltuoju metų laiku yra Ispanijai priklausančioje Tenerifėje arba kitose šalyse, kur oro sąlygos leidžia sportuoti lauke ant smėlio.



Alfredo Piladžio nuotr.

LTF prezidentas D.Čerka

Ir kas svarbiausia – tinklininkai ten nebūna vieni. Jie būna su treneriu, o dažniausiai ir ne su vienu. Jiems talkina fizinio rengimo treneriai, kineziterapeutai ar kiti specialistai. Jie nuolat prižiūrimi specialistų. Visi stovyklauti vyksta su visa komanda.

Galima įsivaizduoti, kiek į tai investuojama. Ne viena komanda specialistus vežasi ne tik į ilgalaikes stovyklas, bet ir į reitingui svarbius turnyrus, kurie, kaip minėjau, vyksta įvairiose pasaulio vietovėse. Nėgana to, vykstant į pasaulinius turnyrus, ypač tolimose šalyse, sportininkai ten taip pat stovyklauja ir dažniausiai atvyksta ne prieš pat varžybas, o pasilikdami laiko tinkamai prisitaikyti prie sąlygų ir pasiruošti. O mūsų sportininkai dažnai gali sau leisti nukeliauti tik viena ar pora dienų anksčiau ir dažniausiai vyksta vieni.

Čia kaip kare – tam, kad pėstininkas galėtų šaudyti fronte, užnugaryje dirba labai daug žmonių. Dėl to mūsų sportininkams, jeigu jie nori laimėti, reikia nugalėti visapusiškai aprūpintus duetus, tai yra įveikti ne tik elitinius sportininkus, bet ir visą elitinio pasiruošimo komandą.

Galima įsivaizduoti, kokių finansų reikia, kad galėtume kitų šalių komandoms bent šiek tiek prilygti pasiruošimu.



Stipriausios Lietuvos paplūdimio tinklinio poros A.Raupelytė ir M.Paulikienė bei A.Knašas ir P.Stankevičius siekia olimpinį kelialapių



„Volleyball World“ nuotr.

Dėl olimpinio kelialapio kovojama ir per CEV Tautų taurės turnyrą, kur rinktinės sudaro po keturis paplūdimio tinklininkus. Koks čia Lietuvos komandų lygis?

Kur matome galimybių, ten stengiamės kovoti. Neatmetame nė vieno varianto kovoje dėl olimpinio kelialapio. Kiekvieną šansą turime išnaudoti, o federacija stengiasi suburti stipriausias komandas. Turime nemažai paplūdimio tinklininkų, kurie nuolat dalyvauja tarptautiniuose turnyruose bei renka reitingo taškus. Gal ne visiems vienodai sekasi, bet sezono metu matome aktyviai po turnyrus važinėjančias bent tris moterų komandas ir dvi tris – vyrų.

Pirmus istorijoje Europos jaunimo iki 22 metų čempionato aukso medalius Lietuvai iškovoję D.Kvedaraitė ir A.Rudkovskaja, kurios kartu beveik nesitreniruoja. Ką tai rodo?

Liūdna, bet turimi resursai neleidžia sukurti sistemos, kuri veiktų ir ugdytų čempionus. Šių merginų triumfas čempionate buvo gana netikėtas tiek mums, tiek pačioms žaidėjoms. Mes puikiai žinome abiejų merginų galimybes, bet tolesnis kelias priklauso nuo jų pačių. Dėl to ir reikalinga sistema, kuri suteiktų sportininkams tam tikrų svertų išlikti toje rinkoje. Dabar išeina taip, kad kur valstybė investuoja, ten ir rezultatų pasiekiami. Juos rodo ten, kur valstybė investuoja tiek į masiškumą, tiek į aukštą sportinį meistriškumą.

Šias problemas atspindi kuklesni rezultatai 18–20 metų tinklininkų grupėse?

Mūsų apskritai netenkina jaunųjų tinklininkų rengimo situacija. Su tokia sistema, kokia yra dabar, labai sunku tikėtis sisteminio rezultato. Lietuvos tinklinio federacija (LTF) pajėgi išvežti aukščiausio lygio trenerius, bet veikianti valstybės sukurta sistema nėra suinteresuota, kad tokie specialistai treniruotų perspektyviausius ir gabiausius vaikus. Turiu omenyje sporto mokyklų darbo principus.

Sukurti sistemą esant tokiai situacijai praktiškai neįmanoma. Atsitiktinumų gali būti, bet jeigu nesikeis valstybės finansavimo modelis bei požiūris į sporto šakas, nematau didelių perspektyvų pakartoti šių metų D.Kvedaraitės ir A.Rudkovskajos laimėjimą. Žinoma, mes nenuleidžiame rankų – į Šiaulių sporto gimnaziją pavyko prisikviesti dirbti vieną geriausių paplūdimio tinklinio specialistų, jis ne tik padeda ugdyti tinklininkus, bet ir prisideda prie strateginių jaunosios kartos ugdymo planų kūrimo, pamainos auginimo. Tai ne vienu metų darbas.

LTF su tituluota žaidėja Indre Sorokaite šiemet pradėjo projektą, kuriuo siekiama suburti ir tobulinti trijų amžiaus grupių – 14-mečių, 16-mečių ir 18-mečių – salės tinklininkes. Kaip vertinate šį projektą ir jo tikslus?

Iniciatoriams labiausiai norėčiau palinkėti ištvermės. Man nuo-



I.Sorokaitės (su akiniais) stovykla Kaune

lat pabrėžiama, kad Lietuvoje nėra salės tinklinio rinktinė. Tai netiesa. Neformuojame suaugusiųjų rinktinė, bet kiekvienais metais jaunimo rinktinės dalyvauja Europos čempionatų atrankose. Net dvi merginų rinktinės netrukus dalyvaus skirtingų amžiaus grupių atrankose į 2024 m. Europos jaunimo salės tinklinio čempionatus. Stengiamės sportininkus siųsti į čempionatus pagal turimas galimybes.

Tenka pripažinti, kad ankstesni rezultatai mūsų visiškai nedžiugina. Mūsų nuomonę bei įžvalgas patvirtino prie I.Sorokaitės projekto prisidėjęs specialistas iš Italijos, jis po atrinktų sportininkų stovyklų pateikė matomus pagrindinius trūkumus ir pasirengimo spragas, kurias reikėtų šalinti, jei norime siekti tobulėjimo ir rezultatų. Todėl tikimės, kad šį projektą toliau bus galima vykdyti ir žvelgiant į ilgalaikę perspektyvą jis duos vaisių.

Siekiant patekti tarp Europos komandų, reikia milžiniško darbo, pastangų, daug treniruočių valandų ir noro bendradarbiauti. Tai yra bendras visos tinklinio sporto ekosistemos darbas. Viena iniciatyva nieko nepakeis – federacija neišmokys žaisti tinklinio, nes daugiausia vaikai ugdomi sporto mokyklose.

Ar mes ateityje turėsime suaugusiųjų rinktinę ir ar šis projektas toliau gyvuos, daugiausia priklauso nuo pačių sporto mokyklų, klubų ir trenerių darbo. Europos jaunimo salės tinklinio čempionatų atrankos, kuriose dalyvauja Lietuvos rinktinės, – tai tarsi egzaminas, kurio rezultatas parodo vaikų ugdymo kokybę.

Dar viena tinklinio rūšis – sniego – buvo pradėta populiarinti neslepianč ambicijų tapti olimpine sporto šaka, ir lietuviai čia spėjo pasiekti neblogų rezultatų. Dabar turnyrų beveik nebeliko, skambiu pranešimu – taip pat. Ar šis sportas praranda potencialą?

Plėtojant šią tinklinio kryptį viskas buvo statoma ant kortos, kad sniego tinklinis taps olimpine sporto šaka. Buvo daromi žingsniai, kad tai įvyktų, jie daromi iki šiol. Bet norint tapti olimpine sporto šaka, reikia atitikti daugybę reikalavimų. 2026-ųjų žiemos olimpinėse žaidynėse Italijoje planuojamas parodomasis sniego tinklinio turnyras. Ieškoma būdų, kaip šią kryptį populiarinti. Visiems aišku, kad be sniego nieko nebus, o sniegas labai priklauso nuo geografijos ir aukščio virš jūros lygio. Tiesą sakant, sniego tinklinio plėtra įmanoma tik ten, kur yra kalnai. Dabar tikrai nesiryžčiau spėti, ar sniego tinklinis galėtų tapti olimpinio sportu ir kada, tačiau pastangos dedamos.

2023 M. LIETUVOS PABLŪDIMIO TINKLININKŲ LAIMĖJIMAI

Europos jaunimo iki 22 metų paplūdimio tinklinio čempionatas Rumunijoje, Danielė Kvedaraitė ir Ariana Rudkovskaja – aukso medalis.

Europos universitetų paplūdimio tinklinio čempionatas Ispanijoje, Audrius Knašas ir Patrikas Stankevičius – aukso medalis.

Europos universitetų paplūdimio tinklinio čempionatas Ispanijoje, Gerda Grudžinskaitė ir Rugilė Grudžinskaitė – aukso medalis.

Europos paplūdimio tinklinio čempionatas Austrijoje, Monika Paulikienė ir Ainė Raupelytė – 5 vieta.

Pasaulio paplūdimio tinklinio čempionatas Meksikoje, Monika Paulikienė ir Ainė Raupelytė – 17 vieta.

Europos paplūdimio tinklinio čempionatas Austrijoje, Patrikas Stankevičius ir Audrius Knašas – 17 vieta.

Europos jaunimo iki 20 metų paplūdimio tinklinio čempionatas Latvijoje, Karolis Palubinskas ir Saulius Vilkelis – 7 vieta.



Pasaulio jaunimo čempionate bronzą iškovojo K.Gaučaitė (viduryje) – su treneriu A.Kaseliu ir komandos drauge G.Dilyte

Į OLIMPINĮ PARYŽIŲ BRAUSIS PER LANGĄ

ŠIS SEZONAS LIETUVOS IMTYNININKAMS BUVO PERMAININGAS. JAUNIMAS IŠKOVOJO MEDALIŲ EUROPOS IR PASAULIO ČEMPIONATUOSE. TAČIAU SUAUGUSIŲŲ GRAIKŲ-ROMĖNŲ, LAISVŲŲŲ BEI MOTERŲ IMTYNIŲ PASAULIO ČEMPIONATĖ SERBIJOJE NĖ VIENAM LIETUVIUI NEPAVYKO UŽKOPTI ANT GARBĖS PAKYLOS. NEPARSIVEŽĖ MŪSŲ ATLETAI IR KELIALAPIO Į 2024-ŲJŲ PARYŽIAUS OLIMPINES ŽAIDYNES.

BRONIUS ČEKANAUSKAS

Kai apie besibaigiantį 2023-ųjų sezoną kalbėjome su Lietuvos imtynių federacijos prezidentu Giedriumi Dambrausku, jis vylėsi, kad apdovanojimų kraitį jaunimo iki 23 metų pasaulio čempionate Albanijos sostinėje Tiranoje papildys talentingoji Kamilė Gaučaitė (76 kg). Ji pateisino viltis ir iškovojo bronzos medalį. Tai jau penktas įvairių amžiaus grupių pasaulio ir Europos čempionatų medalis Kamilės kolekcijoje.

Giedriau, kaip vertinate šių metų mūsų imtynininkų pasirodymus?

Jau esame įpratę Lietuvos sporto mėgėjus, kad mūsų imtynininkai kasmet iškovoja medalių pasaulio ir Europos čempionatuose. Nelikome be apdovanojimų ir šiemet: Europos jaunimo iki 23 metų vicečempione tapo Kamilė Gaučaitė, beje, antrus metus iš eilės. Analogiškame pasaulio U23 čempionate, kaip žinoma, Kamilė liko trečia. Europos 15-mečių čempionate bronzą pelnė Benediktas Bubelevičius, Europos jaunimo iki 20 metų pirmenybėse tokios pačios spalvos medalį pelnė Rokas Čepauskas. Pasiitinkus progai, visada stengiuosi priminti, kad pirmasis Benedikto treneris Gruzdžiuose buvo pačioje pandemijos pradžioje nuo koronaviruso staiga miręs puikus specialistas Valdas Jasotis.

Medalių ir šiemet yra. Deja, mums nepavyko nei medalių, nei olimpinį kelialapį iškovoti pasaulio suaugusiųjų čempionate. Nors į jį vykome kupini optimizmo. Tikrai tikėjomės bent vieno, o gal net dviejų apdovanojimų. Ir Belgrade atrodė, kad sunkiasvoriui (130 kg) Romui Fridrikui jau ranka pasiekiamas medalis, na, ir

Mindaugas Venckaitis atkakliai dėl jo kovojo. Abu jie liko penkti. Liūdniausia, kad ta penkta vieta negarantavo olimpinio kelialapio, nors kiekvienoje svorio kategorijoje juos pelnė penki sportininkai.

Tiesa, dar būtina priminti, kad sezono pradžioje sunkią traumą patyrė ir pusmečiui iš rikiuotės iškritęs mūsų rinktinės lyderis Mantas Knystautas. Po operacijos jis nespėjo atsigausti ir tinkamai pasirengti pasaulio čempionatui. Bet Serbijoje jį puikiai pavadavo R.Fridrikas.

Papasakokite apie tą mums labai nesėkmingai susiklosčiusią naująją.

Į Tokijo olimpinės žaidynes, kurios vyko 2021 metais, iš kiekvienos svorio kategorijos pateko po šešis pasaulio čempionate geriausiai pasirodžiusius atletus. Taigi ir du lietuviai pagal ankstesnį reglamentą jau būtų turėję garantuotas vietas Paryžiuje. Bet šiemet buvo sugalvotas papildomas barjeras. Visų pirma iš kiekvienos svorio kategorijos į žaidynes pateko po penkis imtynininkus. Taigi, nors pasaulio čempionate skiriamos dvi penktosios vietos, bet dėl olimpinio kelialapio jiems dar teko kovoti papildomai dėl, pavadinkime, superpenktosios vietos.

Romas kovėsi su Lingze Mengu iš Kinijos. Viskas tarsi klostėsi mūsų šaukiamai palankiai, bet imties pabaigoje sėkmė nusišypsojo kinui. M.Venckaitis olimpinį žaidynių kvalifikacinės dvikovos antrame kėlinuke neatlaikė Abubakaro Chašlachanovo atakos parterėje ir kol kas liko be olimpinio kelialapio.

Kodėl nepasisekė tituluotam pasaulio bei Europos čempionatų bronziniam prizininkui Kristupui Šleivai?

Jam nesėkmingai susiklostė pirmoji kova su 2022-ųjų pasaulio čempionato bronzos medalio laimėtoju kirgizu Amanturu Ismailovu, kuriam nusileido 0:10. Čia vėl galima sakyti, kad taškai neatspindi kovos atkaklumo. Pradžioje Kristupas neapsigynė parteryje, o tada puolė atakuoti, skubėjo lyginti rezultatą. Atliko veiksmą, bet teisėjai įžvelgė pražangą. Vėliau, manau, nepasiteisino skubotumas. Mes dar vylėmės, kad puikiai ant kilimo atrodęs kirgizas nukeliaus iki finalo ir atvers mūsų šaliui duris kovoti dėl bronzos. Bet, kaip sakoma, geriausia pasitikėti savimi. Kirgizas suklupo pusfinalyje.

Aš manau, kad K.Šleiva, kaip ir kiti graikų-romėnų imtynių rinktinės nariai, turi visas galimybes dar pakovoti dėl bilieto į Paryžių.

Du Lietuvai pasaulio čempionate atstovavę laisvųjų imtynių atletai vargu ar galėjo tikėtis aukštų vietų.

Greičiausiai buvo galima kalbėti apie tai, ar lietuviai iškovos bent vieną pergalę. Deja, nepavyko.

Bet su moterų imtynėmis jau buvo siejamos ir olimpinės viltys?

Jos vis dar bus siejamos ir kitų metų atrankos turnyruose. Danutė Domikaitytė bando prasibrauti jau į trečiąsias olimpines žaidynes. Nepavyksta. Šią žinomą mūsų imtynininkę europietės gerai pažįsta, žino, kad neretai jai pritrūksta kantrybės, per anksti pereina į puolimą ir pralaimi. Danutei parankesnės Azijos atstovės. Mūsų didžiausia moterų viltis Kamilė Gaučaitė dar labai jauna. Gal jai dar per anksti į Paryžių, bet, jeigu nieko nenukurs, ji tikrai bus 2028-ųjų Los Andželo olimpinėse žaidynėse.

Priminkite, kada ir kur kitąmet vyks olimpiniai atrankos turnyrai.

Pradėsiu iš toliau. Paryžiaus žaidynėse kiekvienoje svorio kategorijoje kovos po 16 atletų. Jau žinome, kad po penkis kelialapius išdalyta. Dar po šešias vietas visose svorio kategorijose atiteks kitų žemynų atstovams. Taigi europiečiai galės pretenduoti į penkis kelialapius ir tai su išlyga. Pirmasis Europos atrankos turnyras vyks balandžio 4–7 d. Baku. Norint būti Paryžiuje, reikės užimti 1–2 vietas. Paskutinis bus jau pasaulinis turnyras, jame dalyvaus visų žemynų atstovai ir vyks gegužės 9–12 d. Stambule. Ten olimpinės bus 1–3 vietos.

Dar viena bėda, kad į žaidynes nepateko labai daug pajėgių europiečių. Apskritai mažai Senojo žemyno atstovų jau turi olimpinius kelialapius. O tai reiškia, kad kitais metais kova atrankos turnyruose bus dar atkaklesnė.

Mes tikrai nenuleidome rankų. Aš imtynininkams pasakiau: nepatekome į Paryžiaus žaidynes lengvesniu keliu – pro duris, brau-

simės sunkesniu per langus.

Kas kitais metais kovos dėl olimpinų kelialapių?

Graikų-romėnų imtynėse turėsime visų olimpinų svorio kategorijų atstovus: kovos Justas Petravičius (60 kg), K.Šleiva (67 kg), Paulius Galkinas (77 kg), Martynas Nemsevičius (87 kg), Mindaugas Venckaitis arba Vilius Laurinaitis (abu 97 kg) ir M.Knystautas arba R.Fridrikas (abu 130 kg). Moterų imtynėse – Gabija Dilytė (50 kg), D.Domikaitytė (68 kg) ir K.Gaučaitė (76 kg).

Laisvosiose imtynėse – Domantas Pauliščenka (86 kg) ir Lukas Krasauskas (97 kg).

Matome, kad dvi sunkiausios graikų-romėnų imtynių svorio kategorijos sulauks atkaklios kovos ir vietiniame fronte.

Taip, turime po du pajėgius atletus. Visi jie gali kovoti dėl olimpinio kelialapio. Į atranką vyks tie, kurie lemiamu momentu jausis geriau, stipriau, na, ir laimės tarpusavio kovą. Du imtynininkai vienos kategorijos kovose, deja, negali dalyvauti, o pereiti į kitą kategoriją galimybių nėra.

Tikrai nėra blogai, kai yra du vieno svorio panašaus pajėgumo atletai. Tarpusavio konkurencija skatina juos sparčiau tobulėti, be to, lengviau pasikviesti į treniručių stovyklas pajėgių užsienio sportininkų, kurie prieš atvykdami jau žino, kad jų svorio kategorijoje bus tikrai pajėgių vietinių imtynininkų. Daug blogiau, kai kitose svorio kategorijose turime tik po vieną sportininką, galintį rungtyniauti tarptautinėse arenose.

Ar Mindaugas Venckaitis – garsiosios Venckaičių imtynininkų dinastijos atstovas?

O taip. Jis jauniausias šeimoje tarp šešių brolių ir keturių seserų. Be to, dar ir aukščiausias bei imasi gerokai sunkesnėje svorio kategorijoje nei vyresnieji. Priminsiu, kad Valdemaras Venckaitis (74 kg) 2007 m. Europos ir pasaulio čempionatuose iškovojė bronzos medalius, o Pekino olimpinėse žaidynėse 2008 m. liko keturioliktas. Edgaras Venckaitis pasaulio čempionato bronzos medaliumi pasidabino 2014-aisiais, 2012 m. Londono olimpinėse žaidynėse liko septintas, o 2016 m. Rio de Žaneire – vienuoliktas. Valdemaras dabar sėkmingai dirba treneriu.

Mindaugas, kuriam dar tik 22-eji, turi laiko ir talento ne tik pasi- vyti brolius iškovotų medalių skaičiumi, bet, manau, pajėgus juos ir pralenkti. Jis dar galėjo šiemet dalyvauti U23 pasaulio čempionate, bet buvo nutarta patausoti jaunąjį atletą ir leisti jam pailsėti po kovų Serbijoje.

Ar jūsų vadovaujama federacija jaučia Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos bei Nacionalinės sporto agentūros paramą?



Pasaulio čempionate iš lietuvių geriausiai pasirodė penktąsias vietas iškovoję R.Fridrikas ir M.Venckaitis

Atrodo, bendraudami suprantame vieni kitus. Ir į problemas valdininkai lyg bando gilintis. Tik pačių problemų sprendimo greitis ir kokybė mūsų dar kol kas tikrai netenkina. Mano galva, yra neįlogiška kviesti visas federacijas į bendrus susitikimus, juolab kad skirtingų federacijų yra visiškai skirtingos galimybės, ambicijos bei siekliai. Nevienodi ir tikslai, į kuriuos orientuota visa jų veikla. Po kiekvieno tokio susitikimo lieka klausimas, ar tie renginiai vyksta tik dėl paukščiuko, ar tikrai mes norime kažką pakeisti.

Taip, dabar jau išskirtos olimpinės ir neolimpinės sporto šakos, yra ir strateginių sporto šakų grupė. Bet kyla kitas klausimas, kurį man dažnai užduoda imtynių treneriai ir sportininkai. Kaip atsitiko, kad visur deklaruojant, jog sparčiai didėja finansavimas sportui ir ypač olimpinėms strateginėms sporto šakoms, Lietuvos imtynių federacijai jis kažkodėl šiemet net sumažėjo? Juk priklausome olimpinėms sporto šakų šeimai, esame strateginių sporto šakų grupėje. Na, ir rezultatai gana stabilūs ir neblogi, nes vien per pastarąjį olimpinį ciklą jau esame iškovoję du pasaulio suaugusiųjų čempionatų medalius.

Atsakymas slypi apraše, pagal kurį vertinami Lietuvos sporto federacijų rezultatai, o vėliau konvertuojami į pinigus. O tas aprašas nėra tobulas. Per pastarąjį vertinimą paaiškėjo, kad praktiškai ir neadministruojamas. Federacijos galėjo rezultatus vertinimui įvesti savo nuožiūra ir jokių pastabų (juolab pataisymų) beveik nebuvo. Retas pretencijas pateikdavo tik „konkuruojančios“ federacijos, kurios, deja, irgi neturėjo nei laiko, nei galimybių kruopščiai patikrinti vadinamųjų konkurentų. Ar tai yra normalu?

Yra ir daugiau skubiai taisytinų dalykų. Pavyzdžiui, U20 Europos čempionate bronzos medalį laimėjęs R.Čepauskas negauna stipendijos, nes kovojo neolimpinėje svorio kategorijoje. Kaip paaiškinti valdininkams, kad tokio amžiaus sportininkų svoriai keičiasi greitai. Žiūrėk, po poros mėnesių jis jau turės kovoti olimpinėje kategorijoje, o iš kur imti lėšų talentingo sportininko pasirėngimui?

Gera naujiena, kad su NSA vadovybe sutarta dėl reguliarių susitikimų. Gal net bus bandoma surinkti kartu visas strateginių sporto šakų federacijas.

Kaip su medicininiais aprūpinimu?

Sukamės kaip išmanome. Džiaugiamės, kad turime puikią masažuotoją Agnę Jonkutę, kuri su mūsų atletais vyksta į visus čempionatus. Talkina patyręs gydytojas Tomas Vorobjovas. Esant reikalui, pasitelkiame konkrečios srities specialistus. Turint tokias finansines galimybes nelengva sudominti patyrusius medikus.

Ko labiausiai trūksta: lėšų, trenerių ar jaunųjų sportininkų?

Pinigų sportui niekada nebus per daug. Trūksta trenerių, ypač jaunų. Pasižiūrėjau, kad per 20 metų imtynių trenerio specialy-

SVARBIAUSIOSE 2023 M. VARŽYBOSE IŠKOVOTI MEDALIAI

Auksas

Pasaulio kurčiųjų čempionatas – Mantas Kazimieras Sinkevičius (graikų-romėnų imtynės)

Sidabras

Europos jaunimo U23 čempionatas – Kamilė Gaučaitė

Bronza

Pasaulio jaunimo U23 čempionatas – Kamilė Gaučaitė

Europos jaunių U15 čempionatas – Benediktas Bubelevičius (graikų-romėnų imtynės)

Europos jaunimo U20 čempionatas – Rokas Čepauskas (graikų-romėnų imtynės)

bę aukštojoje mokykloje rinkosi apie 30 studentų. Iš jų dabar tik penki dirba treneriais. Kiti pasirinko saugos tarnybas, privačius klubus, tapo pavežėjais.

Reikėtų nuo pirmo kurso sudominti studentus trenerio darbu, neleisti jiems atitrūkti nuo pasirinktos sporto šakos. Jau po pirmųjų studijų metų vasaromis praktikas turėtų atlikti dirbdami drauge su patyrusiais treneriais, o labiausiai pažengusieji gautų savarankiškas užduotis. Būtų labai gerai, kad studentai ir toliau studijuodami galėtų tęsti trenerio darbą, nes ši praktinė veikla pakeistų daugumos jų požiūrį į teorinius užsiėmimus. Žinoma, už darbą turėtų būti atlyginama.

Galiu pasidžiaugti, kad mūsų sporto šakos geografija plečiasi. Jau pora metų veikia sekcijos Kupiškyje, Lazdijų rajone Kapčiamiestyje, pernai atsidarė ir Akmenės rajone Papilėje. Kartu su vyrais sėkmingai dirba jaunos trenerės Kornelija Zaicėvaitė Gargžduose, Greta Čeponytė Kupiškyje.

Kur dirbaujasi iniciatyvūs, mokantys vaikus sudominti treneriai, ten moksleivių imtynių sekcijose netrūksta.

Ar kviečiami į tarptautines varžybas teisėjai iš Lietuvos?

Ugdome savo teisėjus. Jau turime net šešis tarptautinės kategorijos teisėjus, du iš jų – Marius Baranauskas iš Panevėžio ir Vilius Adomaitis iš Šiaulių rajono – jau gali teisėjauti Europos ir pasaulio U17 čempionatuose.

Ir vietinėse varžybose teisėjaujantys arbitrai dalyvauja įvairiuose mokymuose mūsų šalyje bei užsienyje. Rengiame tarptautinius mokymus mūsų teisėjams ir Lietuvoje.

Kai „Olimpinei panoramai“ rengėme interviu prieš pustrėčių metų, pasakojote apie savo šeimą: su žmona Daiva auginate tris dukras Aistę, Viltę ir Eglutę bei sūnų Igną, kuris tada jau buvo vedęs ir turėjo dukrą Iglę. Gal yra įdomių šeimyninių naujienų?

Sūnus jau turi ir sūnų, o aš antrą anūką Itaną. Vyriausioji dukra Aistė Vilniaus universitete pradėjo studijuoti neurobiofiziką. Kitos dvi dukros dar moksleivės.

Kas dar naujo jūsų gyvenime?

Pernai, likus dienai iki 60-ojo gimtadienio, daviau šaulio priesaiką, esu baigęs bazinius šaulių kursus. Man tai svarbu, ypač esant dabartinei situacijai. Šiek tiek prisidedu ir prie Vadovybės apsaugos tarnybos rezervo įtraukimo į tarnybos veiklą.

Būtų labai šaunu, kad mūsų piliečiai tiek civiliniame gyvenime, tiek, neduok dieve, nenumatytoje ekstremalioje situacijoje atliktų tas funkcijas, kurias geriausiai išmano.

Dar norėčiau pasidžiaugti, kad šiemet pirmąkart Europos ir pasaulio geriausių suaugusių imtynininkų dvikovas buvo galima stebėti LRT portale.



Valdo Malinausko nuotr.

G.Dambrauskas (dešinėje) su imtynininkų treneriu V.Audicku

Einars Fogelis
President of the International Luge Federation (LAT)Darius Šaluga
President of Lithuanian Sports Federations Union

FORUMAS

Mindaugas Špokas
CEO at National Sports AgencyModeratorė Vaida Mačianskienė
Director of International Relations Department at NO

V.Mačianskienė vedė diskusiją apie sporto politinės galios svarbą

GVILDENO SVARBIAS TEMAS

LIETUVOS SPORTO UNIVERSITETAS (LSU) SPALIO 26 D. PAKVIETĖ Į PENKTAJĄ TARPTAUTINĮ SPORTO FORUMĄ, SKIRTĄ SPORTO AKTUALIJOMS IR INOVACIJOMS APTARTI. KAUNE VYKUSIAME RENGINYJE DALYVAVO IR LTOK ATSTOVĖS.

Sveikindama forumo dalyvius olimpinė čempionė, LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė sakė: „Džiaugiamės ne vienus metus besitęsiančiu bendradarbiavimu su LSU ir galėdami prisidėti prie šio forumo. Programoje matau ne vieną itin aktualią ir svarbią temą. Pavyzdžiui, lyčių lygybės sporte klausimas svarbus ne tik LTOK, bet ir man asmeniškai. Tuo tarpu sporto politikos tema šiuo metu – ypač aktuali, pasaulinė situacija parodė, kad mes, Baltijos šalys, turime labai mažai galios tarptautinėse sporto organizacijose. Todėl nekantrauju išgirsti pristatymą ir diskusiją apie sporto politinės galios indeksą.“

Sporto forumo tikslas – skleisti Europos ir pasaulio sporto mokslo naujoves, dalytis naujausiu tyrimų rezultatais su mokslininkais, doktorantais, studentais ir praktikais, atliekančiais tyrimus ir dirbančiais sporto srityje.

Diskusija apie sporto politinės galios svarbą sulaukė didelio susidomėjimo. Danijos nacionalinio olimpinio komiteto ir sporto konferencijos Viešųjų reikalų departamento direktorius Poulas Brobergas pristatė sporto politinės galios indeksą, parodantį tam tikros šalies įtaką tarptautinės sporto politikos atžvilgiu.

2021 m. duomenimis, aukščiausią sporto politinės galios indeksą Europoje turi Prancūzija (287 taškai), antroje vietoje Italija (266), trečioje – Didžioji Britanija (260).

Lietuva pagal politinės sporto galios indeksą surenka 18 taškų. Verta paminėti, kad 17 taškų mūsų šaliai skiriama už aukštą LTOK prezidentės D.Gudžinevičiūtės užimamas pareigas. Ji yra Tarptautinio olimpinio komiteto narė, Europos olimpinio komitetų asociacijos viceprezidentė, Pasaulinės nacionalinių olimpinio komitetų asociacijos Vykdomosios tarybos narė.

LTOK užsienio reikalų direktorės Vaidos Mačianskienės moderuotoje diskusijoje apie sporto politinės galios svarbą dalyvavo P.Brobergas, Tarptautinės rogučių ir skeleto federacijos prezidentas Einaras Fogelis, Nacionalinės sporto agentūros direktorius Mindaugas Špokas ir Lietuvos sporto federacijų sąjungos bei Lietuvos bokso federacijos prezidentas Darius Šaluga.

D.Šaluga pastebėjo, kad įgyti kolegų pasitikėjimą užtrunka ne vienus metus, todėl pretenduoti į tarptautinės federacijos vykdomąjį komitetą ar kitas aukštas pareigas lietuviams sunku: „Pirmąją kadenciją vadovaujant nacionalinei federacijai paprastai dar tik susipažįstama, kas vyksta tarptautinėje federacijoje. Antrosios kadencijos metu pradėdama po truputį į tai gilintis. Tik dirbdamas trečią kadenciją pajutau, kad galiu imtis iniciatyvos. Manau, tarptautinės politinės galios didinimas turėtų būti valstybės sporto strategijos dalis. Dabar to nėra. Lietuvos sporto įstatymas numato, kad sporto šakos federacija, siekianti gauti valstybės finansavimą, turi įtvirtinti vadovų rotaciją kas dvi kadencijas. Kitaip tariant, kas aštuonerius metus.“

Kaip minėjau, mažiausiai aštuonerių metų prireikia, kad taptume matomi ir girdimi tarptautinėse organizacijose, todėl turėdami ribotą kadencijų skaičių prarandame galimybę auginti tarptautinę politinę galią. Manau, apie šį indeksą turėtume kalbėti valstybės lygiu“, – sakė D.Šaluga.

Su šia pastaba sutiko ir NSA direktorius M.Špokas.

LTOK olimpinio sporto direktoriaus pavaduotoja Agnė Vanagienė vedė diskusiją apie lyčių lygybę sporte. Šia tema diskutavo EOK lyčių lygybės komisijos pirmininkė, Britų olimpinės asociacijos viceprezidentė Annamari Phelps, Lidso Beketo universiteto mokslų daktarė Annette Stride, Lietuvos irklavimo federacijos generalinis sekretorius Saulius Ritteris, Lietuvos motociklų sporto federacijos prezidentė Giedrė Leskauskienė ir sporto žurnalistė Dovilė Šedukytė.

Vienas opiausių diskusijoje kilusių klausimų – moterų trenerių trūkumas aukščiausio lygio sporte. Apie to priežastis savo pranešime pasakojo A.Stride.

A.Phelps pristatė TOK tikslus ir žingsnius, daromus siekiant lyčių lygybės. Ji taip pat atkreipė dėmesį, kad šiuo metu situacija sporto organizacijose visame pasaulyje gerėja, tačiau norimų rodiklių dar nepasiekė. Pavyzdžiui, moterų skaičius Europos nacionalinių olimpinio komitetų vykdomuosiuose komitetuose siekia 27 proc., nors TOK iškeltas tikslas – 30 proc.



J.Bernotas su Banga

TĖVYSTĖS IŠŠŪKIAI – SEZONO ĮKARŠTYJE

PROFESIONALŪS SPORTININKAI, SIEKDAMI SAVO TIKSLŲ, TURI ĮDĖTI DAUG DARBO – NESUSKAIČIUOJAMOS VALANDOS TRENIRUOČIŲ, STOVYKLOS, GRIEŽTAS GYVENIMO REŽIMAS. DĖL SAVO SVAJONIŲ TENKA DAUG KĄ AUKOTI – PRAMOGAS, ŠVENTES IR NET BRANGŲ LAIKĄ NE TIK SU DRAUGAIS, BĖT IR SU ŠEIMA. TAČIAU ŠEIMA VISADA PATI SVARBIAUSIA, JUOLAB KAI PASAULĮ IŠVYSTA NAUJA GYVYBĖ.

DOMINYKAS GENEVIČIUS

Baidarininkui Mindaugui Maldoniui ir buruiotojui Juozui Bernotui praėjusi vasara įsimins visam gyvenimui. Prieš pat svarbiausius sezono startus jie tapo tėvais. J.Bernotui tai buvo antroji atžala, o M.Maldoniui – pirmoji.

Šie Lietuvos olimpiečiai „Olimpinei panoramai“ papasakojo apie jausmą tapus tėvais ir papildomus iššūkius sezono įkarštyje.

Nepamirštami pojūčiai

Tokijo olimpinė žaidynių dalyvis, pasaulio ir Europos čempionatų prizinininkas M.Maldonis su žmona susilaukė pirmagimės – dukros Melisos. Baidarininkas prisipažįsta, kad iki dukros gimimo buvo nueitas ilgas kelias ir teko laukti ne vienus metus. Galiausiai šį akimirka atėjo.

„Dalyvavau gimdyje, todėl viskas buvo labai įdomu, tai nepamirštama nauja patirtis. Paties proceso metu buvo daug aspektų, kuriuos lyg ir žinojai, bet kol pats to nepatiri, tol nesupranti“, – pri-

simena M.Maldonis.

Trejų olimpinė žaidynių dalyvis J.Bernotas su žmona Gilija auginą trejų metų Viesulą, o vasarą šeimą papildė dukrytė Banga. Kadangi 2020 m. siautė pandemija, vaikų gimimo aplinkybės šiek tiek skyrėsi, bet jausmas toks pat neišdildomas ir šiltas.

„Emocijos gimus Bangai buvo labai panašios, nes vaikas yra toks pat brangus, ar tai būtų pirmas, ar antras. Sunku įsivaizduoti įspūdingesnį pojūtį. Labai džiaugiuosi savo šeima. Tiesa, kai gimė Viesulas, buvo pats pandemijos įkarštis, karantinas. Visi buvome izoliuoti. Su Banga viskas šiek tiek kitaip, nes jokių suvaržymų nebėra. Toks būtų didžiausias skirtumas“, – lygina J.Bernotas.

Įtemptas laikotarpis

M.Maldoniui šis sezonas buvo labai svarbus. Jis pasaulio čempionate siekė dviejų olimpinė kelialapių – su dvietai ir ketur-

vieta įgula. Dukra gimė likus pusantros savaitės iki planetos pirmenybių.

„Ištis buvo sudėtingas periodas, nes tuo metu vyko intensyvios treniruotės, o vaikas, savaime suprantama, nepridėjo papildomo poilsio – atsirado daug minčių apie vaiką, žmoną. Normalu, kad buvo daugiau streso. Esu labai dėkingas žmonai, kuri pirmąją savaitę su kūdikiu prisiėmė visą didžiausią krūvį, – sako M.Maldonis. – Su žmona turėjome tokį susitarimą, kad paskutinę savaitę prieš čempionatą aš galėsiu ramiai miegoti ir ilsėtis. Man to reikėjo, kad į pirmenybes išvykčiau geros fizinės būklės.“

M.Maldoniui išvykus į pasaulio čempionatą Vokietijoje, Duisburge, prižiūrėti naujagimę padėjo Melisos močiutė – M.Maldonio mama. Pats sportininkas sau ir šeimai pažadėjo – po pasaulio čempionato jis dvi savaites bus kartu su ja.

J.Bernoto situacija buvo dar ekstremalesnė. Į planetos burlenčių čempionatą jis išvyko jau kitą dieną po Bangos gimimo.

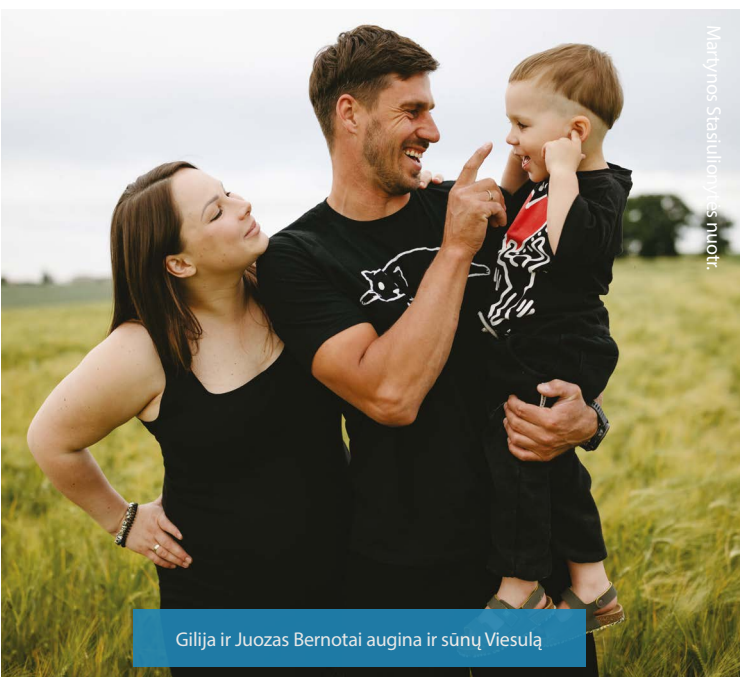
„Su Viesulu viskas buvo paprasčiau, nes per karantiną viskas buvo uždaryta, o varžybos atšauktos. Visa šeima buvome kartu namie. Su Banga buvo kur kas sudėtingiau. Varžybos vyksta, visur dalyvauti reikia. Dar reikia ir dirbti, išlaikyti mūsų su žmona jogos studiją. Vis dėlto tam buvome nusiteikę – kalendorius sudėliojamas iš anksto ir žinojome, kad po dukros gimimo iškart turėsiu išvykti. Taip ir įvyko – jau kitą dieną išskridau į planetos pirmenybes“, – pasakoja buriuotojas.

Gyvenimo pokyčiai

Šeimos pagausėjimas neabejotinai pakeičia tėvų gyvenimus. Atsiranda nauji išbandymai, naujos pamokos ir vertybės. M.Maldonis prisimena, kad pirmosios savaitės su dukra buvo ir nelengvos, ir labai įdomios.

„Mano gyvenimas įprastai nebūna sėslus, todėl buvo smagu leisti laiką namie ir rūpintis dukra. Pirmosios savaitės ištis kupinos įspūdžių ir išbandymų. Pavyzdžiui, naujagimiai labai daug verkia ir reikėjo prie to priprasti, nes tai natūralus vaiko būdas komunicuoti. Iš teorinės pusės viskas yra suprantama, bet realybėje nuo vaiko riksmo kartais net vibruoja ausų būgneliai, tad prie to reikėjo laiko apsiprasti“, – neslepia M.Maldonis.

Būnant šalia ką tik gimusio žmogučio galima iš arti stebėti, kaip vaikas auga ir keičiasi. M.Maldonio teigimu, kiekviena nauja savaitė suteikia naujų atradimų.



Martynas Štašilionis ir šeima nuotr.

Gilija ir Juozas Bernotai augina ir sūnų Viesulą



Asmeninio albumo nuotr.

Kristina ir Mindaugas Maldoniai su pirmagime Melisa

„Suprantu, kad tokiu periodu viskas yra nauja ir man, ir vaikui. Reikėjo gero mėnesio, kol apsipratome vienas su kitu. Dabar su žmona jau išmokome daug dalykų ir suprantame, ko nori vaikas, kaip jį nuraminti. Man įdomu stebėti patį vystymosi procesą. Diena po dienos didelio progreso nematai, bet kai atsuki, kas buvo prieš mėnesį, tada pamatai, kad dabar viskas gerokai paprasčiau ir lengviau“, – šypsosi baidarininkas.

Vis dėlto profesionalo karjera yra negailestinga ir įtempta. Po nedidelio atokvėpio bei pasibuvimo su šeima M.Maldoniui vėl tenka sėsti į baidarę, o J.Bernotui stoti ant burlentės. Net ir vandens sporto šakų atstovams, kurių sezonas įprastai vyksta šiltuoju metų laiku, žiemą nėra kada atsikvėpti – dažniausiai jau prasideda pasiruošimas naujam etapui.

„Žinoma, atsiradus vaikams tapo sunkiau išvykti į stovyklas. Pats skaudžiausias dalykas būdavo, kai Viesulas prašydavo mašinos neišvažiuoti arba greičiau sugrįžti, o man reikėdavo išvykti, dalyvauti varžybose. Du vaikus palikti – trigubai sunkiau negu vieną. Labai skaudu nematyti, kaip jie auga. Kiekvieną praleistą savaitę vaikai kažko išmoka, kažką padaro, todėl visada kažką praleidžiu. Tai tikrai nėra lengva“, – atsidūsta J.Bernotas.

Keliauti kartu – sudėtinga

M.Maldonis pirmomis naujojo sezono savaitėmis ir net mėnesiais dar turi galimybę leisti laiką Lietuvoje ir būti su šeima. Dabar jis stengiasi su žmona dalintis vaiko priežiūra ir suteikti vienas kitam šiek tiek laiko asmeninėms reikmėms. Vėliau viskas bus sudėtingiau, tačiau, M.Maldonio teigimu, prie kiekvienos gyvenimo situacijos prisiderinama.

„Dar iki vaiko gimimo turėjau planą visur su savimi vežtis šeimą, bet viskas kainuoja – bilietai, maistas, apgyvendinimas. Kai kuriose stovyklose įmanoma prasisukti pigiau, kai kur patys gaminamės valgyti ir pan. Kol kas matome, kad Melisa labiau naminukė, bet dar praėjo labai mažai laiko. Sunku įsivaizduoti, kaip reikėtų kažkur kartu skristi. Žiūrėsime, kaip ji keisis, kada sumažės valgymo dažnis, nes dabar ji dažnai tą daro. Kai visa gyvenimo logistika supaprastės, tada galbūt į stovyklas vyksime kartu. Geriausia atveju tai galėtų būti kitas pavasaris. Nesinori praleisti vaiko vaikystės ir atitrūkti nuo žmonos“, – sako M.Maldonis.

Jam antrina J.Bernotas. Pasak buriuotojo, reikia stengtis vertinti laiką ir jį kaip įmanoma kontroliuoti.



M.Maldonis olimpiečio duonos paragavo Tokijuje

„Gerai, kad šiais laikais susisiekti su šeima nėra sudėtinga iš bet kurios pasaulio vietos, bet vis tiek norisi būti kartu, kad vaikai augtų su tėvu. Suprantu, kad nuo realybės nepabėgsiu, todėl reikia laviruoti. Kai būnu namie, stengiuosi kuo daugiau laiko praleisti kartu su vaikais, o kai išvykstu, stengiuosi, kad kelionė truktų kuo trumpiau. Gyvenimas nesustoja, jis kaip tik prasideda, todėl judame pirmyn“, – motyvacijos nepraranda J.Bernotas.

Buriavimas dar gana nedėkingas sportas ir tuo, kad varžybose ar stovyklose sportininkams didžiąją laiko dalį tenka praleisti ant vandens. Dėl to išvykus su vaikais reikėtų papildomo žmogaus.

„Neturiu žmogaus, kuris galėtų būti su vaiku. Jeigu su savimi pasiimčiau Viesulą, tektų samdyti auklę. Banga bet kuriuo atveju dar turės kurį laiką būti su mama, o visi keturi išvykti negalime, nes Kaune turime jogos studiją ir visko taip paprastai palikti neišeina. Galų gale iš savo pajamų nelabai galėčiau kartu su savimi pasiimti vaikų“, – realybę atskleidžia J.Bernotas.

Nuo mažumės – aktyvūs

Sportininkų atžalos augdamos nuolat mato sportuojančius, aktyvius tėvus. Neretai tėvams vaikai suteikia papildomos motyvacijos, nes nori apdovanojimų parvežti ir skirti jiems.

M.Maldonis prisiminė neseną pavyzdį – vienas pažįstamas Portugalijos irkluotojas, kuriam nuolat vis nesisekdavo finaluose, šiemet pagaliau tapo planetos čempionu. Jis prisipažino, kad jam motyvacijos pliūpsnį pridėjo dukros gimimas.

„Ar aš pajutau papildomą motyvaciją gimus dukrai? Sunku pasakyti, nes ir šiaip man jos niekada netrūko. Turiu gal net daugiau negu reikia, nes kartais iš to atsidavimo per daug laiko atimdavau iš šeimos. Buvau toks motyvuotas sportuoti, kad kentėjo kiti dalykai. Šiuo atveju daugiau noro sportuoti atsirasti negalėjo, nes jis ir taip maksimalus“, – sako baidarininkas.

Sportininko teigimu, motyvacija pasikeitė šiek tiek į kitą pusę – discipliną.

„Dabar į treniruotę atvykstu padaryti darbą. Atlieku jį ir tada galiu leisti laiką su šeima. Tai tarsi disciplinos motyvacija. Į kiekvieną dalyką žiūriu rimčiau“, – prisipažįsta M.Maldonis.

Didžiausia baidarininko svajonė – tapti olimpinio čempionu. Tiek su keturviete, tiek su dviviete baidare. Jeigu ne Paryžiuje, tai bent Los Andžele. Pasak jo, kol nepasiekta viršūnė, tol visi komandos nariai yra labai alkani ir motyvuoti.

Panašiai apie motyvaciją kalba ir J.Bernotas, kuris didelę duklę atiduoda savo žmonai.

„Nepriklausomai nuo vaikų, visada turėjau norą ir tikslą laimėti. Žinoma, vaikai prideda motyvacijos, bet mano didžiausias variklis yra žmona, kuri visada man sako: „Važiuk, daryk, stenkis, laimėk.“ Tai didžiulis motyvacijos šaltinis, nes ji mane palaiko, kiek tik gali“, – pabrėžia burlentininkas.

Abu pašnekovai sutinka dėl dar vieno dalyko – kad ir kokį gyvenimo kelią pasirinktų jų vaikai, vienokia ar kitokia forma sportas bei sveikas gyvenimo būdas turėtų tapti neatsiejama dalimi.

„Manau, dukra judės nemažai. Sveikatingumas mūsų šeimoje yra įprastas dalykas. Žinant mano ir žmonos genetikas, suprantu, jog vaikas nebus ramus ir turės kažkuo užsiimti. Norėčiau, kad dukrai sporto vertybės būtų įdiegtos, ir tai – visiškai natūralu. Pasilepinti reikia visiems, bet svarbiausia judėti ir daryti tai, kas patinka“, – sako M.Maldonis.

J.Bernoto vaikų vardai be jokių potekscijų susieti su gamta. Nėra jokių abejonių, kad vaikams patiks grynas oras ir aktyvus gyvenimas.

„Labai tikiuosi, kad vaikai nesėdės namie. Jau dabar stengiamės su jais kuo daugiau laiko praleisti lauke, kažkur eiti, judėti, daryti. Viesulas neseniai išmoko važiuoti dviračiu, nors dar nebuvo nė trejų metų. Nežinau, ar jie norės sportuoti, nes teisę rinktis turės patys, tačiau labai noriu, kad jie būtų aktyvūs“, – viliasi J.Bernotas.



J.Bernotas tikisi patekti į ketvirtąsias karjeroje olimpines žaidynes



KLINIKOS ATIDARYME – BŪRYS OLIMPIEČIŲ

„VILNIUS OUTLET“ PREKYBOS CENTRE OFICIALIAI ATIDARYTA 18-OJI LIETUVOJE „AFFIDEA LIETUVA“ KLINIKA. ATIDARYMO PROGA RENGINIO SVEČIAMS IR LIETUVOS SPORTININKAMS BUVO SURENGTA EKSKURSIJA PO NAUJAS PATALPAS.

Olimpietės penkiakovininkė Ieva Serapinaitė ir trišuolininkė Diana Zagainova bei keliai lapus į 2024 m. Paryžiaus olimpinės žaidynes iškovojęs baidarininkų penketukas – Mindaugas ir Simonas Maldoniai, Ignas Navakauskas, Arturas Seja ir Andrejus Olijnikas – čia apsilankė ne be priežasties. Būtent šioje naujoje klinikoje veiks „LTeam LAB“ laboratorija, visiems sportuojantiems užtikrinsianti svarbiausius tyrimus.

„Sveikiname „Affidea Lietuva“ atidarius dar vieną kliniką Vilniuje. „LTeam“ – tai geriausi Lietuvos sportininkai, mūsų viltis, ateitis ir pasididžiavimas. Norime, kad visi būtų sveiki ir gautų geriausią aptarnavimą, tyrimus ir viską, kas jiems ypač svarbu, o tuo puikiai ir greitai pasirūpina mūsų ilgametis partneris „Affidea Lietuva“, – sakė Lietuvos tautinio olimpinio komiteto prezidentė, olimpinė čempionė Daina Gudžinevičiūtė.

Naujoje klinikoje Vilniuje bus teikiamos platesnės sporto medicinos, reabilitacijos, kineziterapijos ir masažo, magnetinio rezonanso ir laboratorinių tyrimų paslaugos.

„Affidea Lietuva“ direktoriaus Vitalijaus Orlovo teigimu, klinikos paslaugos skirtos ne tik profesionaliems sportininkams, bet ir visiems aktyviai gyvenantiems žmonėms.

„Atsižvelgėme į sportininkų ir aktyviai gyvenančių žmonių poreikius, todėl labai svarbu, kad visas procedūras galime atlikti po vienu stogu. Šiais laikais vieno gydymo arba vienos diagnostikos dažniausiai neužtenka. Iš kelių tyrimų surinkta įvairiapusė informacija leis kuo greičiau pritaikyti reikiamą gydymą, – sakė V.Orlovas. – Mūsų klinikai labai svarbu prisidėti prie olimpinio judėjimo, prie aktyvaus gyvenimo būdo skatinimo. Darbas su olimpiečiais mūsų darbuotojams suteikia labai įdomios patirties ir tai leidžia kartu pasiekti gerų rezultatų.“

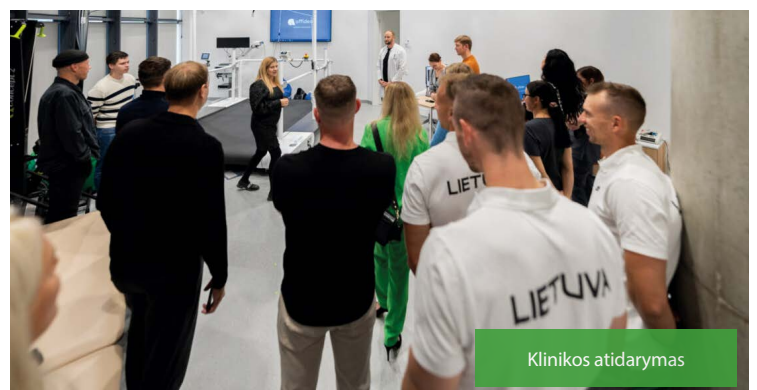
Daugkartinė Europos ir pasaulio šiuolaikinės penkiakovės čempionatų prizininkė Ieva Serapinaitė pabrėžė, kad sportininkams sveikata labai svarbi, nes be jos galvoti apie pergales neįmanoma.

„Siekiant tikslų mums sveikata yra labai svarbi. Jeigu jos nebus, negalėsime nei bėgti, nei plaukti, nei gerai jaustis. Svarbu turėti tokią įstaigą, į kurią būtų galima bet kada ateiti, išsitiirti traumas ar pasitikrinti prevenciškai. Sveikatą reikia stebėti ne tik tada, kai jautiesi blogai, nes savijauta ne visada atskleidžia patirtas traumas. Stebimi tyrimų duomenys leidžia tiksliau planuoti krūvius ir prisideda prie aukštų rezultatų“, – sakė 2016 m. Rio de Žaneiro olimpinis žaidynių dalyvė.

Lengvaatletė D.Zagainova žino, kad aukščiausio lygio sporte kiekviena smulkmena labai svarbi. Ypač kai sportininkų rezultatai skiriasi centimetrais ar milisekundėmis.

„Man svarbi kiekviena detalė, pradedant nuo kraujo tyrimų ir baigiant magnetiniu rezonansu. Tyrimai turi didelę įtaką mūsų rezultatams, nes mes dirbame ties savo kūno limitais. Surinkta duomenų bazė leidžia mums stebėti savo savijautą kas tris ar šešis mėnesius. Tai atsiliepia krūviams per treniruotes. Vienas dalykas yra pakelti didelį krūvį, o kitas – prisiziūrėti kūną, kad jis atlaikytų tą krūvį“, – aiškino olimpietė.

„LTeam LAB“ įkurta 2019 m. „Affidea Lietuva“ ir LTKO bendradarbiavimo pagrindu. Šioje laboratorijoje teikiamas paslaugas nuo šiol bus galima gauti tik naujoje klinikoje „Vilnius Outlet“ prekybos centre.





K.Česaitis ir R.Navardauskas

SVARBIAUSIA – NESUSTOTI

KVĖDARNOS MIESTELĮ, KURIAME NĖRA NĖ KETURIŲ TŪKSTANČIŲ GYVENTOJŲ, LABIAUSIAI GARSINA DVIRATININKAI, KURIUOS TRENIRUOJA KĘSTUTIS ČESAITIS. ŠILALĖS SPORTO MOKYKLOJĖ DVIRAČIŲ SPORTO TŖNERIU EKSPERTU DIRBANTIS SPECIALISTAS IŠUGDĖ DAUG PUIKIŲ PLENTO MEISTRŲ, KURIŲ ŽINOMIAUSI – LONDONO IR RIO DE ŽANEIRO OLIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ DALYVIS, 2015 M. PASAULIO ČEMPIONATO PRIZININKAS IR TŲ METŲ GERIAUSIAS LIETUVOS SPORTININKAS RAMŪNAS NAVARDAUSKAS BEI PASAULIO ČEMPIONATŲ DALYVĖ INGA ČILVINAITĖ.

MARYTĖ MARCINKEVIČIŪTĖ

Aukšto meistriskumo dviratininkais tapo ir Andrius bei Marius Zaleskiai, Milda Galdikaitė, Gabrielė Jankutė, Ernesta Strainytė, Milda Aužbikavičiūtė ir kiti. Visus juos sunku būtų suskaičiuoti.

Praėjusiais metais Lietuvos jaunių rinktinėje buvo net keturi K.Česaičio auklėtiniai. Tačiau treneris Kvėdarnos neskuba vadinti dviratininkų miestu.

„Neturime nė vieno dviračių takelio, bet turime plentų, kur automobilių srautai neprilygsta didmiesčiams. Mums atviros sporto ir treniruoklių salių durys, Šilalės plaukimo baseinas, bet neturime gero sportinio inventoriaus. Dviračiai yra mano amžiaus, visi skirtingi, nušiuę.“

Dabar pateikėme paraišką privačiai iniciatyvinei grupei „Minam 100“, kurios siela – Vita Vitkutė-Degutienė, tai gal truputį atsinaujinsime. Anksčiau man daug padėdavo žmona Ilona, kuri dirbo kūno kultūros mokytoja Kvėdarnos Kazimiero Jauniaus gimnazijoje. Bet dabar situacija pasikeitė: nuo praėjusių metų gimnazijoje nebedirbame abu. Žmona darbuojasi 34-erių sūnaus Kęstučio odontologijos klinikoje Šilalėje, o aš dviratininkus ugdu vienas.

Padeda visa šeima, kuri mane stipriai palaiko, o sūnus odontologas, pats jaunystėje mynęs dviratį, dar ir paremia.

Beje, dviračių sporto treniruotes anksčiau lankė visi trys mano vaikai: Kęstutis, Emilija, kuri dabar gyvena ir dirba Osle, bei Lukas, šiuo metu Kaune studijuojantis odontologiją.

Rasti talentingų vaikų nėra lengva, bet per dešimtmetį vieną kitą pavyksta. Kvėdarnoje, be dviračių sporto, veikia Šilalės sporto mokyklos mergaičių tinklinio ir berniukų futbolo grupės, yra nemaža konkurencija. Minėtų sporto šakų treneriai vaikus renka nuo mažesnio amžiaus ir, be abejo, patys sportiškiausi nueina į futbolą ar tinklinį. Tačiau ne visi vaikai tinka žaidimams, ne visiems jie patinka, todėl kiti renkasi dviračių sportą.

Gerai sutariame su tų sporto šakų kolegomis, yra pavykę iš tinklinio pakviesti keletą mergaičių, kurios labiau tiko individualiai sporto šakai“, – pasakoja 61-erių K.Česaitis.

Puikiais rezultatais dabar džiugina 21-erių Aivaras Mikutis, kuris šiemet per Europos jaunimo iki 23 metų čempionatą Nyderlanduose asmeninėse lenktynėse užėmė penktą vietą. Ar

Jis meistriškumu gali pavyti ir pralenkti R.Navardauską?

Aivaras – talentingas ir darbštus vaikinys, jo karjera tik prasideda. Šiandien jam geriau sekasi lenktyniauti asmeninėse varžybose. Džiaugiuosi, kad būdamas dar jaunių amžiaus 2020-aisiais Aivaras po Šilalėje vykusių Ramūno Navardausko taurės daugiadienių tarptautinių varžybų, kuriose užėmė trečią vietą, sulaukė siūlymo atstovauti Estijos „Ampler Development“ komandai ir joje tobulėjo porą metų.

Atsirasti tinkamu metu reikiamoje vietoje – didelė sėkmė. Viešniems estams komandą išlaikyti sunku, todėl jai paramą skyrė ir Lietuvos dviračių sporto federacijos prezidentas Darius Levickis. Kitais metais šiai komandai planuoja atstovauti keturi Lietuvos dviratininkai, iš kurių – du kvėdarniškiei: Jomantas Venckus ir Aivaras Mikučio brolis Kristupas. Mano auklėtiniai dar jauni, todėl apie Paryžiaus olimpinės žaidynės dar negalvojame.

Aivaras tobulėja Šveicarijos „Tudor Pro Cycling“ komandoje ir studijuoja Lietuvos sporto universiteto pirmame kurse. Koks dabar jūsų vaidmuo šio dviratininko karjeroje?

Italijoje visi keliai veda į Romą, o Lietuvoje sportininkai grįžta į gimtuosius namus. Kai tik Aivaras pargrįžta, atvyksta į treniruotes. Žinoma, tempai skiriasi, nors kartais važiuoja su vyriausiais mūsų sportininkais. Reikalui esant, remontuojame dviračius, tariamės. Telefonu bendraujame dažnai, kalbamės visais klausimais.

Grupėje treniruojasi ir Aivaras sesuo Augustė bei brolis Kristupas. Kokias viltis siejate su jais?

Kristupas stiprus ir labai motyvuotas. Pagrindinis jo tikslas – tapti aukšto meistriškumo dviratininku. To siekiame. Stengiamės parodyti rezultatus, kurie užtikrintų patekimą į aukštesnio lygio komandas.

O Augustė dar labai jauna, tačiau šiandien ji kartu su komandos drauge Auguste Audinyte – vienos geriausių Lietuvos jaunučių dviratininkių. Šiomet jos atstovavo Lietuvai Europos jaunimo olimpinėje festivalyje Slovėnijoje.

Nemažai jūsų auklėtinių dalyvavo Europos ir pasaulio čempionatuose, Europos jaunimo olimpinuose festivaliuose, jaunimo olimpinėse žaidynėse. Pasidalykite savo darbo patirtimi, kas yra svarbiausia?

Darbe svarbiausia – dirbti. Jei supranti savo darbą, jis tau mielas, tai ir rezultatų galima tikėtis. Visi dalykai svarbūs. Reikalauju iš sportininkų disciplinos, kad jie atliktų planuojamas užduotis. Visur turi būti balansas, tarp trenerio ir sportininko turi vyrauti pasitikėjimas.

Su savo auklėtiniais esu dalyvavęs šešiuose Europos jaunimo olimpinuose festivaliuose, jaunimo olimpinėse žaidynėse Nandzinge. Beveik kiekvienais metais Šilalės dviratininkai dalyvauja pasaulio ir Europos jaunių ir 23 metų čempionatuose. Ne išimtis ir 2023-iejai: trys dviratininkai bandė jėgas pasaulio čempionate, penki – Europos čempionate.

Ar garsi jūsų frazė, kad sportininkas turi labiau norėti pasiekti gerą rezultatą nei jo treneris, šiandien vis dar aktuali?

Taip, tai tobulėjimo variklis. Sportininkas be motyvacijos aukščiausių rezultatų nepasiekia.

Gimėte Kalvarijoje, mokėtės Kalvarijos maisto pramonės technikumė, dvejus metus tarnavote kariuomenėje, tačiau jūsų gyvenimą labiausiai pakeitė studijos Kūno kultūros institute, kurį baigėte labai gerais pažymiais. Ar būtent čia pajutote, kad dviračių sportas – jūsų pašaukimas?

Ne. Baigiau Pedagoginį fakultetą ir net negalvojau dirbti treneriu. Tik metus išdirbęs mokykloje buvau pakviestas dirbti treneriu. Pirmus dešimt metų kūrėu treniravimo sistemą, kurią ir dabar naudoju. Tačiau įgyvendinti sumanymus darosi sunkiau dėl išaugusių są-

naudų. Turint rimtą finansavimą rezultatas būtų apčiuopiamesnis.

Kvėdarnoje atsidūrėte savo žmonos Ilonos įkalbėtas, ji po vesuvių pasiūlė įsikurti tėviškėje. Ar nekyla noras ištrūkti į didesnią miestą, gal net užsienį?

Ne, nekyla. Jaučiu malonumą galėdamas darbo vietą pasiekti per dvi minutes, džiaugiuosi ramybe. Susumavus visas išvykas, užsienyje per metus būnu apie tris mėnesius. Pasiilgstu namų.

1998 m. su bendraminčiais įkūrėte Šilalės rajono dviračių sporto klubą „Kvėdarna“, garsios tapo jūsų organizuojamos tarptautinės dviratininkų lenktynės, kurios nuo 2016-ųjų gavo Ramūno Navardausko taurės vardą. Šiomet jos buvo surengtos jau 26-ą kartą. Kuo jos patrauklios plento meistrams?

Iš pradžių šešerius metus jose dalyvavo tik mūsų šalies jaunieji dviratininkai, po to varžybos išaugo į tarptautines lenktynes. Kai Lietuvoje dirbo daug dviračių sporto trenerių, kiekvienos varžybos buvo šventė ir dalyvaudavo daug sportininkų.

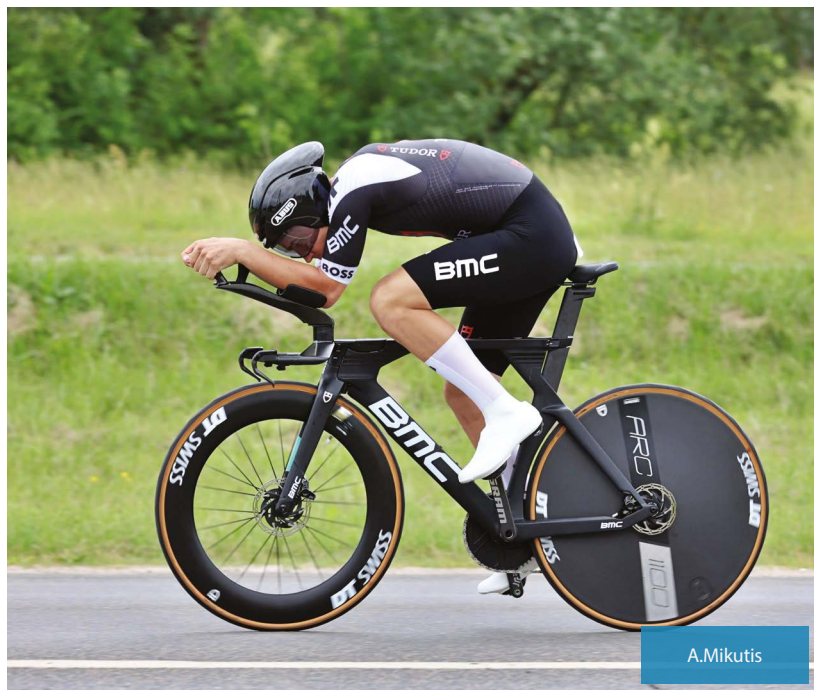
Dabar jaunuosius dviratininkus rengia tik apie 15 trenerių. Pastaraisiais metais per mūsų lenktynes didžiąją dalį dalyvių sudaro latviai ir estai. Šios varžybos išskirtinės tuo, kad nugalėtojai ir prizinininkai, be taurių ar medalių, gauna piniginius prizus. Sutelkiamė rėmėjus, klubo, miesto, Lietuvos dviračių sporto federacijos lėšas.

Su pertraukomis daugiau nei dešimtmetį buvote Lietuvos jaunių rinktinės vyriausiasis treneris, tačiau šiomet atsisakėte šitų pareigų. Kodėl?

Kol rinktinėje trys keturi mano auklėtiniai, dirbi, bet kai lieka vienas – per didelė prabanga su juo vienu vykti į varžybas ir be priežiūros palikti visus kitus auklėtinius. Juolab kad reikėjo ruošti mergaites ir vaikus pasaulio ir Europos čempionatams, Europos jaunimo olimpiniam festivaliui. Rezultatams ėmus kilti, reikėtų labai daug laiko praleisti varžybose ir stovyklose svetur, o rinktinės finansavimas mažas, nieko negali padaryti, todėl teko atsisveikinti.

Pernai sulaukėte 60-mečio. Kaip manote, ar jau pasiekėte savo karjeros viršūnę?

Laikas parodys, bet įprasta, kad vyresnio amžiaus treneriai dažnai parengia gerų sportininkų. Jeigu galėčiau teigti, kad jau pasiekiau savo karjeros viršūnę, privalėčiau sustoti ir užleisti vietą kitam. O sporte reikia nesustoti ir siekti vis daugiau. Tad palaukiam.



A.Mikutis



L.Karlonaitė

KUO SUNKESNI IŠŠŪKIAI – TUO GERIAU

KAI PRAEJUSĮ SEZONĄ OFICIALIAI TAPO SPORTININKE, GALINČIA RINKTI TARPTAUTINĖS SLIDINĖJIMO FEDERACIJOS (FIS) TAŠKUS, DRUSKININKIETĖ MOKSLEIVĖ LIEPA KARLONAITĖ NET PATI NESITIKĖJO TOKIO DEBIUTO: SLALOMO RUNGTYJE JOS TAŠKŲ VIDURKIS BUVO GERIAUSIAS PER VISĄ LIETUVOS KALNŲ SLIDINĖJIMO ISTORIJĄ. ŠĮ SEZONĄ ATKAKLI PAAUGLĖ KARTELĘ KELIA DAR AUKŠČIAU.

Tas „aukščiau“ ištis yra „mažiau“, nes mažesnis FIS taškų vidurkis reiškia, kad kalnų slidininkas yra pajėgesnis už daugiau taškų turinčius varžovus. Per debiutinį sezoną Liepa pernai surinko 75,48 taško, o šiemet per pirmąsias sezono varžybas – dar mažiau (65,07).

Tos varžybos spalio pradžioje pamėgoje Druskininkų „Snow“ arenoje buvo dar vienas 17-metės L.Karlonaitės talento paliudijimas. Gabi kalnų slidininkė gerokai aplenkė varžoves net iš kalnus turinčių ir juose treniruotis galinčių šalių – Slovėnijos, Slovakijos, Čekijos. Ketverios varžybos (po dvi suaugusiųjų ir jaunimo kategorijoje) – keturios pergalės.

„Varžovės sakė, kad manęs buvo neįmanoma pavyti – joms buvau per stipri. Tačiau prieš varžybas nežinojau, kaip man seksis, nes dalyvavo ir pagrindinės mano konkurentės, kurias anksčiau ne visada aplenkdavau. Sąrašė buvo ir geresnį taškų vidurkį turinčių sportininkų, be to, atvyko naujų merginų, dar neturinčių FIS taškų, nežinojau jų lygio. Dėl to, žinoma, šiek tiek jaudinausi, bet svarbiausia buvo įveikti trasą be klaidų ir man pavyko“, – įspūdingu pasirodymu džiaugėsi L.Karlonaitė.

60 taškų – mažiausia riba, kurią galima pasiekti „Snow“ arenoje. Liepos taškų vidurkis – šiek tiek didesnis, bet taškai priklauso ne tik nuo jos pačios pasirodymo, bet ir nuo varžovių lygio.

„Liepa per visas ketverias varžybas priešininkes aplenkė mažiausiai dviem sekundėmis. Tai ištis neįtikėtina“, – stebėjosi viena L.Karlonaitės trenerių Anžela Aleksandravičienė, išskirtinio talento druskininkietė su vyru Vytautu „Alpių aido“ klube treniruojanti jau trečius metus.

Tikisi gauti kvietimą

Tačiau Liepa nei nori, nei moka sustoti.

„Kalnų slidinėjimas turėjo didelės reikšmės ir mano charakterio savybėms. Tapau užsispyrusi kovotoja, kuri niekada nepasiduoda“, – patikina mergina, iki jaunimo žiemos olimpiinių žaidynių, kurios kitų metų pradžioje vyks Pietų Korėjoje, per Baltijos taurės varžybas svajojanti dar pagerinti savo FIS taškus.

Į jaunimo olimpinės žaidynės L.Karlonaitė kol kas neturi kvietimo, po vieną bus skirta dviem pajėgiausiems Lietuvos kalnų slidininkams – merginai ir vaikinui. Tačiau įspūdingus rezultatus rodanti ir talentu stebinanti druskininkietė, šiemet bandžiusi jėgas Europos jaunimo olimpiniam festivalyje Italijoje, yra realiausia kandidatė vykti į Pietų Korėją.

„Pagrindinė mano rungtis yra slalomas, nes jai galiu treniruotis Druskininkuose, o slalomui milžinui jau privalau rengtis kalnuose, į kurias ne visada yra galimybė išvykti“, – paaiškina mergina, dar nepradėjusi rinkti ir šios rungties FIS taškų.



L.Karlonaitė sezoną pradėjo keturiomis pergalėmis

Padeda įgimtos savybės

Irina ir Edgaras Karlonai dukterį Liepą į „Snow“ areną vaikystėje nuvedė norėdami, kad mergaitė išmokyti slidinėti, nes patys mėgo atostogauti kalnuose su slidėmis ar snieglente.

„Liepa yra greita, staigi, fiziškai tvirta ir koordinuota. Kiti vaikai nuolat turi lavinti šias savybes, o Liepai jos įgimtos“, – pabrėžia A.Aleksandravičienė.

Kaip ir sutuoktiniai Aleksandravičiai, taip ir anksčiau L.Karlonaitė treniravę Artūras Bikulčius, Nikolajus Arcybyševas, Jurijus Švecovas stebėjosi talentingos druskininkietės gebėjimais.

„Visi man sakydavo, kad esu tarsi gimusi kalnų slidinėjimui dėl savo greitumo, lankstumo, gebėjimo staigiai reaguoti į situaciją, užsispyrimo. Atrodytu, galiu išsisukti iš bet kokios padėties – būna, kad, rodosi, jau krentu, bet vis tiek išsilaikau ant slidžių ir toliau šliuožiu“, – šypteli L.Karlonaitė.

Ne tik klauso, bet ir girdi

Irina ir Edgaras Karlonai dabar jau retai su vyresniąja dukterimi – šeimoje auga ir ketveriais metais jaunesnė Banga – vyksta slidinėti į kalnus, nes šliuožti įprastomis trasomis Liepai neįdomu. Tačiau tėvai – aistringiausi sirgaliai ir palaikytojai, nuolat daug investuojantys į dukters aistrą.

„Liepa – labai sportiška ir ambicinga, o tai turi reikšmės siekiant rezultatų, nes ji visada nori būti pirma ir kovoja iki pabaigos. Visi treneriai pabrėždavo, kad ir per treniruotes Liepa visiškai atsidavusi tam, ką daro, – ne tik klauso, bet ir girdi, kas jai sakoma, įdeda maksimaliai pastangų, kad užduotis atliktų kuo geriau“, – sako Liepos mama I.Smolej-Karlonienė.

Viską daryti maksimaliai gerai – Liepai savaime suprantama. Kalnų slidinėjimas jai nėra darbas. Greičiau pomėgis, kuriam skiria ne tik privalomas valandas, bet ir laisvalaikį. Tai ne vien treniruotės su slidėmis ar treniruoklių salėje, bet ir, pavyzdžiui, varžybos per televiziją, rezultatų analizė ar paprasčiausias pasibuvimas su bendraminčiais iš to paties „Alpių aido“ kalnų slidinėjimo klubo.

Turi atsarginį planą

Greta kalnų slidinėjimo L.Karlonaitės gyvenime yra matematika. Tikslumo reikalaujantis mokslas – kita Liepos aistra, kuriai Druskininkų „Ryto“ gimnazijos vienuoliktokė irgi visiškai atsiduoda, o

sprendama sudėtingus uždavinius nenukirtinėja kampu.

„Man patinka kelti sau iššūkius. Matematikoje, kaip ir kalnų slidinėjime, pagaunu azartą būtinai išspręsti užduotį, kuri atrodo neįveikiama. Bet kai pasiseka tą padaryti, apima nenusakomas malonumas“, – prisipažįsta L.Karlonaitė.

Tiksluoke save vadinanti kalnų slidininkė jau žino, kad baigusi mokyklą universitete studijuos būtent matematiką. Bet šypsodamasi priduria, kad dar nežino, matematika ar kalnų slidinėjimas yra jos atsarginis planas.

„Nemėgstu kalbėti apie ateities planus ir svarstyti, kas bus. Žinau tik tiek, kad jei sumanymai, susiję su kalnų slidinėjimu, nepavyktų, visada turėčiau matematiką, o jei nepasisektų matematikoje – būtų kalnų slidinėjimas. Ateityje gal kursiu, pavyzdžiui, savo verslą – tam būtinos matematikos žinios. O gal dirbsiu slidinėjimo trenere, nes ši sporto šaka man irgi labai svarbi“, – svars-to Liepa.

Dėl didelio treniruočių ir varžybų krūvio L.Karlonaitė taip ir nerado laiko matematikos olimpiadoms, tačiau olimpinės žaidynės, kuriose galėtų dalyvauti kaip kalnų slidininkė, – jos svajonė.

„Kiekvienas sportininkas svajoja apie žaidynes. Tačiau dar nežinau, ar galėčiau dalyvauti jau 2026-ųjų Milano ir Kortinos d'Ampeco žaidynėse. Aš stengiuosi susitelkti į artimiausius tikslus, o kaip bus – parodys ateitis“, – nespėlioja jaunoji kalnų slidininkė.



Su treneriais Anžela ir Vytautu Aleksandravičiais



Dešimtojo sezono dalyvių laukia naujovės

JUBILIEJINIAME SEZONE – STAIGMENOS IR PRIZAI

PRIEŠ DEŠIMTMEČIŲ KAIP MAŽŪJŲ OLIMPIADA ŠTARTAVUSIOS LIETUVOS MAŽŪJŲ ŽAIDYNĖS ŠIEMET PAŠITINKA JAU DEŠIMTĄJĮ SEZONĄ. PIRMOJO JUBILIEJAUS IŠVAKARĖSE APIE NAUJĄJĮ SEZONĄ – JAU LAPKRIČIO 6-ĄJĄ PRASIDEDANČIĄ REGISTRACIJĄ Į PIRMUS DU JO ETAPUS, APIE PRABĖGUSIUS METUS, APIE SKAIČIUS IR TIKSLUS KALBAMĖS SU RESPUBLIKINĖS IKIMOKYKLINIO UGDYMO KŪNO KULTŪROS PEDAGOGŲ ASOCIACIJOS (RIUKKPA) PREZIDENTE AUDRONE VIZBARIĖNE.

LINA DAUGĖLAITĖ

Koks bus jubiliejinis dešimtas Mažųjų žaidynių sezonas?

Dešimtas sezonas bus su staigmenomis ir įvairiausiais prizais dalyviams. Net dešimt įvairių dovanų bus galima laimėti viso šio sezono metu. Tos dovanos tebūnie intriga, apie jas dalyviai sužinos žaidynėms prasidėjus. Dešimt metų – dešimt prizų ugdymo įstaigoms.

Naujovių bus ir daugiau. Šį sezoną dalyviai galės lankščiau dalyvauti projekte: vyks kelios atskiros registracijos į skirtingus žaidynių etapus. Pavyzdžiui, galės dalyvauti tik pirmame ir antrame etape arba pasirinkti visus tris etapus, rinktis, ar pedagogai norės dalyvauti praktiniuose mokymuose, ar užteks tik nuotolinio mokymo ir pan. Nusprendėme, kad reikia lankstumo, nes projektas didelis, veiklų daug, tie, kurie įsipareigoja dalyvauti visose veiklose, užsikrauna didelę atsakomybę. Juk įstaigose įgyvendina ir kitų projektų, kitų veiklų, tad kartais sunku jas suderinti. Dabar ugdymo įstaigos galės apsispręsti, ar norės savaitgalį atvykti į festivalius, ar užteks dalyvauti tik pirmame ir antrame etape, kai visos veiklos vyksta darbo dienomis.

Lankstumas bus ir toks, kad vykdam į festivalius dalyviai galės pasirinkti vietą, į kurią norės vykti. Festivaliai šį sezoną bus surengti penki, pernai jų buvo dešimt. Dalyviai galės registruotis į tą miestą, į kurį norės atvykti. Anksčiau vilniečiai dalyvaudavo tik Vilniuje, tai gal šiemet Vilniaus komanda norės aplankyti Palangą ar Kauną, Panevėžį ar Šiaulius.

Tikslūs miestai, kuriuose vyks festivaliai, galutinai paaiškės po

Naujų metų, žaidynėms jau įsibėgėjus.

Ar nebijote, kad visi dalyviai sugužės į vieną miestą?

Ne, nes dalyvių skaičius ribotas, visų priimti negalėsime. Tad į vieną festivalį kviesime 40 komandų ir pakliūs į jį užsiregistravę pirmieji.

Pristatėte laukiančias naujoves, o kokie tradiciniai renginiai vyks?

Vėl vyks aštuonios virtualios pamokėlės su naujais treneriais, nauju turiniu. Tai pedagogams praplės ugdymo turinį. Vaikai galės sportuoti du mėnesius. Šios pamokos nėra naujovė, bet jos pedagogų labai laukiamos. Pernai mūsų pamokėlės buvo skirtos fiziniam raštingumui, o šiemet jos bus orientuotos į vidutinį ir didelį fizinį aktyvumą. Jų turinys bus toks, kad vaikai kuo aktyviau judėtų per visą pamokėlę.

Kas per tą netrumpą laiką, kol rengiamos Mažųjų žaidynės, nepasiteisino?

Pasiteisino viskas, bet šiemet mes turime mažesnį biudžetą, nes neskirta Sporto rėmimo fondo parama. Projektą vykdomė tik LTOK lėšomis, bandysime pritraukti rėmėjų, tad dalį veiklų reikėjo peržiūrėti.

Atsigręžkime atgal – kokie buvo didžiausi iššūkiai, su kuriais susidūrėte per devynerius metus?

Didžiausias iššūkis – pandemija, kai buvo suplanuoti festivaliai,



Projektą globoja D.Nausėdienė



A.Vizbarienė

gyvi susitikimai miestuose, atrankos etapai, supirktos priemonės, suderintos salės ir dalyviai informuoti, organizatoriai pasiruošę, o kovo mėnesį užpuolė pandemija, buvo paskelbtas karantinas ir reikėjo greitai viską pergalvoti. Bet tas iššūkis suteikė ir atradimų. Atsirado virtualūs užsiėmimai, kurie labai pasiteisino ir kuriuos tęsiame jau trečius metus. Jais dalyviai labai džiaugiasi. Tas iššūkis buvo suvaldytas, jis praplėtė mūsų matymą ir leido paieškoti naujų veiklos būdų.

O kuris sezonas buvo pats įsimintiniausias?

Kiekvienas sezonas išskirtinis. Kasmet pasibaigus projektui mes jį permąstome ir išsikeliamo vis kitus tikslus. Štai pernai daug dėmesio skyrėme fiziniam raštingumui. Tema nauja, pedagogai labai susidomėjo, kas tai yra, ir visos veiklos buvo orientuotos į fizinį raštingumą. Sezonas išties įsimintinas ir įdomus. Užpernykštis sezonas išskirtinis tuo, kad buvo pirmasis po pandemijos ir visi pasijuto ištroškę judesio, sporto. Mes surinkome labai daug dalyvių: tais metais įvyko didžiausias dalyvių šuolis – nuo 325 ugdymo įstaigų iki 426. Tada pirmąkart surengėme dešimt festivalių.

Aišku, pats pirmasis sezonas irgi buvo įsimintinas, nes tai buvo naujovė ir mums, ir dalyviams, didžiulis džiaugsmas rengti šventę vaikams. Tada dalyvavo tik 95 įstaigos, o pernai – 450, bet tai buvo pirmasis sezonas, žaidynės vadinosi Mažųjų olimpiada, buvo smagu ir jau tada matėme, kad projektas turi perspektyvą augti. Pernai žaidynės pagal dalyvių skaičių buvo rekordinės: kaip minėjau, dalyvavo net 450 ugdymo įstaigų iš 59 savivaldybių (prieš tai buvo įsitraukusios 42 savivaldybės).

Dabar, kai žaidynėse dalyvauja arti pusės tūkstančio ugdymo įstaigų, ar dar turite kur augti?

Pernai apėmėme 59 savivaldybes, labai norėtume ir tą 60-ą užkabinti – Kazlų Rūdą. Tada jau sakytumė: viskas, nebėra kur augti, reikėtų tik išlaikyti dalyvius. Bet per prievartą augti nenorime, džiaugiamės, kad mumis domisi, skambina, teiraujasi, kad žaidynės įtraukia į ugdymo planus. Bandysime ne tik į plotį, bet ir į gylį augti, kad į veiklas įsitrauktų ne tik ugdymo įstaiga, bet ir šeimos. Kad virtualiomis pamokėlėmis jos dalytųsi ir su tėveliais, o veiklos vyktų ne tik darželiuose, bet ir namie. Orientuosimės į kokybę: mums augimas – tai ne tik skaičiai, bet ir pasiekiamumas – kaip veiklos pasiekia kiekvieną vaiką.

Žaidynių veiklos skirtos ne tik mažiesiems, bet ir pedagogams. Ką jiems duodate?

Pedagogams suteikiame naujausių žinių. Tarp mūsų yra mokslininkų, dėstytojų, aš pati studijuoju doktorantūroje ir domiuosi fizinio raštingumo naujovėmis. Žodžiu, siekiame kelti pedagogų kvalifikaciją ir tai turi tiesioginį poveikį vaikams. Pasidaliję su pedagogais žiniomis, pasidalijame su jais ir darbais. Jie dalį veiklų ir festivalių įstaigose organizuoja patys. Jie dalijasi savo patirtimi, mokosi vieni iš kitų.

Apskritai labai norėtųsi, kad praktikai neatsiribotų nuo teorijos, nes kai praktikas turės stiprų teorinį pagrindą, jis tuo pagrindu galės pats kurti praktines veiklas. Pats atnaujinti, pats modeliuoti, pats planuoti ir nereikės paruoštų žaidimų ar pratimų. Mūsų pedagogai labai kūrybiški. Tik norisi, kad tas kūrybiškumas neišeitų iš tam tikrų ribų, ko reikalauja Pasaulinė sveikatos organizacija, medikų asociacijos. Ir kad jie vadovaudamiesi tomis žiniomis planuotų ugdymo turinį. O koks tas turinys, mes nenorime kištis, nes jie daro nuostabių dalykų. Norime juos po truputį įtikinti, kad teorija nėra siaubas baubas, teorija – tai praktikos draugas.

Matome, kad į žaidynes įsitraukia ir sportininkai.

Į visus mūsų festivalius atvyksta ir garsių sportininkų, olimpiečių, sulaukiame ir jaunujų sportininkų. Pavyzdžiui, pernai atvyko paralimpinis čempionas Mindaugas Bilius, olimpietė biatlonininkė Gabrielė Leščinskaitė, olimpietė trišuolininkė Diana Zagainova, kiti. Sportininkų atvykimu pasirūpina LTOK. Vaikams patinka, jie sportininkus čiupinėja, liečia, glosto, nes tai maži vaikai. Daugiausia laiko su vaikais mūsų sportininkai žaidynėse praleidžia prie fotosienelės – visos komandos nori nusifotografuoti. Šiomet puoselėjame mintį pasiūlyti sportininkams sudalyvauti vienoje ar kitoje rungtyje, pasportuoti kartu. Manome, kad tai vaikams padarytų dar didesnę įspūdį.

Festivalio globėja – Diana Nausėdienė. Ar jaučiate pirmosios šalies ponios dėmesį?

Pagal savo galimybes ponija D.Nausėdienė dalyvauja renginiuose, apdovanoja, atsiunčia virtualių sveikinimą dalyviams. Mes jaučiame jos globą ir labai tuo džiaugiamės.

SKAIČIAI IR FAKTAI

Apie 2022–2023 mokslo metų Mažųjų žaidynių sezoną:

- 59 savivaldybės
- 450 ugdymo įstaigų
- Daugiau nei 55 tūkst. darželinukų
- Daugiau nei 900 pedagogų

LIETUVOS ATLETAMS – TOK STIPENDIJOS

Penkiems Lietuvos žiemos sporto šakų atstovams ruoštis 2026 m. Milano ir Kortinos d'Ampeco žiemos olimpinėms žaidynėms padės Tarptautinio olimpinio komiteto Olimpino solidarumo stipendijos.

Olimpino solidarumo stipendija skiriama pasirengimo olimpinėms žaidynėms išlaidoms kompensuoti, sportininkų treniruočių procesui finansuoti. Iš viso stipendijai gauti Lietuvos žiemos sporto šakų federacijos pateikė dvylikos sportininkų kandidatūras, iš kurių Lietuvos tautinis olimpinis komitetas, LTOK sportininkų komisija bei LTOK žiemos olimpinio sporto šakų komisija išrinko penkis.

1500 JAV dolerių vertės stipendiją ruoštis olimpinėms žaidynėms gaus biatlonininkai Vytautas Strolia ir Maksimas Fominas, dailiojo čiuožimo atstovai Paulina Ramanauskaitė ir Deividas Kizala bei kalnų slidininkas Andrejus Drukarovas.

Kas mėnesį stipendija bus mokama nuo šių metų lapkričio 1 d. iki 2026 m. vasario 28 d.

„Anksčiau Olimpino solidarumo stipendijų skyrimą koordinavo LTOK ekspertų komisija. LTOK paruošdavo pasirengimo ir dalyvavimo olimpinėse žaidynėse programas, federacijos keldavo sportininkams tikslus, o mes įvertindavome ir stengdavomės

prisidėti. Pasikeitus aukšto meistriskumo sporto finansavimo sistemai ir visą finansavimą perėmus valstybei, šių programų neliko, todėl stipendijos bus skiriamos kandidatūras apsvačius su LTOK sportininkų ir žiemos olimpinio sporto šakų komisijomis.

Šių stipendijų tikslas – prisidėti prie sportininko meistriskumo kėlimo, pasirengimo olimpinėms žaidynėms. Todėl lėšos bus pervedamos ne sportininkui, o sporto šakos federacijai, kuri už šių lėšų panaudojimą atsiskaitys LTOK“, – sakė LTOK olimpino sporto direktorius Einius Petkus.

Šiuo metu iki 2024 m. Paryžiaus olimpinio žaidynių Olimpino solidarumo stipendija taip pat mokama penkiems vasaros sporto šakų atstovams. Po 1500 JAV dolerių kas mėnesį skiriama olimpinis kelialapis jau užsitikrusiems lengvaatlečiui Mykolui Aleknei ir plaukikui Aleksui Savickui, penkiakovinkei Elzbietai Guodai Adomaitytei, irkluotojui Povilui Stankūniui ir boksinikei Gabrielei Stonkutei.

Olimpino solidarumo stipendijos – viena iš sričių, finansuojamų už olimpinio žaidynių transliacijas gaunamomis lėšomis. Kandidatūras stipendijai gauti teikia Lietuvos tautinis olimpinis komitetas.

SUSITIKIMAS SU UTENOS RAJONO ATSTOVAIS



Iš kairės: M.Paukštė, D.Pečionė, D.Gudzinevičiūtė, D.Aželytė, E.Skersis

LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė susitiko su Utenos rajono vicemere Daiva Pečione, švietimo ir sporto skyriaus vyr. specialiste Danute Aželyte, Utenos rajono savivaldybės tarybos nariais Eimantu Skersiu ir Martynu Paukšte.

Utenos rajonas aktyviai dalyvauja LTOK projektuose, todėl per šį susitikimą svečiai domėjosi galimybe dar labiau stiprinti bendradarbiavimą.

Švietimo ir sporto skyriaus vyr. specialistė D.Aželytė pernai baigė LTOK sporto administravimo mokymus pažengusiems. „Džiaugiamės, kad baigusieji mūsų mokymus vis labiau įsitraukia į olimpino judėjimo veiklas ir prisideda prie sporto plėtros savo mieste“, – sakė D.Gudzinevičiūtė.

APDOVANOJIMAI – GRUODŽIO 21 DIENĄ

Baigiantis 2023 metams prestižiniuose apdovanojimuose tradiciškai bus pagerbti geriausi Lietuvos olimpino ir parolimpinio sporto atletai.

Sporto bendruomenės ypač laukiami Lietuvos sporto apdovanojimai šiais metais vyks gruodžio 21 d. 19.30 val. parodų ir kongresų centre „Litexpo“. Iškilmingą renginį tiesiogiai transliuos TV3 televizija.

Renginyje bus apdovanoti šių nominacijų laimėtojai: Metų komandos, Metų proveržio, Metų trenerio (-ės), Metų sportininko, Metų sportininkės.

Kandidatus į olimpino sporto nominacijas siūlys sporto federacijos, o rinks Lietuvos sporto apdovanojimų taryba, sudaryta iš Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos, LTOK, LPAK, Lietuvos sporto žurnalistų federacijos, Lietuvos sporto federacijų sąjungos, Lietuvos savivaldybių sporto padalinių vadovų asociacijos, Lietuvos olimpino fondo, LTOK sportininkų komisijos atstovų.

Parolimpinio sporto laureatus rinks LPAK vykdomasis komitetas.

Kandidatai bus atrinkti atsižvelgiant į rezultatus, nuo 2022 m. lapkričio 1 d. iki 2023 m. lapkričio 1 d. pasiektus olimpinėse ir parolimpinėse rungtyse.

Renkant nugalėtojus savo balsą galės atiduoti ir sporto gerbėjai. Visuomenės balsas sudarys 20 proc.



SPORTININKAMS – MOKYMŲ PLATFORMA

LTOK kartu su dar keturiais Europos nacionaliniais olimpiniais komitetais tęsia dvigubos sportininkų karjeros projektą, kurio ašyje – nemokama mokymų platforma. Liublianoje (Slovėnija) vykusiame partnerių susitikime buvo pristatyti platformos veikimo principai ir turinys.

„Igyvendinant projektą kiekviename dalyvaujančiame nacionaliniame olimpiniam komitete atsiras atsakingas žmogus, disponuojantis informacija apie studijas, švietimo galimybes ir galintis šiais klausimais konsultuoti sportininkus.

Platformoje įrašyti mokymai bus skirti jauniems, karjerą pradantiems bei baigiantiems sportininkams. Baigę kursus sportininkai turės galimybę įgyti sertifikatą.

Galimybė padėti sportininkams plėsti kompetencijas ir ugdyti naujus įgūdžius – vienas LTOK strateginių tikslų. Sportininkus nuolat kviečiame į mokymus, tačiau dėl didelio užimtumo ir ke-

lionių gana sunku rasti tinkamą laiką. Prisidėti prie platformos ir baigti šiuos kursus sportininkai galės bet kada, todėl tikimės, kad kuo daugiau jų pasinaudos šia galimybe“, – sakė susitikime dalyvavęs LTOK olimpinio sporto direktorius Einius Petkus.

Platformoje sportininkai galės gilinti žinias žmogiškųjų išteklių, psichinės sveikatos, prekės ženklo kūrimo, komunikacijos, rinkodaros temomis. Planuojama, kad šis projektas Lietuvos sporto federacijoms bus pristatytas gruodį vyksiančiame seminare.

Projekte dalyvauja Lenkijos, Turkijos, Slovėnijos, Graikijos ir Lietuvos nacionaliniai olimpiniai komitetai. Siekiant išsiaiškinti sportininkų poreikį buvo atlikta apklausa, kurioje dalyvavo 500 atletų iš visų penkių valstybių.

Paskutinė projekto apibendrinimo sesija kovo 13–15 d. vyks Vilniuje.

POSĖDŽIAI IR IŠKILMĖS STAMBULE

LTOK prezidentė Daina Gudžinevičiūtė dalyvavo Stambule (Turkija) vykusiame Europos olimpinių komitetų asociacijos (EOK) Vykdomojo komiteto posėdyje ir Generalinės asamblėjos sesijoje.

„Šią vasarą EOK organizavo net du renginius – Europos žaidynes ir Europos jaunimo vasaros olimpinį festivalį, todėl tiek Vykdomojo komiteto posėdyje, tiek Generalinės asamblėjos sesijoje daug dėmesio skirta jų rezultatams aptarti ir įvertinti“, – sakė EOK viceprezidentė.

Po pirmosios Generalinės asamblėjos sesijos dienos EOK viceprezidentės pareigas užimančiai D.Gudžinevičiūtei kartu su kitais organizacijos vadovais teko išskirtinė pareiga – įteikti apdovanojimą už nuopelnus Europos sportui.

Tradiciniai apdovanojimai už nuopelnus Senojo žemyno sportui buvo įteikti penkiems asmenims. Tarp jų – ilgametei Europos žolės riedulio federacijos prezidentei, garbės prezidentei olandei Marijke Fleuren, kurią ir apdovanojo EOK viceprezidentė.

Šioje Generalinės asamblėjos sesijoje buvo atnaujinti organizaci-

jos įstatai, patvirtintas 2024 m. biudžetas, ataskaitas pristatė EOK komisijos, olimpinių renginių organizaciniai komitetai.

LTOK atsidūrė tarp nacionalinių olimpinių komitetų, Europoje aktyviausiai įgyvendinančių lyčių lygybės projektus ir prisidedančių prie EOK iškeltų tikslų siekimo. Tai savo pristatyme pabrėžė EOK lyčių lygybės komisijos pirmininkė ir Britų olimpinės asociacijos viceprezidentė Annamari Phelps.

TOK Olimpinio solidarumo, nacionalinių olimpinių komitetų reikalų ir programos „Athlete365“ direktorius Jamesas Macleodas pristatė spalio pradžioje Lozanoje (Šveicarija) vykusio tarptautinio sportininkų forumo rezultatus. Čia dalyvavo LTOK sportininkų komisijos pirmininkas, olimpinis vicečempionas Mindaugas Griškonis. TOK atstovas taip pat priminė, kad lapkritį Romoje (Italija) vyks analogiškas Europos sportininkų forumas.

Renginyje aptartas pasiruošimas 2024 m. vyksiančioms jaunimo žiemos olimpinėms žaidynėms Pietų Korėjoje, Paryžiaus vasaros olimpinėms žaidynėms bei 2026 m. Milano ir Kortinos d'Ampeco žiemos žaidynėms.

„Šią savaitę buvo įžiebta jaunimo žiemos žaidynių ugnis, joms intensyviai ruošiasi tiek organizatoriai, tiek nacionaliniai olimpiniai komitetai. Kai kurios arenos mums bus pažįstamos iš 2018 m. Pjongčango žiemos olimpinių žaidynių, jos buvo renovuotos ir pritaikytos šiam renginiui“, – sakė D.Gudžinevičiūtė.

Generalinės asamblėjos, trukusios dvi dienas, dalyviai taip pat aptarė Europos jaunimo žiemos ir vasaros festivalius bei Europos žaidynes.

Renginyje buvo įteiktas prestižinis Piotro Nurowskio apdovanojimas, skiriamas geriausiajam Europos jaunajam sportininkui. Šį kartą pirmoji vieta atiteko dviem atletams – gimnastei iš Vokietijos Darjai Varfolomejevai ir Turkijos plaukikui Kuzey Tuncelli.

Antrąją sesijos dieną į Generalinės asamblėjos narius kreipėsi Tarptautinio olimpinio komiteto prezidentas Thomas Bachas. Jis įvertino EOK indėlį į olimpinio sporto plėtrą ir pastangas, dedamas siekiant tvarumo tikslų.

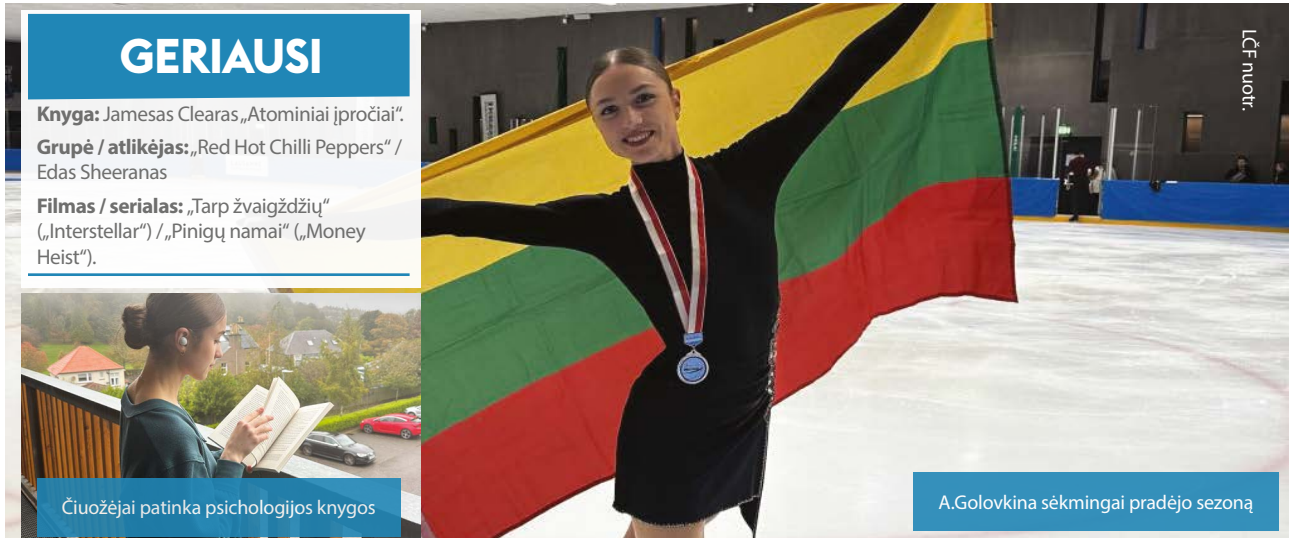


D.Gudžinevičiūtė apdovanojo M.Fleuren

ČIUOŽĖJA MOTYVACIJOS SEMIASI KNYGOSE

VIENA GERIAUSIŲ LIETUVOS ČIUOŽĖJŲ ALEKSANDRA GOLOVKINA PUKIAI PRADĖJO NAUJĄJĄ SEZONĄ IR INTENSYVIAI RUOŠIASI PAŠIRODYMUOI GIMTINĖJE – KITŲ MĖTŲ SAUSIO VIDURYJE KAUNE VYKSIANČIAM EUROPOS DAILIOJO ČIUOŽIMO ČEMPIONATUI.

DOMINYKAS GENEVIČIUS



GERIAUSI

Knyga: Jamesas Clearas „Atominiai įpročiai“.

Grupė / atlikėjas: „Red Hot Chilli Peppers“ / Edas Sheeranas

Filmas / serialas: „Tarp žvaigždžių“ („Interstellar“) / „Pinigų namai“ („Money Heist“).



Čiuožėjai patinka psichologijos knygos



LCF nuotr.

A.Golovkina sėkmingai pradėjo sezoną

Gerą sportinę formą sportininkė pademonstravo spalio viduryje „Tayside Trophy“ varžybose Škotijoje, kur tapo nugalėtoja. Naująjį sezoną trumpąją programą A.Golovkina atlieka skambant žinomo atlikėjo Edo Sheerano kūriniui „Bloodstream“. Kalbėdama apie savo pomėgius būtent šį dainininką, kuris kitą vasarą koncertuos Kaune, Lietuvos čiuožėja įvardijo kaip savo favoritą.

Knygos – per ausines

Sportininkė neslepia, kad skaityti knygas patinka, tačiau dėl aktyvaus gyvenimo būdo labiau mėgsta jų klausytis.

„Dažniausiai tai darau vaikščiodama, bėgiodama, sportuodama treniruoklių salėje ir kelionių metu“, – sako ji.

Anksčiau ji knygų nemėgo ir skaitydavo tik tas, kurios buvo privalomos mokykloje.

„Suaugusi labiau išsigrįninau mėgstamą knygų žanrą, todėl įgautos knygos tapo labai svarbios gilinant žinias man įdomiomis temomis, taip pat svarbios siekiant atsipalaiduoti nuo sporto bei kitų gyvenimo rūpesčių, – paaiškina 25 metų čiuožėja. – Šiuo metu labiausiai įsiminusi knyga – Jameso Clearo „Atominiai įpročiai“ („Atomic Habits“). Kaip sportininkę mane domina sporto psichologijos tema, todėl man įdomu ieškoti ir rasti būdų, kaip pagerinti savo treniruočių ir pasiruošimo varžyboms procesą bei įpročius. Rekomenduočiau šią knygą visiems, nes joje yra labai daug gerų patarimų, kaip galima atsikratyti blogų įpročių ir išsiugdyti gerus.“

Kaip mėgstamiausias sportininkė išskyrė psichologijos ir saviugdų žanrų knygas.

Muzika lydi kasdien

A.Golovkina atskleidė, kad muzika ją lydi kiekvieną dieną, bet ne kasdien ji būna vienoda.

„Mėgstu klausytis įvairios muzikos, priklausomai nuo nuotaikos ir veiklos. Sportuodama arba apšilindama prieš treniruotę paprastai klausausi energingesnių dainų, o vakarais – ramesnių, atpalaiduojančių. Pavyzdžiui, mėgstu klausytis žymaus kompozatoriaus

Hanso Zimmerio kūrinių“, – prisipažįsta sportininkė.

Sportuodama ar keliaudama A.Golovkina muzikos klausosi per ausines, o būdama namie naudojami „Amazon Alexa“ garsiakalbiai. Tarp jos favoritų – žinomi atlikėjai bei grupės: Edas Sheeranas, Billie Eilish, Lana del Rey, „Red Hot Chilli Peppers“, „Queen“, „Coldplay“.

„Dažniau klausausi užsieniečių muzikos, tačiau nesu abejinga naujosios kartos Lietuvos atlikėjams – Monikai Liu, Jessicai Shy, Justinui Jaručiui“, – vardija čiuožėja.

A.Golovkina svajoja vieną dieną apsilankyti kompozatoriaus H.Zimmerio koncerte, o kol kas maloniausios emocijos vis dar išlieka iš renginio Škotijoje.

„Praėjusį pavasarį buvau „BBC Radio 1“ festivalyje Škotijoje, kur patyriau daugybę neužmirštamų emocijų. Jame dalyvavo žinomi pasaulio atlikėjai, tokie kaip Lewis Capaldi, Zara Larsson, Becky Hill, Anne-Marie, Niallas Horanas ir „Thirty Seconds To Mars“, – prisiminė čiuožėja.

Fantastikos mėgėja

Kalbėdama apie filmus A.Golovkina iškart išskiria su kosmosu susijusius kūrinius – „Tarp žvaigždžių“ („Interstellar“), „Marsietis“ („Martian“), „Paslėpti skaičiai“ („Hidden Figures“), „Pakeleiviai“ („Passengers“). Kiti favoritai – sporto filmai ir dokumentika: „Lūžio taškas“ („Break Point“), „Beckham“, filmas apie tenisininkes Sereną ir Venus Williams, „Williams metodas“ („King Richard“).

„Filmas „Tarp žvaigždžių“ – mano favoritas. Šį filmą mačiau kelis kartus, iš kurių pirmasis buvo kino teatre. Nors tai fantastinis filmas, jį kuriant remtasi mokslininkų patarimais ir skaičiavimais, susijusiais su dangaus kūnais, procesais kosmose bei reliatyvumo teorija. Taip pat šis filmas turi stiprią tėvo ir dukros santykių liniją, kuri puikiai sustiprina dramatinę jo pusę. Be to, šio filmo garso takelio kūrėjas yra H.Zimmeris“, – pabrėžia A.Golovkina.

Daug laiko filmams ji neturi, todėl stengiasi atsirinkti, ką žiūrėti. Dažniausiai tą ji daro dienomis, kai mažiau treniruočių ir daugiau laiko poilsiui. Filmus paprastai žiūri per televizorių, naudodama tokias platformas kaip „Netflix“, „Amazon Prime“ arba „Disney“.

LIETUVOS SPORTO APDOVANOJIMAI 2023

Gruodžio 21 d. 19:30 val. tiesiogiai per **3**

ORGANIZATORIAI:



APDOVANOJIMŲ PARTNERIAI IR RĖMĖJAI:



EULOTO



impuls



KARDIOLOGINĖ IŠTYRIMO PROGRAMA

~~89€~~



69€

DOVANA



NEMOKAMAS
KRAUJO
PAĖMIMAS



Atlikite ištyrimo programą ir laiku užkirskite kelių kraujotakos ligoms!

Atliekama 16 tyrimų:

- Cholesterolis
- DTL cholesterolis
- MTL cholesterolis
- Ne DTL cholesterolis
- Aterogeniškumo indeksas
- Triacilgliceroliai
- Gliukozė
- Kalis
- Magnis
- Natris
- Kreatininas
- Glomerulų filtracijos greitis eGFR (CKD-EPI)
- Bendras hematologinis tyrimas
- Didelio jautrumo CRB Tirotropinas (TTH)
- Homocisteinas
-

Pasiūlymas spalio - lapkričio mėn.