

LETNIK 26 | ŠTEVILKA 120 | JANUAR-NOVEMBER 2020

SLOVENSKI JUDO

REVIJA JUDO ZVEZE SLOVENIJE



KAJA KAJZER PRVA V TEL AVIVU ○ METKA LOBNIK EVROPSKA PRVAKINJA ○ TINA TRSTENJAK PRVA V BUDIMPEŠTI

VSEBINA

1 JUDOIST LETA	5
2 DRŽAVNA TEKMOVANJA	6
3 DOMAČA TEKMOVANJA	14
4 MEDNARODNA TEKMOVANJA	19
5 EVROPSKO PRVENSTVO	28
6 PRIPRAVE V IZOLI	34
7 PREDSTAVITEV KLUBOV	35
8 STROKOVNI ČLANKI	39
9 ZANIMIVOSTI	46
10 INTERVJU	53
11 STRIP	54



Letnik 25 • številka 120
 Januar - november 2020
 Strokovna revija Judo zveze Slovenije
 Izdaja Judo zveza Slovenije,
 Partizanska cesta 35, Slovenska Bistrica
 Glavna urednica: Nika Grdadolnik Lorbek
 Odgovorni urednik: Darko Mušič
 Uredniški odbor sestavljajo:
 Blaž Fekonja, Franjo Murko, Vlado Čuš,
 Nika Grdadolnik Lorbek
 Fotografije: avtorji iz slovenskih klubov,
 IJF, EJU
 Lektoriranje: Nika Grdadolnik Lorbek
 Naslovna fotografija: Rok Rakun
 Častna urednika revije Slovenski judo:
 Bogdan Gabrovec in Jože Škraba
 Tisk: EvroGrafis, d.o.o.
 Uredništvo: Judo zveza Slovenije
 E-pošta: revija@judoslo.si



REPUBLIKA SLOVENIJA
 MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
 ZNANOST IN ŠPORT



Spoštovane judoistke in judoisti, okoliščine korona krize so nas znova soočile z izzivi negotovosti. Sicer lahko rečemo, da se športniki pogosto najdemo v nepredvidenih in negotovih okoliščinah, kjer ob vztrajnosti in pogumu nabiramo neprecenljive življenjske in športne izkušnje. Odgovornost vodstev klubov, trenerjev, vaditeljev in drugih strokovnih delavcev, kakor tudi vseh športnic in športnikov je v tem obdobju izjemno visoka. Ponosen sem na vas in se vam zahvaljujem za zrelo in odgovorno ravnanje. Modrost, znanje in veščine, ki jih bomo pridobili v tem obdobju bodo neprecenljive. Kolikor okoliščine zahtevajo socialno distanco, toliko bolj nas povezujejo v upanju in moči za kakovostnejši in bolj povezan jutri.

Vesel sem, da vas lahko nagovorim v zadnji številki revije Slovenski judo v tem posebnem letu in ob zaključku rezultatsko in sicer bogatega ter hkrati zahtevnega mandata vodstva Judo zveze Slovenije.

Kljub temu, da nas lahko minulo štiriletno obdobje delovanja naše zveze tako rezultatsko kot sicer navdihuje in krepi v razmišljanju za prihodnost, je letošnje leto

pred vse nas postavilo nove izzive tako danes kot v prihodnje. Vendar smo kljub omejitvam, prepovedim in zahtevnim pravilom pristojnih institucij uspeli uresničiti pomemben del letošnjega načrta tekmovalnih, kar je zahtevalo izjemno veliko prilagajanj, iznajdljivosti in seveda osredotočenosti na ključni dejavnik – zdravje udeležencev. Poletne olimpijske igre moderne dobe so bile odpovedane do sedaj zgolj trikrat – leta 1916, 1940 in 1944, vsakič zaradi vojnih viher. Največji športni dogodek na svetu, načrtovan za letošnje leto v Tokiu, je moral priznati premoč globalni razsežnosti virusa, ki je ob športu ohromil pomemben del javnega in gospodarskega življenja širom sveta.

Kljub vsemu nas je vodila želja in strast do gibanja, športa in tekmovalnosti. Poletni meseci so nas znova privabili na blazine in nas povezali na najstarejšem memorialnem tekmovalnem nizu za Baumgartnov pas v Mariboru. Najmlajši so se po zaključku šolskega leta pomerili na Pokalu Novega mesta. V mesecu juliju pa smo lahko uživali ob predstavah pol stotnije udeležencev na državnem prvenstvu v katah, ki je potekalo v odlični organizaciji Judo kluba Ravne na Koroškem. Poletne tedne smo znova preživeli v objemu nam že domače Izole, kjer se je zbrala zavidljiva množica napredka in novih znanj željnih, letos sicer zgolj slovenskih tekmovalk, tekmovalcev in trenerjev. Ob zahtevnih treningih je bil na voljo tudi čas za druženje po nekajmesečni odsotnosti od športnih dogodkov. V septembru so se na državnem prvenstvu, ki je potekalo v organizaciji Judo kluba Branik iz Maribora, zbrali najboljše mlajše kadetinje in kadeti, dan kasneje pa še članice in člani. Vesel sem odličnega odziva

na licenčnem seminarju za strokovne delavce v judu ter kakovostnega usposabljanja za nove trenerje, ki jim izrekam dobrodošlico in želim uspešno strokovno in trenersko pot. Vseživljenjsko izobraževanje in usposabljanje je v luči stalnih in vse hitrejših sprememb, konkurence ter potreb po novih znanjih in kompetencah, pomembno tako iz vidika posameznika, kot naše organizacije in družbe nasploh.

Kljub jesenskim negotovostim je Judo klub Drava ob svoji bogati 60-letnici neprekinjenega delovanja, v našem najstarejšem mestu že triintridesetih zapored gostil več kot 150 tekmovalk in tekmovalcev. Jesenski tekmovalni niz se je nadaljeval s Pokalom Komende, ki je v idilično gorenjsko okolje privabil več kot 300 mladih tekmovalk in tekmovalcev. Skoraj 100 najmlajših pa se je sredi oktobra pomerilo na pokalnem tekmovalnem nizu v Novi Gorici.

Zahtevne razmere so v pomladnih in poletnih mesecih ohromile mednarodne aktivnosti. Meseca oktobra so tekmovalci in novih zmag željne kadetinje in kadeti preizkusili svojo pripravljenost na evropskem kadetskem pokalu Bielsko Biala na Poljskem, kjer smo osvojili kar devet medalj. Mednarodna in slovenska judoistična javnost pa je svojo pozornost po večmesečnem premoru usmerila na Grand slam v Budimpešti, kjer je ob zmagi naše šampionke Tine Trstenjak v kategoriji od 63 kilogramov znova zadelena Zdravljica. Posebej sem vesel novih uspehov mladink in mladincev ter mlajših članic in članov v Poreču. Ob zlati in bronasti Metki Lobnik ter bronastem Jušu Mecilošku, dvema petima mestoma Zarje Tavčar ter sedmima mestoma Nicki Norčič in Eneja Mariniča, smo potrdili, da ostajamo med velesilami evropskega juda tudi v prihodnje.

Kljub vsemu pa nas je letošnje evropsko člansko prvenstvo, iz katerega se je naša reprezentanca prvič po osemnajstih letih vrnila brez odličja, opozorilo na vrzeli in ranljivost. Seveda je letošnje leto polno omejitev in možnosti kakovostnejših priprav na takšna pomembna tekmovanja. Vendar pa je priložnost za še tesnejše sodelovanje klubov in strokovnega kadra.

Obtekmovalno dogajanje so zadnje mesece zaznamovali redni Zbor članic Judo zveze Slovenije v mesecu marcu, ki je potekal v dopisni obliki in izredni Zbor članic v začetku meseca septembra, na katerem smo potrdili novi poslovnik Zbora članic in Pravilnik o kandidiranju v organe Judo zveze Slovenije ter tako pripravili vse potrebno na volilni zbor članic, ki bo predvidoma konec letošnjega leta.

Dovolite, da se ob bližajočem se izteku mandata vodstva Judo zveze Slovenije in mandata predsednika zahvalim vsem, ki ste soustvarjali izjemno obdobje naše zveze. Posebej velja izpostaviti naše športnice in športnike ter vse tiste, ki ste s svojim delom in uspehi zavihteli Slovenijo na vrh svetovnega juda, kakor ostalim, ki z veliko mero predanosti in poguma rastejo skozi načela juda. Hvala trenerjem in vadiateljem s strokovnim direktorjem in selektorjem reprezentanc na čelu za vašo predanost mladim generacijam, tudi staršem za zaupanje vaših otrok in mladostnikov. Napredek in kakovostno delo je odraz vzpostavljenega sodelovalnega odnosa in predanosti ter strokovnosti članov izvršilnega odbora, podpredsednika in zdaj že nekdanje podpredsednice ter generalnega sekretarja, ki ste pomembno prispevali k uspešnosti mandata 2016–2020. Ocenjujem, da nam je uspelo uresničiti večino od pred štirimi leti načrtanih ciljev.

Vidni napredek in strokovni razvoj celotnega področja delovanja je tudi rezultat izjemnega dela predsednikov in članov komisij Judo zveze Slovenije.

Ponosno zrem na prehojeno pot v obdobju 2014–2020, ko sem s polno mero odgovornosti in zanosom vodil našo zvezo. Skupaj z vsemi vami smo dosegli najboljše tekmovalne rezultate v zgodovini slovenskega juda. Pomemben napredek beležimo na domala vseh področjih našega delovanja. Pomembno smo dvignili število registriranih in kategoriziranih športnic in športnikov. Posodobili in kakovostno izboljšali smo proces izobraževanja in usposabljanja trenerjev. Izjemen napredek beležimo tudi glede kakovosti organizacije tekmovanja in drugih prireditev. Naše delovanje, uspehe in siceršnje pojavnost smo učinkoviteje promovirali v medijih kot kdaj koli prej. V luči digitalne preobrazbe smo vse aktivnejši tudi v digitalnem svetu, kjer z našimi sporočili preko različnih socialnih medijev dosegamo na tisoče ljudi vsak dan. Kljub zahtevnosti in kompleksnosti sodobnih tehnoloških okolij in rešitev, smo zasnovali odlična izhodišča za trajno rast in uspešnost tudi na tem področju. Posebno skrb smo namenili vključevanju ranljivih skupin, fairplayu in enakosti v športu, udeleževanju v judu po zaključku tekmovalne poti, dejavnostim starejših skozi tekmovanja veteranov in v judo katah. Kakovost in učinkovitost informiranja o našem delu se odstira skozi uveljavljeno revijo Slovenski judo, ki je odraz odličnega dela urednice Nike Grdadolnik Lorbek in vseh, ki ste pripravljali prispevke iz dogodkov doma in po svetu.

Minuli uspehi so gotovo garancija za trajno rast v prihodnje. Ta sicer ob vrsti negotovosti zahteva viso-

ko mero poguma, izkušenj, znanj, sposobnosti hitrih prilagajanj, učinkovitega sodelovanja, vključevanja in dialoga. Čas, ki je pred nami, ponuja vrsto priložnosti za še vidnejše rezultate. Menim, da tako kot v gospodarskem kot socialnem okolju tudi v naši organizaciji, glede na globalne in nacionalne razmere kot tudi sicer, ni prostora za hitre in nepremišljene poteze in eksperimente. Prihodnost bo od vseh nas terjala premišljene korake in odločitve za dvig konkurenčnosti in zaupanja v notranjem kot širšem okolju.

Glede na izkazano zaupanje v preteklosti, izjemne uspehe in zastavljene načrte, z velikimi pričakovanji zrem v prihodnost. Proces priprav na nov štiriletni mandat je pokazal interes mnogih za sodelovanje pri oblikovanju slovenskega juda v prihodnje. To je gotovo odraz dosedanjega kakovostnega dela, ki ponuja prostor za uresničevanje zamisli in načrtov mnogih v naši sredini. Kot kandidat za vodenje naše zveze tudi v novem mandatu, vas vabim k soustvarjanju in k nadaljnji uspešni rasti na vseh področjih našega delovanja.

*Darko Mušič,
predsednik Judo zveze Slovenije.*

JUDOIST LETA 2019



Celje, 17. januar 2020 | V Celju je januarja potekala prireditev, na kateri so najboljši posamezniki in ekipe prejeli priznanja in nagrade za uspehe v letu 2019.

Judo zveza Slovenije je podelila trinpetdeset priznanj in nagrad. V kategoriji mlajših deklic je v skupnem seštevku slavil ptujski **JK Drava**, v kategoriji mlajših dečkov pa **DBV Komenda**. Najboljša posameznica v starostni kategoriji starejših deklic je postala **Leila Mazouzi** iz JK Beltinci, med klubi pa so bile najboljše judoistke **JK Bežigrad**. Med starejšimi dečki je bil najboljši **Luka Lukšič** iz DBV Komenda, ekipno pa so bili tudi pri dečkih najboljši judoisti **JK Bežigrad**. Med mlajšimi kadetinjami in kadeti so bili najboljši judoistke in judoisti **JK Bežigrad**, med posamezniki njihova **Nika Koren** in **Žan Kostanjšek** iz JK Oplotnica. V kategoriji kadetov in kadetinj so ekipno slavili judoisti in judoistke **JK Bežigrad**, med posamezniki **Nace Herkovič** iz JK Acron Slovenj

Gradec in **Nicki Norčič** iz JK Olimpija. V starostni kategoriji mladink in mladincev sta bila najboljša **Metka Lobnik** iz JK Apolon Maribor ter **Rok Pogorevc** iz JK Acron Slovenj Gradec, ekipno pa so se najvišje za vihtele mladinke **JK Acron Slovenj Gradec** ter mladinci **JK Bežigrad**. Med mlajšimi članicami in mlajšimi člani sta bila v letu 2019 najboljša **Urška Trokar** iz JK Triglav Kranj in **Rok Pogorevc** iz JK Acron Slovenj Gradec, tudi v tej starostni kategoriji pa sta lovoriki najboljših ekip pobrala **JK Acron Slovenj Gradec** v ženski in **JK Bežigrad** v moški kategoriji.

Zelo tesno je bilo v članski kategoriji. Pri članicah so prva tri mesta osvojile **Klara Apotekar**, **Tina Trstenjak** in **Maruša Štangar**, pri članih **Vito Dragič**, **Adrian Gomboc** in **Matjaž Trbovc**. Ekipno so bile najboljše judoistke **JK Z'dežele Sankaku** in judoisti **JK Bežigrad**, ki sta hkrati postala najboljše kluba v ženski in moški konkurenci v letu 2019. Ju-

doisti celjskega **JK Z'dežele Sankaku** pa se lahko pohvalijo tudi z nazivom zmagovalca slovenskega pokala v letu 2019.

Posebno priznanje za razvoj juda in vizionarsko delo je prejel **Samo Masleša**, **Miran Plošinjak** pa je prejel posebno priznanje za dosežke v judu za veterane. **Tina Skerlep**, **Žiga Vangoš**, **Sašo Kovač**, **Nik Jerkovič** in **Aljaž Colarič** so prejeli posebna priznanja za izjemne dosežke v inkluzivnem judu, za pomoč pri razvoju inkluzivnega juda pa je priznanje prejela tudi **Viktorija Pečnikar Oblak**.

Nagrajene so s prisotnostjo počastili **Bogdan Gabrovec**, predsednik Olimpijskega komiteja Slovenije, **Tomaž Barada**, podpredsednik Olimpijskega komiteja Slovenije, **Breda Arnšek**, podžupanja Mestne občine Celje, **Lovro Galuf**, član sveta Fundacije za šport Republike Slovenije, ter ostali visoki gostje.

»Preteklo leto je bilo v znamenju priprave naših najboljših športnikov za tekmovanja, ki se točkujejo za uvrstitev na Olimpijske igre, zato je morda manjkal tisti najvišji rezultat, ki smo si ga želeli, torej kolajna na svetovnem prvenstvu v Tokiu, ampak so vseeno naši vrhunski judoisti pokazali izjemno pripravljenost in na olimpijskih igrah v Tokiu lahko računamo na kar široko ekipo. Judoistke in judoisti v mlajših starostnih skupinah so dokazali, da imajo željo in voljo delati ter da lahko v prihodnje pričakujemo dobre generacije tudi po olimpijskih igrah Tokio 2020 in Pariz 2024, ki bodo posegale po najvišjih odličjih. Kar se tiče naših želja za to leto, ko se izteče olimpijski cikel pa je nadaljevanje uspešnih nastopov, tako na olimpijskih igrah kot ostalih velikih tekmovanjih. Cilj je seveda medalja, poleg čim širše ekipe, ki jo želimo na olimpijskih igrah, tudi upamo na čim bolj konkurenčno ekipo.«

Darko Mušič, predsednik Judo zveze Slovenije



»Moj najpomembnejši uspeh je definitivno prvo mesto na evropskem prvenstvu, zelo sem ponosna tudi na 5. mesto na svetovnem prvenstvu v Tokiu, saj je to do sedaj moj najvišji dosežek na svetovnih prvenstvih. Lani sta mi tudi uspeli prvi zmagi na Grand Prix in Grand Slam, kar je tudi vrhunski dosežek, saj je na vseh teh tekmovanjih konkurenca zelo močna. Opažam, da sem s temi dosežki dokazala, da sodim v sam svetovni vrh in tudi pridobila spoštovanje starejših judoistk. Pot do olimpijskih iger bo še naporna. Moja želja je, da na vseh tekmovanjih, predvsem pa na olimpijskih igrah, pokažem čim boljše borbe in dosežem čim višje uvrstitve.«

Klara Apotekar, judoistka leta 2019

»Lani mi je po evropskih igrah uspelo narediti preklon v glavi, tam sem premagal dobrega Ukrajinca v skupinskem delu in to mi je dalo zagon. Poleg tega sem v tem času dobil še otroka, kar je še dodatna vzpodbuda za vse borbe naprej. Lanski cilj je bil svetovno prvenstvo, kjer sem tudi prikazal izvrstni borbi, takrat sem videl, da lahko pariram s svetovnim podprvakom. Najbolj sem ponosen na svetovno prvenstvo, kjer sem kljub porazu prikazal takšno borbo kot sem si želel. Vem, da sem sposoben še takšnih in tudi boljših borb ter tudi, da se lahko uvrstim na olimpijske igre v Tokiu. Upam, da mi uspe zdržati brez poškodb, ki so me lovile pretekla tri leta. Cilj so seveda olimpijske igre, če lani ne bi naredil dveh usodnih napak, bi bil dosti bližje temu cilju.«

Vito Dragič, judoist leta 2019

Besedilo: JZS, fotografije: Rok Rakun

DRŽAVNO PRVENSTVO KADETI IN KADETINJE, STAREJŠI DEČKI IN DEKLICE

Velenje, 25. januar 2020 | V Velenju je potekalo državno prvenstvo v starostnih kategorijah kadetov in kadetinj ter starejših dečkov in deklíc.

Državno prvenstva za kadete in kadetinje se je udeležilo 145 judoistk in judoistov iz tridesetih klubov. Najuspešnejši klub je s šestimi naslovi državnih prvakov postal JK Bežigrad.

Državno prvenstva za kadete in kadetinje se je udeležilo 221 tekmovalk in tekmovalcev iz triinštiridesetih klubov. Po dva naslova državnih prvakov so domov odnesli judoisti in judoistke JK Beltinci, ŠD Gib Šiška, JK Olimpija Krmelj in JK Apolon Maribor.



Med kadeti so slavili:

do 50 kg Rok Knaflič, JK Apolon Maribor,
do 55 kg Benjamin Habič, JK Bežigrad,
do 60 kg Tobias Furst Črtanec, JK Bežigrad,
do 66 kg Nik Živkovič Kokalj, JK Bežigrad,
do 73 kg Miha Rudolf, TVD Partizan Ljutomer,
do 81 kg Ambrož Tacar, ŠD Gib Šiška,
do 90 kg Gal Bertalanič Žižek, JK Branik Maribor,
nad 90 kg Luka Maroh, JK Gorišnica.

Najboljše kadetinje so postale:

do 44 kg Urška Rižnar, TVD Partizan Ljutomer,
do 48 kg Diana Šterman, TVD Partizan Ljutomer,
do 52 kg Ana Škrabl, JK Bežigrad,
do 57 kg Tina Kovač, JK Acron Slovenj Gradec,
do 63 kg Nika Koren, JK Bežigrad,
do 70 kg Tea Kopitar Šturm, JK Bežigrad,
nad 70 kg Nicki Norčič, JK Olimpija.

Med starejšimi dečki so slavili:

do 34 kg Keno Kojc, ŠD Polyteam,
do 38 kg Nik Maj Vučko, JK Beltinci,
do 42 kg Jaka Samec, JK Acron Slovenj Gradec,
do 46 kg Gal Blažič, JK Železničar,
do 50 kg Klemen Vinkovič, JK Murska Sobota,
do 55 kg Nejc Norčič, JK Olimpija Krmelj,
do 60 kg Val Srabotič, ŠD Gib Šiška,
do 66 kg Gabriel Lipič, JK Beltinci,
nad 66 kg Maj Matevž Kušter, JK Apolon Maribor.

Najboljše med starejšimi deklicami so postale:

do 36 kg Gaja Tell Golja, JK Gorica,
do 40 kg Marija Gomaz, JK Apolon Maribor,
do 44 kg Tina Rogelj, JK Sokol,
do 48 kg Ajda Rozman Muha, JK Bežigrad,
do 52 kg Haya Veinhandl Obaid, DBV Komenda,
do 57 kg Ajda Sikošek, ŠD Gib Šiška,
do 63 kg Tjaša Tratar, JK Olimpija Krmelj,
nad 63 kg Mia Nevzatovič, JK 15. maj Marezige.



Preostali rezultati so na voljo na spletni strani JZS.

*Besedilo: JZS,
fotografije: JK Velenje*

DRŽAVNO PRVENSTVO MLAJŠI KADETI IN KADETINJE, ČLANI IN ČLANICE

Ljubljana, 29. februar 2020 | Državnega tekmovanja za mladince in mladinke se je udeležilo 122 tekmovalk in tekmovalcev iz dvain-

dvajsetih klubov, naslove državnih prvakov in prvakinj pa si je razdelilo osem klubov, najbolje pa so se odrezali judoisti in judoistke JK

Bežigrad s petimi naslovi državnih prvakov.

Državni prvaki v kategoriji mladincev so postali:
do 60 kg Tobias Furst Črtanec, JK Bežigrad,
do 66 kg Nace Herkovič, JK Acron Slovenj Gradec,
do 73 kg Goran Kelava, JK Bežigrad,
do 81 kg Alen Vučina, JK Oplotnica,
do 90 kg Žiga Brod, JK Bežigrad,
do 100 kg Rok Pogorevc, JK Acron Slovenj Gradec,
nad 100 kg Tim Kelc, JK Železničar.

Državni prvaki v kategoriji kadetinj so postale:
do 48 kg Tia Deželak, ŠD Gib Šiška,
do 52 kg Ana Škrabl, JK Bežigrad,
do 57 kg Eva Justin, JK Z'dežele Sankaku,
do 63 kg Lia Ludvik, JK Z'dežele Sankaku,
do 70 kg Manca Rozman Muha, JK Bežigrad,
do 78 kg Metka Lobnik, JK Apolon Maribor,
nad 78 kg Nicki Norčič, JK Olimpija.



Preostali rezultati na voljo na spletni strani JZS.

Besedilo, fotografije: JZS

DRŽAVNO PRVENSTVO PASOVI

Ljubljana, 29. februar 2020 | Pasovnega državnega prvenstva se je udeležilo 49 tekmovalcev iz sedemnajstih klubov.

Med belimi pasovi v kategoriji do 73 kilogramov je slavil **Tibor Kavčič Milivojevič** iz JK Golovec, v kategoriji nad 73 kilogramov pa se je višje stopnje pasu razveselil **Grega Poljsak** iz ŠD Tatami. V kategoriji rumenih pasov do 73 kilogramov je slavil **Tadej Špicar** iz JK Bežigrad, v odprti kategoriji rumenih pasov pa **Rok Turk** iz JK Železničar. Med nosilci oranžnih pasov sta v močni kon-

kurenci slavila **Greg Mirt** iz ŠD Bushido v kategoriji do 73 kilogramov ter **Jakob Klobčič** iz TVD Partizan Jesenice v kategoriji nad 73 kilogramov. V kategoriji do 73 kilogramov med zelenimi pasovi je slavil **Korab Totaj** iz JK Apolon Maribor, v kategoriji nad 73 kilogramov pa **Boštjan Cimerman** iz ŠD Bushido. Med modrimi pasovi je v kategoriji do 73 kilogramov zmagal **Rene Kloar** iz JK Drava Ptuj, v odprti kategoriji pa **Urban Kuhar** iz JK Velenje.

Med dekleti je v kategoriji belega pasu nad 57 kilogramov slavila **Lea**

Kostajnjšek iz JK Branik Maribor, **Anja Ramšak** iz JK Velenje v kategoriji nad 57 kilogramov oranžni pas, **Nika Virant** iz JK Sokol v kategoriji do 57 kilogramov zeleni pas, **Kaja Baler** iz JK Beltinci do 57 kilogramov modri pas in **Ana Marčeta** iz JZ Izola v odprti kategoriji modrega pasu.

Preostali rezultati so na voljo na spletni strani JZS.

Besedilo: JZS

DRŽAVNO PRVENSTVO V KATAH



Ravne na Koroškem, 18. julij 2020 | Na Ravnah na Koroškem, v soorganizaciji Judo zveze Slovenije, Judo zveze Koroške in JK Ravne na Koroškem, se je odvijalo letošnje državno prvenstvo v judo katah. Na prvenstvu, ki je bilo sicer odprtega tipa, so zaradi situacije s COVID-19 nastopili samo slovenski judoisti in judoistke. Kljub zaostrenim pogojem izvedbe se jih je zbralo kar 35,

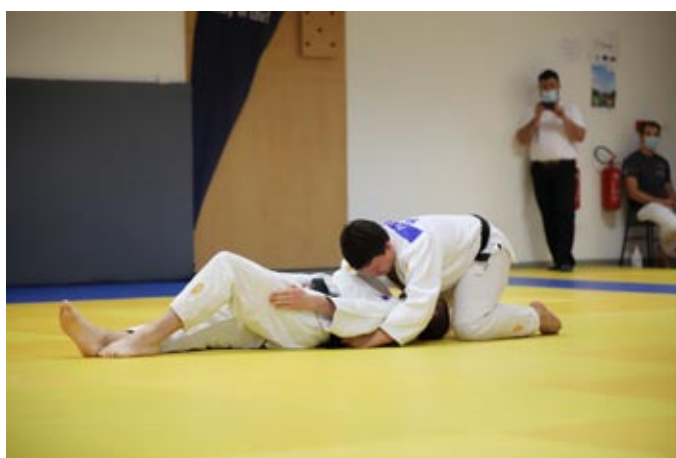
skupaj pa so prikazali petindvajset nastopov v šestih različnih judo katah in dveh skrajšanih katah za kyu pasove.

Največ, osem parov, je nastopilo v Nage-no-kati, najbolje pa sta se odrezala člana JK Slovenj Gradec Andrej Yankovskyy in Vinko Prevolšek.

Korošci so bili najboljši tudi v Kata-me-no-kati, kjer sta Luka Plaznik in

Žan Gostenčnik (JK Ravne) obranila lanski naslov, v Kodokan Goshinjutsu sta zmagala Robert Mesarič in David Mesarič (JK Slovenj Gradec), v skrajšani verziji Nage-no-kate pa sta bili najprepričljivejši Urška Bernard in Nuša Perovnik (JK Slovenj Gradec).

Darko Krašovec in Tina Pestotnik iz JK Sokol sta postala državna prvaka v kar dveh katah, in sicer v ime-no-



kati in Itsutsu-no-kati, v starodavni Koshiki-no-kati pa sta zmagala Maurizia Pacovich in Mojmir Kovač iz JK Koper. Tomo Mihaljevič in Kira Kojc sta osvojila zlato odličje v skrajšani verziji Katame-no-kate. Po tekmovanju, ki se je ob upoštevanju vseh varnostnih priporočil NIJZ odvilo zelo hitro in tekoče, smo izvedli še kratek trening, kjer

so udeleženci lahko poglobili svoje znanje v Nage-no-kati in se hkrati pripravljali tudi na izpite za pasove. Koroški judo klubi delujejo v okviru Judo zveze Koroške in so v svoji strategiji razvoja pomembno mesto namenili tudi razvoju judo kat s ciljem, da na Ravnah na Koroškem vzpostavimo regijski center za kate. Po lanski uspešni izvedbi turnirja

Kata 5 držav in letošnjem državnem prvenstvu judoiste in judoistke vabimo na Koroško že novembra, ko bomo izvedli kata tekmovanje in seminar, tokrat s poudarkom na Katame-no-kati.

*Besedilo in fotografije:
Robert Mesarič,
JK Ravne na Koroškem*

1.	Andrej Yankovskyy	Vinko Prevolšek	Nage-no-kata	JK Slovenj Gradec
2.	Maja Povšnar	Žan Požek	Nage-no-kata	JK Triglav
3.	Martin Pečnikar	Ivan Međeral	Nage-no-kata	JK Sokol, ŠD GIB Šiška
4.	Žiga Stergar	Nejc Markič	Nage-no-kata	JK Olimpija, JK Triglav
4.	Žan Kaizer	Gašper Topolinjak	Nage-no-kata	JK Slovenj Gradec
6.	Tamara Kovač	Urška Bernard	Nage-no-kata	JK Slovenj Gradec
7.	Tina Kovač	Laura Božič	Nage-no-kata	JK Slovenj Gradec
8.	Branimir Filovski	Tina Pestotnik	Nage-no-kata	JK Sokol

Katame-no-kata

1.	Luka Plaznik	Žan Gostenčnik	Katame-no-kata	JK Ravne na Koroškem
2.	Robert Kojc	Franc Križanič	Katame-no-kata	ŠD Polyteam
3.	Martin Pečnikar	Ivan Međeral	Katame-no-kata	JK Sokol, ŠD GIB Šiška
4.	Urška Torkar	Nejc Markič	Katame-no-kata	JK Triglav
5.	Maja Povšnar	Anka Pogačnik	Katame-no-kata	JK Triglav

Kime-no-kata

1.	Darko Krašovec	Tina Pestotnik	Kime-no-kata	JK Sokol
2.	Robert Mesarič	David Mesarič	Kime-no-kata	JK Slovenj Gradec

Kodokan Goshin-jutsu

1.	Robert Mesarič	David Mesarič	Kodokan Goshin-jutsu	JK Slovenj Gradec
2.	Tina Pestotnik	Darko Krašovec	Kodokan Goshin-jutsu	JK Sokol

Koshiki-no-kata

1.	Maurizia Pacovich	Mojmir Kovač	Koshiki-no-kata	JK Koper
2.	Robert Mesarič	David Mesarič	Koshiki-no-kata	JK Slovenj Gradec

Itsutsu-no-kata

1.	Darko Krašovec	Tina Pestotnik	Itsutsu-no-kata	JK Sokol
----	----------------	----------------	-----------------	----------

Nage-no-kata 3G

1.	Urška Bernard	Nuša Perovnik	Nage-no-kata 3G	JK Slovenj Gradec
2.	Ines Hribernik	Nace Herkovič	Nage-no-kata 3G	JK Slovenj Gradec
3.	Neža Pečoler	Klara Brodej	Nage-no-kata 3G	JK Slovenj Gradec
4.	Vid Kavnik	Gašper Topolinjak	Nage-no-kata 3G	JK Slovenj Gradec

Katame-no-kata 1G

1.	Tomo Mihaljevič	Kira Kojc	Katame-no-kata 1G	ŠD Polyteam
----	-----------------	-----------	-------------------	-------------

DRŽAVNO PRVENSTVO MLAJŠI KADETI IN KADETINJE, ČLANI IN ČLANICE

Maribor, 12. in 13. september 2020
Po daljšem premoru zaradi ukrepov povezanih s preprečevanjem okužb z virusom Covid-19, so se v Mariboru za naslove najboljših v državi pomerili mlajši kadeti, kadetinja, člani in članice.

Državnega tekmovanja za mlajše kadete in kadetinja se je udeležilo

148 tekmovalk in tekmovalcev iz triintridesetih klubov, naslove državnih prvakov in prvakinj pa si je razdelilo devet klubov.

Državnega prvenstva za člane in članice se je udeležilo 112 tekmovalk in tekmovalcev iz devetnajstih klubov, naslove državnih prvakov in prvakinj pa si je razdelilo devet klu-

bov. Darko Mušič, predsednik JZS, in Franc Očko, generalni sekretar JZS, sta bila enotnega mnenja, da so na izvedbo in organizacijo tekmovanja močno vplivale trenutne razmere in priporočila NIJZ.

Državne prvakinje v kategoriji mlajših kadetinj so postale:

do 44 kg Neža Mesiček, JK Apolon Maribor,
do 48 kg Jevgenija Gajič, JK Acron Slovenj Gradec,
do 52 kg Rea Pušnik, JK Apolon Maribor,
do 57 kg Maša Slavinec, JK Križevci pri Ljutomeru,
do 63 kg Ema Kolmanko, JK Bežigrad,
do 70 kg Lara Petrovič, JK Branik Maribor,
nad 70 kg Vanessa Asja Herič, JK Branik Maribor.

Državni prvaki v kategoriji mlajših kadetov so postali:

do 42 kg Enias Enej Roussakis, JK Bežigrad,
do 46 kg Enej Koželj, JK Bežigrad,
do 50 kg Mark Oman, JK Triglav Kranj,
do 55 kg Rok Knaflič, JK Apolon Maribor,
do 60 kg Urh Ogrizek, JK Oplotnica,
do 66 kg Lev Suhadolnik, JK Zmajčki,
do 73 kg Dmitry Chaynikov, JK Branik Maribor
do 81 kg Tilen Forjan, JK Beltinci,
nad 81 kg Žan Kostanjšek, JK Oplotnica.

Državne prvakinje med članicami so postale:

do 48 kg Maruša Štangar, JK Olimpija,
do 52 kg Nuša Perovnik, JK Acron Slovenj Gradec,
do 57 kg Tina Kovač, JK Acron Slovenj Gradec,
do 63 kg Tina Trstenjak, JK Z'đežele Sankaku,
do 70 kg Zarja Tavčar, ŠD Gib Šiška,
do 78 kg Anka Pogačnik, JK Triglav Kranj,
nad 78 kg Patricija Brolih, JK Bežigrad.

Državni prvaki med člani so postali:

do 60 kg David Štarkel, JK Impol,
do 66 kg Matjaž Trbovc, JK Z'đežele Sankaku,
do 73 kg Adrian Gomboc, JK Bežigrad,
do 81 kg Juš Mecilošek, JK Bežigrad,
do 90 kg Narsej Lackovič, TVD Partizan Ljutomer,
do 100 kg David Kukovica, JK Branik Maribor,
nad 100 kg Vito Dragič, JK Impol.



Na prvi pogled državno prvenstvo zaradi manjše udeležbe izgleda bolj mirno, ampak je ogromno dodatnih obveznosti, vodimo evidenco prisotnosti, vsi udeleženci so morali podpisati izjave, da so zdravi, uporabljamo zaščitne maske na celotnem prizorišču, držimo se varnostne razdalje in blazine so redno razkužene. Organizacijsko nam to povzroča še večji stres, ampak smo veseli, da vsaj lahko prvenstvo izpeljemo. Dogodek je bil zaprt za javnost in tako smo tudi podali prijavo na NIJZ s strani katerega smo dobili tudi zelo luč in smo jim hvaležni. Kot vse kaže je to sedaj naša realnost in bomo še nekaj časa na ta način organizirali vse naše dogodke. Dogodki se bodo odvijali brez publike ali z omejenimi mesti glede na velikost prizorišča. Pričakujem manj tekmovanj na državni in tudi na svetovni ravni, saj ne bo veliko organizatorjev pripravljenih organizirati dogodkov v teh časih, ko se razmere spreminjajo iz dneva v dan.

Darko Mušič, predsednik JZS

Zelo sem vesela, da smo ponovno na tatamijih in sem hvaležna judo zvezi, da so uspeli organizirati tekmovanje v tem času. Po eno strani je zelo težko, ker ne veš kje si. Dolgo se nisi boril in imel tega tekmovalnega ritma. Zelo sem vesela, da sem se lahko borila in tudi sem zadovoljna z uspehom. Prvič sem v kategoriji višje, korona je pustila svoje posledice. Odločila sem se, da ne bom zbijala kilogramov, ampak se bom borila kategorijo višje. V prihodnjih mesecih se imam namen udeležiti Grand Slama v Budimpešti in glede na rezultate tam bom videla, kako bo z mojo udeležbo na preostalih mednarodnih tekmovanjih do konca tega leta. Še vedno lovim olimpijsko normo, dala bom vse od sebe in če tekmovanja bodo še imam upanje, da se mogoče lahko prebijem na olimpijske igre v Tokiu.

Anka Pogačnik

V času korone sem imel dosti časa delati na tehniki in zato sem tudi danes preizkusil nekaj novih tehnik, ki so prinesle željene rezultate. Ko so bili mednarodni treningi onemogočeni, sem treniral v domačem klubu predvsem z lažjimi in mlajšimi tekmovalci. Nisem razvijal tehnike na moč, ampak na občutek in tako razvijal nove tehnike. Uspel sem pridobiti mehko v tehnikah, kar sem včasih samo gledal na treningu, ko sta tehniko kazala trenerja Igor Trbovc in Gregor Brod. Vesel sem, da sem sedaj prišel do tega, da tehnike izvajam manj z močjo in več z občutkom. Olimpijske igre v Tokiu ostajajo glavni cilj, udeležil se bom vseh napovedanih olimpijskih kvalifikacij turnirjev in dal vse od sebe ter poskušal doseči normo za nastop v Tokiu prihodnje leto.

Vito Dragič



Preostali rezultati so objavljeni na spletni strani JZS www.judoslo.si.

Besedilo: JZS

POKAL LENDAVE

Lendava, 11. januar 2020 | Tekmovanja za mlajše ter starejše dečke in deklice se je udeležilo 220 judoistk in judoistov iz petintridesetih klubov.

Ekipno najuspešnejši so bili tekmovalci in tekmovalke JK Železničar, ki so osvojili štiri zlate, srebrno in bronasto odličje. Drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke JK Drava Ptuj, ki so osvojili štiri zlate in dve bronasti medalji. S štirimi zlatimi medaljami pa so ekipno tretje mesto osvojili tekmovalci in tekmovalke Mladost Rimavska Sobota.

Besedilo: JZS



POHORSKI BATALJON



Slovenska Bistrica, 18. januar 2020 | Turnirja za člane in članice ter kadete in kadetinje se je udeležilo 154 judoistk in judoistov iz dvaintridesetih klubov, med drugim tudi predstavniki ruskega kluba Edelweiss.

Ekipno so se najbolje odrezali tekmovalci in tekmovalke JK Bežigrad, ki so osvojili šest zlatih, srebrno in sedem bronastih odličji. Drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke ruskega Edelweissa, ki so osvojili štiri zlate, srebrno in dve bronasti

medalji. Z zlato, dvema srebrnima in tremi bronastimi medaljami pa so ekipno tretje mesto osvojili tekmovalci in tekmovalke JK Apolon Maribor.

*Besedilo: JZS
Fotografija: JK Impol*

APOLON OPEN

Hoče, 1. februar 2020 | Tekmovanja za mlajše dečke in deklice, starejše dečke in deklice, mlajše kadete in kadetinje, mlajše cicibane in cicibanke se je udeležilo 960 judoistk in judoistov iz enainosemdesetih klubov.

Ekipno so se najboljše odrezali tekmovalci in tekmovalke hrvaške Pujanke, ki so dosegli šest prvih in po eno drugo in tretje mesto. Ekipno drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke moldavskega SSS Judo Moldova s petimi zlatimi, štirimi srebrnimi in enajstimi bronastimi medaljami. Tretje mesto je s petimi zlatimi, štirimi srebrnimi in šestimi bronastimi odličji pripadlo tekmovalkam in tekmovalcem poljskega UKS Same Judo.

Besedilo: JZS



POKAL LENDAVE

Lendava, 8. februar 2020 | Tekmovanja za mlajše kadete in kadetinje, mladinke in mladince, starejše dečke in deklice, mlajše dečke in deklice se je udeležilo 229 judoistk in judoistov iz dvaintridesetih klubov. Ekipno so se najboljše odrezali tek-

movalci in tekmovalke JK Murska Sobota, ki so osvojili šest zlatih, srebrno in tri bronasta odličja. Drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke JK Z'đežele Sankaku, ki so osvojili pet zlatih in dve srebrni medalji. S štirimi zlatimi, petimi srebrnimi in

osmimi bronastimi medaljami pa so ekipno tretje mesto osvojili tekmovalci in tekmovalke JK Bežigrad.

Besedilo: JZS



POKAL GUŠTANJ

Ravne na Koroškem, 15. februar 2020 | Tekmovanja za mlajše dečke in deklice, starejše dečke in deklice ter mlajše kadete in kadetkinje se je udeležilo 205 judoistk in judoistov iz devetindvajsetih klubov. Ekipno so bili najboljši tekmoval-

ci in tekmovalke JK Acron Slovenj Gradec, ki so osvojili osem prvih, tri druga in štiri tretja mesta. Drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke češke reprezentance do 15 let, ki so osvojili sedem prvih, tri druga in tri tretja mesta. S petimi prvimi,

sedmimi drugimi in dvema tretjima mestoma so ekipno tretje mesto osvojili tekmovalci in tekmovalke avstrijskega Salzburga.

Besedilo: JZS

Fotografije: JK Ravne na Koroškem



POKAL ŽIROV

Žiri, 7. marec 2020 | Tekmovanja za starejše dečke in deklice, mlajše dečke in deklice, mlajše cicibane in cicibanke se je udeležilo 256 judoistk in judoistov iz sedemindvajsetih klubov. Ekipno so se najbolje odrezali tekmovalci in tekmovalke

ŠD Tatami, ki so osvojili devet zlatih, osem srebrnih in osem bronastih odličji. Drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke JK Bežigrad, ki so osvojili sedem zlatih, tri srebrne in pet bronastih medalj. S šestimi zlatimi, sedmimi srebrnimi

in osmimi bronastimi medaljami pa so ekipno tretje mesto osvojili tekmovalci in tekmovalke DBV Komenda.

Besedilo: JZS

Fotografija: JK Žiri



BAUMGARTNOV PAS

Maribor, 20. junij 2020 | Tekmovanja za člane in članice, kadete in kadetinja ter mlajše kadete in kadetinja se je udeležilo 119 judoistk in judoistov iz osemnajstih klubov. Ekipno so bili najboljši tekmovalci in tekmovalke JK Acron Slovenj Gradec, ki so osvojili devet prvih,

pet drugih in pet tretjih mest. Drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke JK Branik Broker, ki so osvojili osem prvih, dve drugi in štiri tretja mesta. S sedmimi prvimi in petimi drugimi mesti so ekipno tretje mesto osvojili tekmovalci in tekmovalke JK Apolon Maribor.

V absolutni kategoriji je slavil domačin Enej Marinič in s tem že tretje leto zapored osvojil zlat Baumgartnov pas.

Besedilo: JZS

Fotografije: JK Branik Broker



POKAL NOVEGA MESTA

Novo mesto, 27. junij 2020 | Tekmovanja za mlajše dečke in deklice ter starejše dečke in deklice se je udeležilo 59 judoistk in judoistov iz petnajstih klubov.

Ekipno so se najbolje odrezali tekmovalci in tekmovalke JK Apolon

Maribor, ki so dosegli osem prvih, štiri druga in eno tretje mesto. Ekipno drugo mesto so osvojili judoisti in judoistke JK Acron Slovenj Gradec s štirimi zlatimi in dvema srebrnima medaljama. Tretje mesto je s tremi zlatimi in dvema srebrnim

odličji pripadlo tekmovalkam in tekmovalcem JK Železničar.

Besedilo: JZS

Fotografije: ŠD Bushido



POKAL PTUJA

Ptuj, 3. oktober 2020 | Tekmovanja za mlajše dečke in deklice, starejše dečke in deklice ter kadete in kadečinje se je udeležilo 126 tekmovalk in tekmovalcev iz šestnajstih slovenskih klubov.

Najbolje so se odrezali domačini – judoisti in judoistke JK Drava Ptuj so osvojili 14 zlatih, 6 srebrnih in 7 bronastih odličij. Po številu medalj so na drugem mestu pristali tekmovalci in tekmovalke JK Z'dežele Sananku s petimi prvimi in tremi drugimi mesti. Ekipno tretje mesto je pripadlo JK Gorišnica čigar tekmovalci in tekmovalke so dosegli 4 prva, 2 druga in 2 tretja mesta.

*Besedilo: JZS
Fotografija: JK Drava*



Ekipni zmagovalci Pokal Ptuja 2020

POKAL KOMENDE

Komenda, 10. oktober 2020 | Tekmovanja za mlajše dečke in deklice, starejše dečke in deklice, mlajše kadete in kadečinje, mlajše cicibane in cicibanke se je udeležilo 260 tekmovalk in tekmovalcev iz devetindvajsetih slovenskih klubov.

Ekipno najuspešnejši so bili tekmovalci in tekmovalke JK Bežigrad, ki so osvojili 6 zlatih, 14 srebrnih in 11 bronastih medalj. Drugo mesto je pripadlo domačim judoistkam in judoistom s petimi prvimi, dvema drugima in šestimi tretjimi mesti.

S tremi zlatimi, petimi srebrnimi in dvema bronastima odličjema so ekipno tretje mesto zasedli tekmovalci in tekmovalke ŠD GIB Šiška.

Besedilo: JZS, foto: JK Komenda



POKAL GORICE

Nova Gorica, 18. oktober 2020 | Tekmovanja za mlajše dečke in deklice ter starejše dečke in deklice se je udeležilo 73 judoistk in judoistov iz dvanajstih slovenskih klubov. Največ odličij so osvojili tekmovalci in tekmovalke mariborskega JK

Apolon, ki so na dosegli pet prvih, šest drugih in eno tretje mesto. S štirimi zlatimi in eno srebrno medaljo so ekipno drugo mesto osvojili judoisti in judoistke JK Branik Maribor, s štirimi prvimi in dvema tretjima mestoma pa je skupno tre-

tje mesto pripadlo tekmovalkam in tekmovalcem JK Tatami.

*Besedilo: JZS,
foto: JK Gorica*



VELIKA NAGRADA TEL AVIV

Tel Aviv, 23. januar 2020 | V Izraelu je nastopilo 545 judoistk in judoistov iz enainosemdesetih držav. Slovenske barve so branili Adrian Gomboc, Martin Hojak, Vito Dragič, Maruša Štangar, Anja Štangar, Kaja Kajzer, Andreja Leški, Anka Pogacnik in Patricija Brolih.

PRVI DAN, PRVA MEDALJA

Prvi dan tekmovanja je Kaja Kajzer v kategoriji do 57 kilogramov stopila na najvišjo stopničko, uspešen dan pa je s sedmim mestom v kategoriji do 48 kilogramov dopolnila Maruša Štangar.

Kaja Kajzer je v izločilnih dvobojih premagala Rusinjo Kazarino, ko so slednji dosodili tri kazni, nato je v osemnajsti sekundi podaljška z waza-arijem presenetila staro znanko, Avstrijko Filzmoserjevo. V četrtfinalu je slavila nad Čehinjo Vero Zema-

no, ki jo je v drugi minuti podaljška premagala z lepim metom za ipon. Mesto v finalu si je zagotovila v borbi za zlato točko, ko je z waza-arijem premagala Portugalko Monteiro. Zlato kolajno si je Kaja Kajzer priborila z zmago nad Francozinjo Receveaux, s katero sta bili večino dvoboja izenačeni, na koncu pa je v podaljšku Kaja osvojila zlato točko z metom za waza-arijem. To je njena šesta in druga zlata kolajna na tekmovanjih ranga Grand Prix.

Kaja je ob izjemnem uspehu povedala: »Občutki ob zlati kolajni so fenomenalni! Dan se zame danes ni začel najbolje, v dvorano sem prišla utrujena, ker pa sem bila nosilka kategorije, sem imela dovolj časa, da sem se spočila in pripravila na borbe. Z vsemi današnjimi borbami sem na splošno zelo zadovoljna. Prva borba je zame vedno najtežja.



Prva današnja nasprotnica je prišla iz kategorije nižje v to mojo kategorijo in je fizično močnejša od mene, vendar sem jo taktično premagala s pomočjo kazni. Ostale borbe so bile vse zahtevne, saj sem imela vse zelo izkušene nasprotnice.«

Prvi dan je na tatami stopila tudi Maruša Štangar, ki je v uvodnih



dvobojih z waza-arijem premagala Španko Garcia, nato z iponom še Čilenko Vargas. V četrtfinalnem dvoboju se je bolje znašla Francozinja Boukli, ki si je priborila dva waza-arija in posledično ipon, Maruša pa je nadaljevala v repešažu. V popravnem boju se je pomerila z Evo Csernoviczki, ki je Slovenko premagala z metom za ipon.

Maruša je po borbah dejala: *»Današnji rezultat je kar realen glede na trenutno stanje. Z nekaterimi stvarmi v borbi nisem najbolj zadovoljna in te moram še popraviti. So pa tudi pozitivne stvari s katerimi sem zadovoljna. Zame je bila to zelo koristna tekma, saj sem se srečala z nasprotnicami, ki jih prej na tekmovanjih še nisem srečala.«*

Anja Štangar je nastopila v kategoriji do 52 kilogramov in že v uvodnem dvoboju klonila proti Reki Pupp, ko si je v podaljšku Madžarka priborila ipon.

Adrian Gomboc je v uvodnem dvoboju kategorije do 66 kilogramov klonil proti Belorusu Minkovu, ki je v tretji minuti podaljška dosegel waza-ari.

DRUGI DAN, DRUGA KOLAJNA

Drugi dan velike nagrade Tel Aviva je na zmagovalni oder kategorije do 73 kilogramov stopil Martin Hojak, ki je osvojil bron. Uspeh je s sedmim mestom dopolnila Anka

Pogačnik.

Martin Hojak je vse tri izločilne dvoboje dobil s prepričljivimi iponi. Najprej je premagal Monačana Bessija, nato Avstrijca Reiterja in v tretjem krogu še Korejca An Changima, nekdanjega svetovnega prvaka iz leta 2018. V četrtfinalu mu je nasproti stal Tadžikistanec Khojazoda, proti kateremu si je pol minute pred koncem Martin priboril prednost waza-arija, nato pa tekmeča prisilil k predaji dvoboja z vzvodom na komolec. Edini poraz dneva je Martin doživel proti aktualnemu olimpijskemu prvaku Italijanu Basile, ki je v podaljšku polfinala dosegel ipon. Za bronasto kolajno se je Slovenec boril proti Italijanu Espo-

sito. V sedmi sekundi dvoboja je Martin Italijana vrgel za waza-ari, v parterju nadaljeval s tehniko davljenja in v nekaj sekundah nasprotnika prisilil k predaji dvoboja. S to zmago je Martin Hojak osvojil svojo prvo medaljo na Grand Prix.

Izločilne dvoboje kategorije do 70 kilogramov je Anka Pogačnik pričela z zmago nad Danko Sook z iponom, sledil je dvoboj z Nemko Scoccimarro, proti kateri si je nekaj sekund pred koncem rednega dela Anka priborila prednost waza-arija in se s tem uvrstila v nadaljnje tekmovanje. V četrtfinalu ji je nasproti stala Španka Tsunoda, ki pa je našo predstavnico premagala s končnim prijemom in jo poslala v repasaž. Pred borbo za kolajno se je morala spopasti s Kanadčanko Zupancic, ki pa si je priborila prednost waza-arija, kar je zadržala do konca rednega dela in tako je Anka zasedla končno sedmo mesto. Anka je bila po borbah nekoliko razočarana: *»Sem dokaj zadovoljna, prikazala sem dobre borbe, ampak kljub temu sem upala na več, saj sem se počutila zelo dobro. Najtežja borba se mi je zdelo z Nemko Scoccimarro, ker je do danes še nisem premagala in tudi nazadnje, ko sva se srečali v Osaki me je premagala. Danes pa sem jo uspela premagati in se s tem uvrstila v četrtfinale turnirja.«*





Andreja Leški se je na tekmovanja vrnila po poškodbi. V prvem izločilnem dvoboju se je pomerila z Nizozemko Van Den Berg in si v zadnji minuti rednega dela priborila prednost waza-arija in nato nekaj sekund pred koncem dvoboj zaključila z metom za ipon. V tretjem kro-

gu izločilnih dvobojev ji je nasproti stala Korejka Han, ki je slavila po treh dosojenih kaznih Andreji.

TRETJI DAN

V kategoriji do 78 kilogramov je za Slovenijo nastopila Patricija Brolih, ki je v izločilnih dvobojih premagala

Christi-Rose Pretorius iz Zimbabveja, nato pa se z zmago nad Korejko Lee, ki ji jo je prinesla prednost waza-arija, uvrstila v nadaljevanje tekmovanja. V četrtfinalu je bila od Patricije močnejša Nemka Malzahn, ki si je v podaljškju priborila zmago z waza-arijem, Slovenka pa je v repasažu z iponom premagala Rusinjo Babintsevo ter se s tem uvrstila v borbo za bronasto kolajno. Za mesto na zmagovalnem odru se je pomerila s Korejko Yoon, ki pa si je priborila prednost waza-arija, ki jo je minuto pred koncem nadgradila še z drugim in posledično slavila z iponom. Patricija je tako zasedla peto mesto, kar je njen največji uspeh na velikih tekmovanjih v članski kategoriji.

Vito Dragič je v odprti moški kategoriji klonil proti Kigrigizstancu Krakovetskiiju, ko so mu dosodili tri kazni.

Besedilo: JZS, fotografije: IJF

GRAND SLAM PARIZ

Pariz, 8. februar 2020 | V Franciji je nastopilo 680 tekmovalk in tekmovalcev iz stosedemnajstih držav, med njimi tudi Martin Hojak, Vito Dragič, Kaja Kajzer, Tina Trstenjak, Andreja Leški, Klara Apotekar, Patricija Brolih in Anamari Velenšek.

TINI BRON

Prvi dan velike nagrade Pariza je na zmagovalni oder stopila Tina Trstenjak, njen uspeh je, s petim mestom v isti kategoriji, dopolnila Andreja Leški.

Tina Trstenjak, aktualna olimpijska prvakinja kategorije do 63 kilogramov, je v uvodu premagala

domačinko Devitry – Francozinji so dosodili tri kazni. V tretjem krogu izločilnih dvobojev se je Tina pomerila z Mongolko Bold,



ki je prav tako

prejela tri kazni in izgubila dvoboj. S

prednostjo waza-arija, ki jo je uspešno zadržala do konca borbe, si je Slovenka zagotovila mesto v polfinalu, v katerem se je pomerila s še drugo od Japonk, tokrat Nabekura, ki si je s končnim prijemom v parterju priborila ipon in zmago. V borbi

za kolajno je Tina premagala Kanadčanko Beauchemin-Pinard, ko so slednji dosodili tri kazni, in osvojila bron. To je Tinina štirinajsta medalja za Grand Slam in skupno sedeminštirideseta medalja na velikih tekmovanjih.

V kategoriji do 63 kilogramov je Slovenijo zastopala tudi Andreja Leški, ki je v podaljšku v izločilnih dvobojih z iponom najprej premagala Avstrijko Krssakovo, nato še Piovesano. Britanka je vodila s prednostjo waza-arija, nato pa so jo po prejemu treh kazni diskvalificirali. Četrtnfinalni dvoboj proti Korejki Han je Andreja dobila s končnim prijemom, v polfinalu pa je klonila proti domačinki Clarisse Agbegnenou. Francozinja si je priborila dva waza-arija, Andreja pa je nadaljevala v borbi za bron. Zelo izenačena borba z Japonko Doi, ki jo je predhodno že premagala Tina Trstenjak, se je prevesila v podaljšek, v katerem sta obe prejeli po dve kazni, tretjo pa so po izstopu iz tekmovalnega območja prisodili

Andreji, ki je tako osvojila končno peto mesto.

Po tekmovanju je povedala: *»Prvi občutki ob doseženem petem mestu so malo mešani, čutim razočaranje. Zadal sem si, da v Parizu dosežem medaljo. Ne glede na vse je to zelo lep rezultat, ker je ta tekma ena izmed najbolj prestižnih v judu. Še vedno sem v postopku vračanja v tekmovalni svet po moji poškodbi in zato sem v celoti zadovoljna s tem kar sem danes pokazala. Najbolj mi je hudo zato, ker vem, da sem konkurenčna in sposobna doseči te medalje. Gledam naprej in se ne obremenjujem preveč, saj je kariera nek dolgo trajen postopek v katerem so vzponi in padci.«*

Prvi dan je bil edini moški predstavnik za Slovenijo Martin Hojak, ki je nastopil v kategoriji do 73 kilogramov. V prvem dvoboju je v tretji minuti dvoboja premagal Leeja iz Kitajske, v drugem krogu pa je klonil proti Egiptčanu Mohyeldinu, ko si je ta priboril dva waza-arija.

Kaja Kajzer je v uvodnem dvoboju

kategorije do 57 kilogramov v podaljšku po treh dosojenih kaznih izgubila proti Bolgarki Ilievi.

TIK POD STOPNIČKAMI

Drugi dan Grand Slama v Parizu je v kategoriji do 78 kilogramov peto mesto osvojila Klara Apotekar.

Aktualna evropska prvakinja Klara Apotekar je svoje dvoboje pričela z zmago nad Korejko Yoon, proti kateri si je najprej priborila prednost waza-arija, dvoboj pa zaključila s končnim prijemom, ki ji je prinesel ipon. V četrtnfinalu je premagala Poljakinjo Pacut, ko si je nekaj sekund pred koncem rednega dela priborila prednost waza-arija. Polfinalni dvoboj je šel v korist domačinke Posvite, ko je z vzvodom na komolec prišla do ipona, Klara pa je pristala v borbi za bron. Zaradi poškodbe ni stopila na tatami in tako je tekmovanje končala na petem.

Patricija Brolih je bila naša druga predstavnica v kategoriji do 78 kilogramov. V uvodu je v prvi minuti dvoboja z iponom premagala Nemko Zenker. V naslednjem dvoboju se je pomerila z domačinko Tcheumeo, ki si je s končnim prijemom priborila zmago, s katero je Patricijo izločila iz tekmovanja.

V odprti ženski kategoriji je slovenske barve zastopala Anamari Velenšek. V izločilnih dvobojih je z vzvodom na komolec k predaji prisilila Tajpejko Tsai. V drugem krogu se je pomerila s Tunizijko Cheikh Rouhou, prejela tri kazni in zaključila s tekmovanjem.

Naše edini moški predstavnik je v kategoriji nad 100 kilogramov bil Vito Dragič, ki pa je v izločilnih dvobojih, ko so mu dosodili tri kazni, klonil proti domačinu Sanalu.

V Parizu se je poleg slovenskih nastopov zgodilo nekaj prelomnega. Dvakratni olimpijski prvak Teddy Riner je po desetletju in stoštiriinpetdesetih zaporednih zmagah izgubil dvoboj.

Besedilo: JZS, fotografije: IJF



KADETSKI POKAL FOLLONICA

Follonica, 8. februar 2020 | V Italiji je nastopilo 485 kadetov in kade-tinj iz sedemindvajsetih držav. Slovenske barve so zastopali Matevž Štefan, Gašper Kokalj, Jaka Prebrl, Tina Kovač, Ines Hribernik, Kaja Schuster, Tea Kopitar Šturm in Nicki Norčič.

Gašper Kokalj je nastopil v kategoriji do 60 kilogramov. V prvem krogu je premagal Danija Klačara iz Hrvaške, v naslednjem boju pa izgubil proti Nizozemcu Matsu Koolmoesu. V popravnih bojih je zabeležil zmagi v borbah z Italijanom Cristianom Micelijem in Špancem Davidom Gimonom Tricotom, nato pa izgubil s Kylianom Noelom iz Francije in tekmo vanje zaključil na 7. mestu.

V kategoriji do 63 kilogramov sta nastopili Ines Hribernik in Kaja Schuster. Ines je v uvodu premagala Mayo Jordan Zippel iz Nemčije in Victorio Marhold iz Avstrije, nato pa izgubila proti Annick Baas iz Nizozemske. Popravne boje je začela z odliko – z zmagama proti Libanonki Aqulini Chayeb in Nizozemki Eleni van den Brink, v borbi za kolajno pa je izgubila proti Lieke Derks iz Nizozemske in tekmo vanje končala na 5. mestu. Kaja je prvi boj z Esmee Kroon iz Nizozemske dobila, nato pa izgubila proti Brazilki Thauany

David Capanni Dias, ki jo je poslala v repasažne boje. Prvi popravní boj je opravila z odliko in premagala Španko Aitano Fernandez Herrero, v nadaljevanju pa izgubila proti Avstrijki Eleni Dengg in tekmo vanje končala na 7. mestu.

DVOJNO ZLATO

V kategoriji do 70 kilogramov je slovenske barve branila Bežigrajčanka Tea Kopitar Šturm, ki je v uvodnih bojih premagala Italijanko Emmo Petrolo, Vasileio Saroglaki iz Grčije in Nadio Swinkels iz Nizozemske. V polfinalu je izločila še drugo Nizo-

zemko Cheyenne van der Sluis, po finalni zmagi nad tretjo Nizozemko Esme Scherrenberg pa s ponosom stopila na najvišjo stopničko.

Odličen dan je imela tudi Ljubljjančanka Nicki Norčič, ki se je po zmagah nad Italijankama Liliano Cardillo in Morgano de Paoli v polfinalu pomerila z Dario Lapino. Slovenka je bila boljša od predstavnice Rusije, v finalu pa jo je pričakala še druga Rusinja, Anzhelika Taratunina. Nicki je ostala zbrana do konca in po zmagi osvojila 1. mesto.

Besedilo: JZS, fotografije: IJF



EVROPSKI POKAL ZA ŽENSKE

Bratislava, 15. februar 2020 | V Bratislavi se je pomerilo 154 tekmovalk iz tridesetih držav, med njimi pet Slovenk – Teja Tropan, Zarja Tavčar, Lia Ludvik, Anka Pogačnik in Metka Lobnik.

Teja Tropan je v uvodnih bojih kategorije do 52 kilogramov nanizala zmagi proti Ukrajinki Anni Surovi in Nemki Tamari Ohl, v četrtfinalu pa

je bila boljša od Francozinje Marie Orsini. V polfinalnem boju je izgubila proti Doriane Colman iz Francije in nadaljevala v boju za bron. Borba z Amber Ryheul se ni končala po Tejinih željah, saj je bila Belgijka uspešnejša in Teja je tekmo vanje končala na 5. mestu.

V kategoriji do 63 kilogramov je Lia Ludvik gladko opravila z Belgijko Se-

lino Delen in Nemko Dewi de Vries, v polfinalu pa izgubila proti Momo Tatsukawi iz Japonske. V borbi za bron se je ponovno zbrala, premagala Švicarko Carino Haldbrand in tekmo vanje končala na 3. mestu.

Od slovenskih predstavnic je imela najboljši dan Anka Pogačnik, ki je v kategoriji do 70 kilogramov v uvodnih bojih premagala Kelly Pe-

tersen Pollard iz Velike Britanije in Urszulo Hofman iz Poljske. Polfinalu se je pomerila s Švicarko Alino

Lengweiler in po zmagi nadaljevala v finale. Boj za prvo mesto z Utane Sugiyama iz Japonske se je odvil v

korist Anke, ki je s tem osvojila 1. mesto.

Besedilo: JZS, fotografije: EJU



GRAND SLAM DÜSSELDORF

Düsseldorf, 21. februar 2020 | V Nemčiji se je pomerilo 659 judoistk in judoistov iz stoosemnajstih držav, med njimi šest predstavnikov Slovenje – Adrian Gomboc, Martin Hojak, Vito Dragič, Tina Trstenjak, Patricija Brolih in Anamari Velenšek.

Tina Trstenjak je na Grand Slam v Düsseldorf prišla kot prva nosilka kategorije do 63 kilogramov, zato je bila tudi v prvem krogu prosta. V drugem krogu je v podaljšku zmagala proti Italijanki Gwend, ko so ji dosodili tri kazni. V tretjem krogu se je pomerila s Kazahstanko Berdybekovo in jo po minuti in pol borbe premagala z iponom. V četrtfinalu je Tina s prednostjo waza-arija odpravila Rusinjo

Daydovo in se uvrstila v polfinale. V polfinalnem boju je Tina po dobri minuti z iponom premagala Francozinjo Dekert in se uvrstila

v finale. V finalu se je srečala s staro znanko Japonko Tashiro, ki je bila tudi tokrat uspešnejša. Japonka je povedla z waza-arijem, nato pa jo zadržala v





končnem prijemu. Tina je tako osvojila srebrno kolajno.

Dobre predstave je v Düsseldorfu pokazal tudi Martin Hojak, ki je nastopil v kategoriji do 73 kilogramov. V uvodni borbi je z

iponom v dveh minutah premagal Kazahstanca Sembayeva. V prvem krogu je imel Martin veliko dela proti izkušenemu Mongolcu Ganbaatarju, ki pa je v podaljšku prejel kazen in izgubil. Martinov tretji nasprotnik je bil predstavnik begunske ekipe Jamal Tareqa. Slovenec je svojo premoč unovčil v drugi minuti, ko je nasprotnika vrgel na ipon. V četrtem krogu se je pomeril z nekdanjim olimpijskim prvakom, Gruzijcem Lasho Shavduashvilijem. Po srditem boju je Martin izvedel svojo značilno tehniko in nasprotnika položil na

hrbet. V četrtfinalu je bil za Martina aktualni olimpijski prvak Japonec Shohei Ono previsoka ovira in po porazu se je uvrstil v popravne boje. V podaljšku prvega je z lepim metom ugnal Francoza Chainea, za tretje mesto pa se je pomeril z Azerbajdžancem Rustamom Orujovom. V zelo izenačeni borbi, kjer sta oba borca pridobila po 2 kazni, nato je Orujov po napadu Hojaka izvedel protimet in si pridobil odločilno prednost wazarija. Martin je tako osvojili 5. mesto.

Besedilo: JZS, fotografije: IJF

EVROPSKI POKAL DUBROVNIK

Dubrovnik, 3. oktober 2020 | Tekmovanja za evropski pokal, ki je potekalo pri naših južnih sosedih, se je udeležilo 98 judoistk in judoistov iz Slovenije, Hrvaške, Srbije, Italije, Bosne in Hercegovine ter Kosova. Med osemindvajsetimi slovenskimi tekmovalci se je uvrstitve med sedem najboljših veselilo kar petnajst judoistk in judoistov.

David Štrakel je v kategoriji do 60 kilogramov nanizal dve zmagi in poraz ter osvojil prvo mesto.

V kategoriji do 66 kilogramov so se med sedem najboljših uvrstili trije Slovenci. Matjaž Trbovc je v uvodnem boju premagal Srba Uroša Popovića, nato izgubil proti Mateju Stošiču ter nadaljeval v borbi za bron. Za kolajno se je pomeril z rojakom Luko Tropanom, ki je do borbe za odličje nanizal zmago proti Mauriciu Bratičeviću in poraz v borbi z Leonom Dapicem. V repasažu se je prebil preko Strahinja Bunčića, sanje o kolajni pa mu je preprečil Matjaž Trbovc. Tako je Luka tekmovalje končal na 5. mestu. Do bronastega odličja pa je po uvodnem porazu z Matejem Stošičem in dveh zaporednih zmagah v popravnih bojih uspelo priti tudi Jaki Kavčiču, ki se je v borbi za tretje mesto pomeril z Leonom Dapicem iz Hrva-

ške. S slovenskim pridihom je bila tudi kategorija do 73 kilogramov, v kateri so kar štirje judoisti prišli do uvrstitev med prvih sedem. Najbolje se je znašel Adam Bergant, ki je nanizal zmagi proti Davorju Obrvanu in Jušu Mecilošku, nato v polfinalu klonil proti Srbu Aleksandarju Rajjicicu in nadaljeval v borbi za bron, kjer je ohranil mirno glavo in slavil proti rojaku Goranu Kelavi. Tudi Goran je do borbe za bron nanizal zmago v uvodnem boju, ko je premagal Hrvata Patrika Sumporja, nato pa klonil proti Shigeku Nakamuri iz Kosova. Oba popravna dvojboja z rojakoma Aljažem Plantakom in Žanom Markovičem je opravil z

odliko, a v boju za tretje mesto nalletel na razpoloženega Breganta. Tako je tekmovalje končal na 5. mestu. Prav tako 5. mesto je osvojil Juš Mecilošek, ki je v uvodu klonil proti rojaku Adamu Bregantu, nato premagal Davorja Obrvana in Timona Perića. V boju za tretje mesto je bil Srb Djordje Stanojević nekoliko premočen in Juš je tekmovalje končal na 5. mestu. Srb je bil usoden tudi za Žana Markovića, ki ga je premagal v uvodnem boju, Slovenec pa je nato uspešno prešel prvo fazo popravnih bojov in slavil proti Mislavu Krčku. V nadaljevanju repasaža je bil boljši Goran Kelava in Žan je tekmovalje končal na 7.



mestu. V absolutni kategoriji sta bila najboljša slovenska predstavnika Vito Dragič in Enej Marinič. Vito je v polfinalu premagal Srba Vladimirja Kostića, nato v finalu klonil proti drugemu Srbu Žarku Čulumu in tako tekmovanje končal na 2. mestu. Enej je slabo začel in v prvem krogu izgubil proti kasnejšemu zmagovalcu Žarku Čulumu, nato pa bil uspešen v popravnem boju, v katerem je ugnal Ivana Čovića, ter v boju za tretje mesto, ko je bil boljši od Vladimirja Kostića iz Srbije.

V kategoriji do 57 kilogramov se je med Slovenkami najbolje odrezala Anna Marie Ograjenšek, ki je po porazu v polfinalu proti Flaki Loxha iz Kosova in borbi za bron proti Marici Perišić izgubila, a tekmovanje končala na 5. mestu.

Lia Ludvik je v kategoriji do 63 kilogramov zabeležila zmago proti Ivi Oberan in Tei Tintor, nato poraz v borbi z Lauro Fazliu. V zadnji borbi se je skoncentrirala, premagala



Anjo Obradović iz Srbije in se veselila končnega 2. mesta.

V kategoriji do 70 kilogramov so se med Slovenkami najbolje odrezale Anka Pogačnik, Zarja Tavčar in Tajda Senekovič. Anka je po zmagah nad Andelo Violić, Ivano Mandarić in Barbaro Matić suvereno stopila na najvišjo stopničko. Zarji se je ponesrečil uvodni nastop, ko je bila boljša Lara Cvjetko, nato pa je

Slovenka suvereno ugnala Djurdjino Radmilović in osvojila 3. mesto. Nekaj smole je imela Tajda, ki je po porazih proti Ivani Mandarić in Anđeli Violić tekmovanje končala na 7. mestu.

Besedilo: JZS, foto: EJU

KADETSKI POKAL BIELSKO BIALA

Bielsko-Biala, 10. oktober 2020 | Tekmovanja za kadete in kadetinja, ki je potekalo na Poljskem, se je udeležilo 107 tekmovalk in tekmovalcev iz Slovenije, Belgije, Estonije, Kosova, Litve, Poljske in Češke. Med petindvajsetimi slovenskimi tekmovalci se je uvrstitve med sedem najboljših veselilo kar dvajset judoistk in judoistov.

V kategoriji do 57 kilogramov so Slovenke osvojile 3. in dve 5. mesti. Ana Škrabl je po zmagi nad Noro Watson in porazu s Terezo Vaclavkovo ostala zbrana in v borbi za 3. mesto premagala Evo Justin. Slednja je v uvodu premagala Oliwio Watorek, nato izgubila proti Anni Liisi Nurm ter nadaljevala v repasažu. Po zmagi nad Luno Verfaillie jo je v borbi za 3. mesto premagala Ana Škrabl in Eva je

tekmovanje končala na 5. mestu. Prav tako 5. mesto je zasedla Anna Marie Ograjenšek, ki je bila v prvem krogu boljša od Lune Verfaillie, nato pa zabeležila poraza proti Anni Liisi Nurm in Danieli Badura.

Kaja Schuster je slavila v kategoriji do 63 kilogramov, ko je nanizala zmage nad Oliwio Szafransko, Anno Skalska in Martyno Glubiak. Nika Koren je po slabem začetku, ko je izgubila proti Martyni Glubiak,



premagala rojakinjo Živo Pongrašič, nato pa v borbi za bron klonila proti Anni Skalska ter osvojila končno 5. mesto. Živa je, tako kot v repasažu proti Niki, v uvodu izgubila v borbi z Anno Bednarz in osvojila končno 7. mesto. Enako statistiko je zabeležila Uršula Mazovec, ki je po porazih proti Anni Skalski in Oliwii Szafranski končala na 7. mestu.

V kategoriji do 70 kilogramov smo spremljali slovenski finale med Teo Kopitar Šturm in Dono Skaza. Tea se je do finala prebila po zmagah nad Nino Ciesielsko in Zuzanno Banaszeko, Dona pa je premagala Jutto Vanbrabant in Aleksandro Kowalewsko. V finalu se je boljše znašla Tea, Dona pa je tekmovanje končala na 2. mestu.

V kategoriji nad 70 kilogramov je Vanessa Asja Herič zabeležila poraz proti Emilii Gonsior ter zmago nad Lauro Linkute ter tekmovanje končala na 2. mestu.

V kategoriji do 60 kilogramov je Tobias Furst Črtanec po zmagah nad Tomasom Meixnerjem in

Gašperjem Kokaljem v finalu klonil proti Ksaweryju Ignasiaku in osvojil 2. mesto. Gašper Kokalj je v uvodu premagal Krystiana Szymonika, izgubil v borbi s Tobiasom, v borbi za bron pa bil uspešnejši od Raya Marinxa in se veselil stopničk.

Urban Bolko je v kategoriji do 66 kilogramov uvodni boj z Gheronom Lecomptejem izgubil, nato zabeležil dve zmagi v popravnih bojih proti Janu Lisyju in Niku Živkoviču Kokalju, nato pa v borbi za bron klonil proti Dardanu Ceni in zaključil na 5. mestu. Nik je izgubil uvodni boj z Wojciechom Koziolkom, nato premagal Vaclava Novaceka, po porazu z Urbanom pa končal na 7. mestu. Leon Kavčič je bil uspešen v prvem krogu, ko je premagal Jirija Lindovskyja, nato pa zabeležil poraza v borbah z Viljarjem Lipardom in Jakobom Pecem ter tekmovanje končal na 7. mestu.

V kategoriji do 73 kilogramov se je Nik Purnat suvereno spopadel s tekmeči in po zmagah nad Noahom

Christiaensom, Karlom Platosom ter Dawidom Szulikom stopil na najvišjo stopničko.

Anej Hribar je v kategoriji do 81 kilogramov premagal Warrea Denysa in Lukasa Banaszczaka, nato pa v finalu klonil proti Ilmanu Nesirkoyevu in osvojil 2. mesto. Uspešen je bil tudi Ambrož Tacar, ki je v uvodnem boju premagal Augustasa Slyterisa, nato klonil v borbi z Ilmanom Nesirkoyevem, v boju za bron pa je bil boljši od rojaka Andraža Oblaka. Andraž je do borbe za bron v prvem krogu klonil proti Lukaszou Banaszczaku, nato v popravnih bojih zabeležil zmagi nad Maximom Galinom in Warreom Denysom, nato pa po porazu proti rojaku Ambrožu Tacarju končal na 5. mestu.

Gal Bertalanič Žižek se v kategoriji do 90 kilogramov ni znašel, po porazih proti Oliverju Sachlu in Pjotru Debruyneju je tekmovanje končal na 5. mestu.

Besedilo: JZS, foto: EJU

GRAND SLAM BUDIMPEŠTA

Budimpešta, 23. oktober 2020 | Tekmovanja na Madžarskem se je udeležilo 405 judoistk in judoistov iz dvainšestdesetih držav. Slovenijo so zastopali David Štrakel, Adrian Gomboc, Martin Hojak, Vito Dragič,



Kaja Kajzer, Tina Trstenjak, Lia Ludvik, Anka Pogačnik in Patricija Brolih.

Edina je do rezultata prišla Tina Trstenjak, ki je v kategoriji do 63 kilogramov pometla s konkurenco. Po zmagah nad Angeliko Szymansko iz Poljske, Madžarko Szofi Ozbas in Dario Davydovo iz Rusije, se je v finalu pomerila z Venezuelko Anriquel Barrios. Tina je finalni dvoboj odločila po minuti in pol borbe, ko je nasprotnico 20 sekund zadržala v končnem prijemu.

Adrian Gomboc je na turnirju nastopil kot drugi nosilec kategorije do 66 kilogramov. Prvi dvoboj proti Nakamuri iz Kosova je dobil po priborjeni prednosti wazarija v tretji minuti dvoboja in jo uspel

zadržati do konca rednega dela. Drugo borbo v izločilnih dvobojih je izgubil v četrti minuti podaljška, ko je Belgijec Van Gansbeke izkoristil priložnost za protinapad in si priboril wazari.

Martin Hojak je slavil v borbi proti Luksemburžanu Nunes Dos Santos, proti kateremu si je priboril prednost waza-arija, v drugem krogu izločilnih dvobojev pa je po treh dosojenih kaznih moral priznati premoč domačinu Ocsaiu. Kaja Kajzer je v kategoriji do 57 kilogramov klonila proti Nizozemki Verhagen, ko so ji dosodili tri kazni. Lia Ludvik je nastopila v kategoriji do 63 kilogramov, v izločilnih dvobojih proti Izraelki Shemesh je prejela tri kazni in tako zaključila

svoje nastope v Budimpešti.

Anka Pogačnik je v izločilnih dvobojih klonila proti Matnizyazovi, ko je malo pred koncem rednega dela tekmica izvedla met za ipon.

David Štarkel se je v kategoriji do 60 kilogramov pomeril s Turkom Akkusom, ki ga je z metom za ipon v tretji minuti dvoboja izločil iz nadaljnega tekmovanja.

Besedilo: JZS, foto: EJU, IJF



MLADINSKO EVROPSKO PRVENSTVO

Poreč, 4.-6. november 2020 | Zadnjega mednarodnega tekmovanja za mladinke in mladince v letu 2020 se je udeležilo 356 judoistov in judoistov iz osemindesetih držav. Slovenske barve so zastopali Jaka Kavčič, Juš Mecilošek, Adam Bergant, Alen Vučina, Kaja Kajzer, Zarja Tavčar, Tea Kopitar Šturm, Metka Lobnik in Nicki Norčič.

Drugi dan evropskega mladinskega prvenstva v Poreču je Juš Mecilošek osvojil bronasto kolajno v kategoriji do 73 kilogramov, Zarja Tavčar pa je dosegla 5. mesto v kategoriji do 63 kilogramov.

Juš Mecilošek je v izločilnih dvobojih kategorije do 73 kilogramov premagal Turka Demirela, nato v četrti minuti podaljška še Bolgara Hristova. V četrtfinalu se je pomeril s Čehom Danielom Pochopom in si hitro priboril dva waza-arija ter se s tem uvrstil v polfinalno borbo. Polfinale ni potekal po željah Slovenca, ki je moral priznati premoč Rusu Akhmarovu, ki si je priboril prednost waza-arija in jo zadržal do konca rednega dela dvoboja. Za bronasto kolajno se Juš je pomeril s Fincem Djoukaevom. V zelo izenačenem dvoboju, ki se je zavlekel v drugo minuto boja za zlato točko, si je Juš bronasto kolajno priboril z metom za waza-ari. To je njegova



prvo kolajna na evropskih prvenstvih.

Po osvojeni medalji je Juš strnil svoje misli: "Občutki so odlični. Vztrajnost pri težkih treningih se je obrestovala. Zelo sem zadovoljen z današnjimi borbami, bil sem zelo skoncentriran in dal vse od sebe. To je bilo nagrajeno."

Zarja Tavčar je svoje izločilne boje v kategoriji do 63 kilogramov pričela z zmago nad Poljakinjo Kropsko, v drugem krogu je nato premagala še Bolgarko Marinovo. V četrtfinalu je morala priznati premoč Nizozemke

Van Lieshout, ko si je ta priborila prednost waza-arija in jo uspela zadržati do konca rednega dela. Z zmago proti Španki Vazquez Fernandez v repasažu si je Zarja zagotovila mesto v dvoboju za bron. V borbi za stopničke se je pomerila z Anjo Obradović iz Srbije, drugo na svetovni lestvici, ki si je priborila ipon, Zarja pa je tako zasedla 5. mesto v kategoriji do 63 kilogramov.

ZADONELA SLOVENSKA HIMNA

Zadnji dan mladinskega evropskega prvenstva smo Slovenci dobili tudi



mladinsko evropsko prvakinjo – Metka Lobnik je slavila v kategoriji do 78 kilogramov. Uspeh je s sedmim mestom v kategoriji nad 78 kilogramov dopolnila Nicki Norčič.

Metka Lobnik je svoj tekmovalni dan pričela z zmago nad Portugalko Moreira v prvi minuti dvoboja, ko si je z metom priborila ipon. V četrtfinalu proti Nizozemki Van Harselaar si je nekaj sekund pred koncem rednega dela priborila waza-ari in si s tem zagotovila mesto v polfinalu. Vrata v finale si je odprla z zmago v zelo izenačenem dvoboju z Italijanko Mengucci, kjer si je v drugi minuti podaljška priborila waza-ari.



Za naslov mladinske evropske prvakinje se je pomerila z Nizozemko Hooi, tretjo nosilko turnirja, ki jo je Metka po dobrih 30 sekundah borbe premagala z metom za ipon.

Skozi izločilne boje kategorije nad 78 kilogramov se je Nicki Norčič prebila z zmago proti Kmieliauskaitė iz Litve, ki jo je premagala z iponom. V četrtfinalu je morala Slovenka priznati premoč Nizozemki Kamps, ki si je v deseti sekundi po-

daljška priborila zlato točko z waza-arijem. V repasažu, ki bi jo pripeljal do borbe za bronasto kolajno, si je v drugi minuti borbe za zlato točko waza-ari priborila Romunka Miler in Nicki izločila iz nadaljnega tekmovanja. Nicki Norčič je tako na mladinskem evropskem prvenstvu zasedla 7. mesto.

Besedilo in foto: JZS

EVROPSKO PRVENSTVO MLAJŠIH ČLANOV IN ČLANIC

Poreč, 9. november 2020 | Evropskega prvenstva se je udeležilo 327 judoist in judoistov iz sedemintridesetih držav. Slovenijo so zastopali Žan Markovič, Goran Kelava, Juš Mecilošek, Alen Vučina, Aljaž Gostenčnik, Enej Marinič, Teja Tropan, Zarja Tavčar, Lia Ludvik in Metka Lobnik.

Zarja Tavčar je v izločilnih dvobojih kategorije do 63 kilogramov najprej izločila Švedinjo Andersson, nato še Romunko Ivanescu. V četrtfinalu se je pomerila s Poljakinjo Kropski, ki si je v tretji minuti priborila prednost waza-arija in jo uspešno zadržala do

konca dvoboja. Zarja se je uvrstila v repasaž, kjer se je pomerila s Francozinjo Deketer. Dvoboj je dobila in si zagotovila borbo za bron. Za kolajno se je pomerila z Lauro Fazliu. V zelo izenačenem dvoboju je na koncu v boju za zlato točko slavila tekmovalka iz Kosova, Zarja pa je osvojila peto mesto.

Po tekmovanju je Zarja povedala: »Časa za počitek in regeneracijo od mladinskega evropskega prvenstva je bilo zelo malo. Vseeno mislim, da sem si uspela odpočiti glavo in se ponovno pripraviti za težko tekmo. Velike razlike med

mladinskim evropskim prvenstvom in evropskim prvenstvom U23 ni, je pa to bilo moje zadnje evropsko mladinsko prvenstvo, saj zaključujem nastope v tej starostni kategoriji. Z današnjimi borbami nisem razočarana. Pokazala sem nekaj dobrih stvari, žal pa so se pojavile tudi napake, ki jih želim v prihodnosti odpraviti.«

Naša druga predstavnica v kategoriji do 63 kilogramov je bila Lia Ludvik, ki je v uvodnem dvoboju premagala Italijanko Favorini, nato pa klonila proti Nizozemki Van Lieshout, ki si je priborila ipon.



Prvi izločilni dvoboj kategorije do 73 kilogramov je Žan Markovič dobil z iponom, v drugem dvoboju pa ga je iz nadaljnega tekmovanja izločil Romun Sulca.

Goran Kelava, naš drugi predstavnik v kategoriji do 73 kilogramov, si je proti Czizsku najprej priboril prednost waza-arija, ki jo je Avstrijec izenačil. Dvoboj se je zavlekel v četrto minuto podaljška, kjer je avstrijski predstavnik Gorana premagal z waza-arijem.

Teja Tropan je v prvem dvoboju kategorije do 52 kilogramov morala priznati premoč Francozinji Mosdier, ki si je priborila prednost waza-arija in jo zadržala do konca rednega dela dvoboja.

STOPNIČKE METKE LOBNIK

Metka Lobnik je ob ugodnem žrebu bila prosta v prvem krogu kategorije do 78 kilogramov. V drugem krogu se je pomerila s Poljakinjo Jaskiewicz in jo premagala z dvema waza-arijema. V zelo izenačenem četrtfinalnem dvoboju si je Izraelka Lanir malo pred koncem rednega dela priborila prednost waza-arija in jo uspela zadržati do izteka štirih minut. Metka je nadaljevala v popravnem boju, kjer je premagala Avstrijko Hunger in si tako zagotovila mesto v borbi za bronasto odličje. V dvoboju z Romunko Sirbulet je Metka ves čas



prevladovala in povedla z metom za waza-ari. Prednost je uspela zadržati do izteka rednega dela in si tako priborila bronasto kolajno.

Metka je strnila svoje občutke: »Neverjetno, kakšen teden je za mano tukaj v Poreču. Zelo sem vesela ob osvojitvi medalje, a hkrati tudi zelo utrujena po napornem tednu. Komaj čakam, da se vrnem domov k svojim domačim ter klubskim kolegom. Oboji so mi v veliko podporo ter pomoč. Na mojo današnjo zadnjo borbo sem se pripravila na enak način kot v petek pred finalom mladinskega evropskega prvenstva. Trener Mitja Jenuš je pripravil taktiko, ki se mi je obrestovala v obeh finalnih blokih. Počitka od zadnjega tekmovanja je sicer bilo dovolj, ampak se je bilo potrebno dobro psihološko pripraviti. Večina tekmovalk je za dve ali tri leta starejših od mene, posledično tudi bolj izkušenih, tako imata medalja zametu veliko težo. Več kot zadovoljna sem z mojimi uspehi na obeh tekmovanjih, cilj je bil osvojiti vsaj eno medaljo, uspelo mi je priboriti kar dve.»

Enej Marinič je nastopil v odprti moški kategoriji. V žrebu je bil tretji nosilec, zato se je uvrstil direktno v

četrtfinale, v katerem se je pomeril z Azerbajdžancem Feyziyevim. Enej je klonil, ko je bil aktivnejši ter v prednosti večino borbe, saj si je Azerbajdžanec prislužil dve kazni za neaktivnost. V tretji minuti pa ga je Feyziyev presenetil in si priboril ipon. V repasažu se Enej je pomeril z Rusom Kaitovom, ki ga je želel presenetiti s hitrim napadom, vendar se Rus ni dal, s kontra tehniko si je priboril ipon. Enej Marinič je na koncu zasedel sedmo mesto v kategoriji nad 100 kilogramov.

Alen Vučina je svoj prvi dvoboj v kategoriji do 81 kilogramov proti Turku Kilinic dobil, ko so nasprotniku prisodili tri kazni. Drugi dvoboj se ni odvil v prid Alenu, saj si je v tretji minuti dvoboja Švicar Wittwer priboril ipon in tako je Alen ostal brez nadaljnega tekmovanja.

V kategoriji do 90 kilogramov je Aljaž Gostenčnik izgubil prvi dvoboj proti Švicarju Gautschiju in tako končal nadaljnje tekmovanje.

Juš Mecilošek je po uspehu na mladinskem prvenstvu tokrat svoje nastope končal že v izločilnih dvobojih, ko je izgubil proti Estoncu Laasu.

Besedilo in foto: JZS

EVROPSKO PRVENSTVO MLAJŠIH ČLANOV IN ČLANIC

Praga, 19. november 2020 | Evropskega prvenstva se je udeležilo 345 judoist in judoistov iz enainštiridesetih držav. Za Slovenijo so tekmovali David Štrkel, Adrian Gomboc, Martin Hojak, Enej Marinič, Maruša Štangar, Kaja Kajzer, Tina Trstenjak, Andreja Leški, Anka Pogačnik, Patricija Brolih.

Prvi dan članskega evropskega prvenstva v Pragi so naši tekmovalci zaključili svoje nastope že v izločilnih dvobojih. Edino zmago si je priboril David Štrkel.

David Štrkel je izločilne dvoboje v kategoriji do 60 kilogramov pričel z zmago nad Bolgarom Yankovom, ko so Bolgaru v podaljšku borbe prisodili še tretji šido. V drugem krogu mu je nasproti stal Španec Garrigos. V zelo aktivni borbi sta se nekajkrat spopadla tudi v parterju, kjer je Španec v borbi za zlato točko s končnim prijemom priboril zmago.

David je po borbi povedal: »Prvo borbo sem se boril proti Bolgaru, ki ga dobro poznam. Bila je zelo taktična borba in očitno sem taktiko zastavil pravilno. V drugi borbi me je čakal Španec, ki je bil na papirju favorit, a borbo sem zelo dobro začel in bil v začetku boljši, dokler nisva prišla v parter, kjer pa bil nasprotnik preprosto močnejši. Želel



sem si več, zato sem malo razočaran, ampak gremo naprej."

Kaja Kajzer se je pomerila z Marico Peršič iz Srbije. Izgubila je po dolgi borbi, ki se je končala s končnim prijemom srbske tekmovalke v parterju.

Po dolgi borbi je Kaja strnila misli: »Nisem zelo razočarana, ker se v koronskem obdobju še nisem našla. Žal mi je, da sem izgubila, saj sem imela občutek, da imam več kondicije kot nasprotnica. Borba je bila dolga kar 9 minut in zato zelo utrujajoča. Pripravljalno obdobje je bilo čudno, nekih pravih priprav ni bilo, v tem obdobju res nisem v

pravi formi, a verjamem, da se bo to spremenilo do olimpijskih iger.« V prvem krogu izločilnih dvobojev je bila za Marušo Štangar usodna mladinska evropska prvakinja Andrea Stojadinov, ki jo je v prvih sekundah dvoboja premagala z metom za ipon. Maruša tako ni uspela braniti bronaste kolajne z lanskih evropskih iger v Minsku.

Svoje misli je po bolečem porazu strnila takole: »Zelo sem razočarana, borbo težko komentiram, ker prave borbe sploh ni bilo, saj se je zelo hitro izkoristila moja napaka. Pred borbo sem se počutila dobro,



poznala sem nasprotnico, poznala sem nevarnosti, ampak je bila morda želja prevelika in to je nasprotnica na žalost izkoristila.«

Adrian Gomboc, evropski prvak kategorije do 66 kilogramov iz Tel Aviva 2018, se je v izločilnih dvobojih pomeril s Francozom Le Blouchem. V zelo izenačenem dvoboju, ki se je zavlekel v tretjo minuto podaljška, sta oba tekmovalca prejela po dve kazni, nato pa so tretjo kazen prisodili Adrianu in tako je bil izločen iz nadaljnega tekmovanja.

Adrian je povedal: »Želel sem si več borb, z eno se težko dokazem in sem razočaran. Borba je bila zelo





težka, z nasprotnikom se dobro pozna. Med borbo sem se počutil dobro, nasprotnik me ni ogrožal, a sodniki so se odločili drugače. Sedaj bom vse svoje moči usmeril v Tokio, saj druge tekme v 2021 ne bodo pomembne in verjamem, da se bo delo obrestovalo.«

ANDREJA LEŠKI PETA

Andreja Leški je po prostem prvem krogu izločilnih dvobojev premagala Nizozemko Van Den Berg, v četrtfinalu pa klonila proti Nemki Trajdos. V repasažu se je pomerila s Tino Trstenjak. Na tatamiju sta se že velikokrat srečali in tudi tokrat so odločale malenkosti. Andreja je v parterju prišla do končnega prijema in si z iponom zagotovila zmago ter napredovanje v borbo za bronasto odličje. Za stopničke se je pomerila z Nizozemko Franssen, s katero sta na blazini pred to borbo stali že dvakrat. Obe predhodni borbi je dobila Nizozemka, ki je bila uspešnejša tudi tokrat. Prisojene tri kazni so za Andrejo pomenila poraz in končno peto mesto v ka-

tegoriji do 63 kilogramov. Andreja je povedala: »Z rezultatom moram biti zadovoljna, 5. mesto je moja najboljša uvrstitev na evropskih prvenstvih. Z Nizozemko Franssen sem se v preteklosti že pomerila in sem vedela kaj dela, na koncu borbe mi je zmanjkalo malo energije. Borbo s Tino sem vzela kot vsako drugo, imela sem svoj cilj, da pridem do borbe za medalje in uspelo mi je. S Tino se dobro pozna in obe veva, kaj delava, zato odločajo malenkosti, danes so šele v prid meni. Z današnjim dnevem sem zadovoljna, a seveda sem v svojo zbirko medalj želela dodati še medaljo iz članskega evropskega prvenstva, a se ni izšlo.«

Tina Trstenjak, aktualna olimpijska prvakinja kategorije do 63 kilogramov, je svoje dvoboje pričela z zmago nad mlado Romunko Ivancescu, ko so slednji prisodili tri kazni zaradi pasivnosti. V četrtfinalu se je borila z Avstrijko Krssakovo, ki jo je v borbi za zlato točko presenetila in jo premagala z metom za waza-ari. Nato smo spremljali slovenski repasaž med Tino Trstenjak in Andrejo Leški. Uspešnejša je bila slednja, Tina izločila iz nadaljnega tekmovanja, tako je Tina zasedla končno 7. mesto na prvenstvu stare celine. Po repasažu nam je Tina povedala: »Danes se nisem počutila suvereno, močno. Prva borba je še nekaško šla in sem jo suvereno dobila,

potem me je v drugi borbi Avstrijka malo presenetila. Proti Andreji sem naredila napako in iz te napake me je Andreja prijela v končni prejem. Sem razočarana nad svojim nastopom, po dolgem času evropsko prvenstvo zapuščam brez odličja, kar je opozorilo, da imam do olimpijskih igre še veliko dela. Sedaj se osredotočam samo še naprej v leto 2021.«

Anka Pogačnik se je veselila zmage v prvem krogu izločilnih dvobojev, ko je ugnala Poljakinjo Sobierajski. V drugem krogu ji je nasproti stala Avstrijka Polleres, četrta nosilka turnirja, proti kateri si je priborila prednost waza-arija in jo uspela zadržati do konca rednega dela borbe. S to zmago se je Anka prebila v četrtfinale in se pomerila z Italijanko Bellandi, ki si je priborila prednost waza-arija in jo zadržala do izteka rednega dela. V repasažu se je Anka pomerila z Nemko Butkereit, ki je Slovenko v parterju dobila v končni prijem in izločila iz nadaljnega tekmovanja. Anka je tako tekmovanje končala na sedmem mestu.

Ob osvojenem sedmem mestu je povedala: »Počutila sem se dobro, že na ogrevanju sem videla, da sem močna in da je to lahko moj dan. S prvima dvema borbama sem zelo zadovoljna, s tretjo in četrto nekoliko manj, saj sem storila dve manjši napaki, ki sta me stali višje uvrstitve. S sedmim mestom sem zado-





voljna, seveda pa sem si želela več. Priprave na Evropsko prvenstvo so bile posebne, v našem klubu smo imeli nekaj okuženih, na srečo z njimi nisem prišla v stik.«

Martin Hojak se je v izločilnih dvobojih kategorije do 73 kilogramov pomeril z Grkom Azoidisom. Pred današnjim dvobojem sta se pomerila že dvakrat in vsak odnesla po eno zmago. Tokrat je bil Grk spretnejši, si priboril ipon in tako Martina izločil iz nadaljnega tekmovanja.

Martin je po borbi povedal: »Z Grkom sva imela že dve borbi, vsak je do sedaj dobil eno, danes je bil Grk na žalost boljši. Sem razočaran - želel sem boljši rezultat, a včasih izgubiš. Nad svojim nastopom sem razočaran.«



Enej Marinič je svojo prvo borbo na članskih evropskih imel s Fincem Puumalainenom. S tekmovanj se še nista poznala, sta se pa že srečala na pripravah. Najprej si je Finec priboril prednost waza-arija, po dveh minutah dvoboj zaključil z metom za ipon in tako Eneja izločil iz nadaljnega tekmovanja.

Po dvoboju s Fincem je Enej str-



nil svoje občutke: »Razočaranje je ogromno, računal sem na zmago. Na tekmi sva se srečala prvič, drugače pa je del mojih priprav potekal na Finskem, kjer sva bila redno sparing partnerja. Dobro sva se poznala in tudi vedela, kaj nasprotnik dela. Priprave na to evropsko prvenstvo in evropsko prvenstvo U23 so bile zaradi situacije v zvezi s korona virusom zelo otežene, moje priprave pa so se v začetku oktobra zaustavile za dva tedna, saj sem tudi sam zbolel. Pozna se, da ni bilo tekmovanj, da ni toliko sparingov, kot jih je bilo prej. Vse večje skupne priprave so odpadle in zato je bilo še toliko težje najti partnerje za trening.«

Prvič je na članskem evropskem prvenstvu nastopila tudi Patricija Brolih, ki se je v prvem krogu izločilnih dvobojev kategorije do 78 kilogramov pomerila s Poljakinjo Pacut. V zelo izenačenem dvoboju je v boju za zlato točko slavila tekmica, ki je Patricijo vrgla za waza-ari.

O svojem prvem dvoboju na članskih evropskih prvenstvih je Patricija povedala: »S Poljakinjo se nisva poznali, ker sem menjala kategori-

jo. Počutila sem se močno, vendar žal ni šlo, saj je bila Poljakinja tokrat boljša. Pred borbo sem si pogledala njene pretekle borbe in tako sva potem s trenerjem skupaj pripravila taktiko. Delo z novim trenerjem je definitivno drugačno kot z ostalimi prej. Z njim sodelujem zelo dobro in vsaka sprememba je za nekaj dobra. Manjkajo nam borbe z različnimi partnerji, kar pa v Sloveniji žal ni mogoče. To se zelo pozna. Po tem dolgem tekmovalnem premoru je seveda težko tudi psihično, zelo delajo živci. Ko si v tekmovalnem ritmu skozi celotno sezono, se na to navadiš in prilagodiš, tukaj pa enkrat je tekma, drugič je ni. Velika je tudi razlika med nižjimi starostnimi kategorijami in člani, čisto drug nivo juda. Zelo težko je primerjati letošnje evropsko prvenstvo z ostalimi, saj je to, zaradi situacije, ki vlada sedaj v svetu, res nekaj posebnega. Pred prazno dvorano je bistveno težje tekrovati, že občutek ob prihodu v prazno dvorano je čisto nekaj novega in čudnega, saj tega nismo vajeni.«

Besedilo in foto: JZS



JUDO KLUB RAVNE NA KOROŠKEM ŠIRI PONUDBO PROGRAMOV

Judo klub Ravne na Koroškem je lani obeležil 15 let delovanja. V tem obdobju je klub pod vodstvom predsednika Emila Fekonje in trenerja Željka Gabrovca na Ravnah vzgojil prve generacije judoistov, ki so posegale po vidnejših rezultatih na državnih prvenstvih in na mednarodnih tekmovanjih. V sodelovanju z Občino Ravne na Koroškem so bili leta 2012, z izgradnjo judo dvorane v okviru športnega centra DTK, vzpostavljeni kakovostni pogoji za nadaljnji razvoj osnovnega poslanstva kluba - povečanja množičnosti, dviga kakovosti in priljubljenosti juda v občini, še zlasti pri otrocih in mladini.

Novo vodstvo nadaljuje in nadgrajuje uspešno delo predhodnikov. Danes v klubu združujemo okoli 150 članov od najmlajših do veteranov. Poleg rednih programov v judo dvorani na Ravnah smo jeseni 2019 prvič v novi večnamenski dvorani v Kotljah začeli s programoma judo vrtec in judo za začetnike in tako povečali možnosti za vključitev najmlajših v gibanje in razvijanje gibalnih spretnosti.

Judo na Ravnah je prepoznan tudi zaradi tradicionalnega mednarodnega turnirja Guštanj Open, ki smo ga za starostne skupine U12, U14 in U16 letos 15. februarja izvedli že 12. zapovrstjo, naslednji dan pa so potekale še priprave po turnirju. Tekmovanja se je udeležilo 205 tekmovalcev iz 29 klubov in 8 držav (Italije, Češke, Avstrije, Madžarske, Ukrajine, Hrvaške, Bosne in Hercegovine ter Slovenije).

V zadnjih letih ob tekmovalnem judu razvijamo tudi judo kate. Člana Luka Plaznik in Žan Gostenčnik sta v katame-no-kati postala večkratna državna prvaka, na Koroškem pa se krepí število judoistov in judoistk, ki se želijo ukvarjati s to disciplino. Septembra 2019 smo na Ravnah gostili mednarodni seminar in turnir Kata 5 držav, na katerem se je pomerilo 33 parov iz Slovenije, Švice, Nemčije, Avstrije in Hrvaške. Ekipno je Slovenija zasedla odlično 2. mesto, med tekmovalci je bilo



kar sedem Korošcev. 18. julija letos smo na Ravnah uspešno organizirali državno prvenstvo v judo katah, ki se ga je udeležilo 25 parov v 6 judo katah in 2 skrajšanih katah. Po tekmovanju je potekal še trening.

V sodelovanju s projektnima partnerjema Gimnazija Ravne in Nov'na razvoj d.o.o. smo junija 2020 zaključili projekt Fit za življenje. Podprt je iz Evropskega kmetijskega sklada za razvoj podeželja v okviru LAS Mežiške doline. Na ta način se JK Ravne vključuje v širšo skupnost z namenom prispevati h kakovosti in pestrosti programov promocije telesne dejavnosti in aktivnega življenjskega sloga različnih ciljnih skupin od otrok vključenih v predšolsko vzgojo, mladih športnikov, staršev in aktivne populacije. Program nam je omogočil nabavo osnovne opreme za širitev programov juda na nove lokacije.

Okrepili smo sodelovanje med judo klubi v Koroški regiji, zastavili skupno strategijo razvoja in pridobili podporo Ministrstva za javno upravo v okviru razpisa za profesionalizacijo nevladnih organizacij 2019. S subvencijo zaposlitve po ene osebe v Judo klubu Slovenj Gradec, Judo zvezi Koroške in v Judo klubu Ravne krepimo lastno organiziranost in kakovost dela ter razvijamo

nove programe, da bi večšine juda lahko osvojilo čim več ljudi v regiji.

V naslednjih letih želimo razširiti judo v vse koroške občine in biti prisotni na vseh osnovnih šolah, prav tako pa večšine pravih padanja, samoobrambe in druge krajše programe ponuditi podjetjem, javnim institucijam in aktivnemu prebivalstvu.

V šolskem letu 2020/2021 v Mežiški dolini odpiramo nove sekcije začetnikov v Črni na Koroškem ter sekciji judo vrtca v Mežici in na Prevaljah. V oktobru bomo v sodelovanju s koroškimi vrtci začeli izvajati tudi novi program »Z judom do večšin pravih padanja«, s katerim želimo čim več predšolskih otrok naučiti motoričnih spretnosti, da bodo znali ob padcu pravilno odreagirati.

Ob tej priložnosti se zahvaljujemo vsem, ki ste nas podprli na tej poti. Posebna zahvala pa gre našim trenerjem, prostovoljcem in staršem, ki ste nam zaupali svoje otroke, da jim pomagamo do športnih uspehov in na poti v odraslost.

Robert Mesarič, Julija Marošek

JUDO KLUB ŽELEZNIČAR IN NAŠI POSEBNI JUDOISTI



Od 6. septembra 2019 tudi pri nas aktivno trenirajo posebni judoisti. V skupino je tako zaenkrat vključenih 14 judoistov, z najmlajšim članom, ki šteje štiri leta in zaenkrat najstarejšim, ki ima 23 let. Vsi tisti, ki izraz inkluzije dobro poznate lahko veste, da ta v popolni meri zaenkrat še ni mogoča, lahko pa s ponosom povemo, da smo se v našem klubu temu izjemno približali v pravem pomenu besede.

Kljub temu da ima inkluzivna skupina svoj termin v urniku, so na naših treningih pogosto prisotni tudi judoisti iz drugih skupin, ki posebne judoiste pri treningu juda podpirajo in spodbujajo.

9. oktobra 2019 smo se udeležili našega prvega **Državnega prven-**

stva 3. festivala juda za vse Jožeta Škrabe v Celju in dosegli odlične rezultate. Domov smo se vrnili s šestimi uvrstitvami na zmagovalne stopničke in sicer, **tri zlate medalje (Lara Paradiž, Luka Heinrich, Matic Trebovšek), dve srebrni (Luka Brađač in Marko Šincek) in eno bronasto medaljo (Milan Mugerle) ter tako zasedli ekipno 3. mesto.**

V letošnjem koledarskem letu smo izvedli že veliko skupinskih akcij, še več pa jih imamo v planu. Zelo ponosni smo na uspešno izveden skupni trening s predstavniki vseh skupin, od najmlajših do najstarejših, ki smo ga organizirali z namenom druženja in spoznavanja. To priložnost smo izkoristili in se nato **29. februarja 2020** priključili letošnje-



mu **Svetovnemu pohodu z rdečimi baloni** ter tako simbolično, kot tudi resnično, podprli vse osebe s posebnimi potrebami.



Z Luko Henirihom, Markotom Šincekom in Leonom Frišem smo se 15. februarja 2020 udeležili tudi našega prvega **skupnega inkluzivnega treninga v Murski Soboti** in se odlično izkazali ter uživali v družbi ostalih judoistov iz klubov po Sloveniji.

Naši judoisti z redno udeležbo na treningih iz tedna v teden vidno napredujejo. Napredek je viden na fizični ravni kot tudi na osebnostnem nivoju. Postali so samozavestnejši, v vsakdanjem življenju bolj samoiniciativni ...





Zakaj radi prihajajo, kaj jim je najbolj všeč in pomembno, pa si preberite sami:

Luka B.: »Na judo rad hodim, ker je tam fajn. Tam se družim z Markotom, Karlijem in drugimi, ki jih imam rad. Učitelji/trenerji mi pokažejo veliko novih stvari. Judo pa mi je všeč zato, ker se borimo.«



Lara: »Jaz sem Lara Paradiž. Stara sem 7 let. Ob petkih imam judo. Borim se s Karlijem. Moja trenerka je Mojca.«

Marko: »Rad hodim na judo, ker za drugi šport nisem sposoben in ne tekmujem med seboj kdo je boljši. Najboljša pa si ti Mojca, ker se trudiš za nas in nas spodbujaš z vsemi našimi ovirami. Hvala za tvoj trud.«

Matic: »Zato, da se naučim borbe. Da se družim s prijatelji. Da nimam debele zadnjice. To je namreč šport. Ta šport je prišel iz Japonske.«



Pia: »Komaj čakam, da bom lahko začela vadbo in se družila s svojimi prijatelji.«

Luka H.: »Na inkluzivni judo rad hodim, ker se tam dobro razgibamo, naučimo se novih vaj, gremo na trening v drugi klub in na tekmovanje. Najbolj mi je všeč, da se družimo, tam sem spoznal tudi nove prijatelje.«

Carli in njegova mama: »Naš Carli pravi, da komaj čaka petke, da lahko gre k Mojci na trening juda in se spopade v borbi z Laro.«

David: »Ker bi se rad naučil enega borilnega športa, ker bi se z znanjem, ki ga bom pridobil, rad udeležil kakšnega tekmovanja in ker mi je bilo pri prvem obisku preprosto všeč in sem užival.«

David L.: "Ne vem, všeč mi je, ko migamo in smo prijatelji. Pa učiteljica je fajn.«

Leon in njegova mama: »Leon zelo rad hodi na treninge. Mislim, da ve in čuti, čeprav je drugačen, pravilen nastop vašega trenerskega dela in se zaveda, da je tudi sam pomemben v tej družbi.«



Za zaključek bi želeli dodati samo še to, da smo hvaležni, da so nam posebni judoisti dovolili vstopiti v svoj igriv, barvit svet, kjer ni omejitev, predsodkov temveč veselje, sreča in iskrenost.

Prav tako smo vsi trenerji izjemno ponosni na vse ostale člane našega kluba, ki so posebne judoiste sprejeli medse, ter se z veseljem odzovejo in priključijo vsem akcijam, ki jih izvedemo. To je še en dokaz, da je **JUDO VEČ KOT ŠPORT!**



»Lepo je, če judoist postane prvak in velik športnik.

Toda, če ne postane dober in spoštovan človek, se od juda ni naučil ničesar«.

(Jigoro Kano)

Mojca Antolinc

JUDO PROTI JU-JUTSU

Uvod

Judo je v današnjem času moden šport z jasno določenimi pravili tekmovanja in sistematičnim sistemom treniranja. V proces treniranja so se vključili strokovnjaki z drugih področij (psihologi, zdravniki, strokovnjaki za prehrano) in dvignili treninge na profesionalno raven. V vrhunskem športu, kar judo danes tudi je, je postal profesionalizem vsakdanja nuja, moderne metode treniranja pa *conditio sine qua non* za doseganje vidnejših rezultatov. Oddaljili smo se od tistega, kar je judo v samem začetku bil in zaradi česar je nastal. Zapluli smo v vode vrhunskega športa ogromnih razsežnosti, korenine juda pa so zgolj bežen spomin na nekoč slavno obdobje zgodovine.

Judo je preživel v svoji zgodovini marsikatero preizkušnjo, preživel stare oblike treniranja ju-jutsa in našel svoje mesto med olimpijskimi športi.

Judo se je v samem začetku srečeval z mnogimi izzivi, ki jih je moral premagati, da bi se uveljavil v svetu borilnih veščin. Kano – ustanovitelj šole juda in velik vizionar, je imel srečo, saj so mu šle na roko gospodarsko-politične razmere na Japonskem, še posebej v Tokiju, kjer so na koncu obdobja Meiji (reforma leta 1868) stremeli k modernizaciji Japonske na vseh področjih. Samuraji so izgubili svoj privilegiran status v japonski družbi. Prehod ni minil mirno, vrstili so se upori, vendar japonski samuraji s svojim zastarelim načinom bojevanja niso bili kos moderno opremljeni cesarski vojski. Zadnji pomembnejši upor je potekal v provinci Satsuma in se krvavo zaključil v bitki pri Shiroyami leta 1877.

Skupaj s spremembami v politiki, gospodarstvu ter odpiranju Japonske svetu so se spremembe dotaknile tudi sveta borilnih veščin.

JIGORO KANO

Poleg gospodarske in politične situacije na Japonskem koncem 19. stoletja je za začetek in razvoj juda

odločilen življenski zagon in ogromna inventivnost enega samega človeka prof. Jigora Kana.



Jigoro Kano se je rodil 28. oktobra 1860 v kraju Mikage v prefekturi Hyogo. Obiskoval je zasebne šole v Tokiju, kjer se je leta 1877 prvič srečal z ju-jutsom. Treniral je v dveh šolah Tenshin-Shinyo ryu pri učite-

lju Hachinosuke Fudaki (od katerega je prevzel vzode in davljenja) in Kito ryu pri učitelju Tsunetoshi Iku-bi (od katerega je prevzel udarce, mete in tehnike kontrole).

Leta 1881 je na tokijski univerzi uspešno diplomiral iz literature, politike in politične ekonomije. Takoj po diplomi je postal profesor na šoli Gakushuin v Tokiju. Zagnano je preučeval različne borilne veščine in leta 1882 ustanovil *Kodokan* (kraj za učenje poti). Kano si je zamislil judo kot borilno veščino pri kateri superiorna tehnika premaguje golo silo. V svojem poklicu je bil zelo uspešen, saj je bil ustanovitelj in ravnatelj šole Kobunkan, ravnatelj 5. visoke šole v prefekturi Kumamoto in leta 1897 1. visoke šole v Tokiu (tu so našete samo nekatere ustanove, kjer je deloval ali jih vodil Jigoro Kano). Pomagal je posodobiti šolski sistem in s tem bistveno pripomogel k razvoju japonske družbe.

Shihan Kano je spremenil pristop do učenja borilnih tehnik. Tehnike je razvrstil v skupine, kjer je poznavanje ene skupine osnova za učenje naslednje (*Gokyo no waza*). Tehnike udarcev, vzvodov in da-



vljen, ki jih je smatral za nevarnejše, je predaval samo učencem višje stopnje (mojstrom). Spoznal je, da lahko šibkejši premaga močnejšega samo, če spravi nasprotnika iz ravnotežja (kuzushi), šele tako postanejo naučene tehnike učinkovite tudi v borbi.

Spremenil je tekmovalna pravila ter treninge in tekmovalna naredil varna in dostopna širšemu krogu ljudi. S svojimi metodami učenja je bil korak pred sodobniki, zato je judo postal šport, ki je našel svoje mesto tudi v izobraževalnem sistemu ter v veliki družini olimpijskih športov. Za svoje učenje je uporabljal štiri osnovne metode poučevanja:

- *randori* (prosta vadba),
- *kate* (vnaprej dogovorjena vadba),
- *ko* (sistematično poučevanje),
- *mondo* (vprašanja in odgovori).

Kano je upeljal v judo dve maksimi, skozi katere je v judo vključil svoj filozofski pogled na svet:

Sei-Ryoko-Zenyo, tj. optimalna uporaba moči (剛柔道).

Jita-Kyoei, tj. vsesplošna blaginja in medsebojna pomoč (皆兄弟).

Leta 1909 je postal pobudnik ustanovitve Olimpijskega komiteja Japonske in prvi japonski predstavnik v Mednarodnem olimpijskem komiteju. V letih, ki so sledila se je posvetil širitvi juda. Aktiven je ostal vse do svoje smrti 4. maja 1938.

Čeprav Kano ni bil nosilec nobenega DAN pasu, so mu po smrti (4. maj 1938) njegovi učenci iz neizmernega spoštovanja podelili časten in za navadne smrtnike nedosegljivi naziv mojster juda 12. DAN.

Ko ju-jutsu postane judo

Borjenje na Japonskem ima bogato zgodovino, na razvoj tehnik borjenja pa so vplivali tako japonska tradicija in mentaliteta kot tudi uplivi iz Kitajske in Indije. V srednjeveški Japonski so bile borilne šole poznane pod imeni jujitsu, taijitsu, yawara, wajitsu, toride, kogusoku, kempo, hakuda, kumiuchi, shukaku, judo ... Najstarejša šola ju-jutsa Takenouchi naj bi bila ustanovljena že davnega leta 1532. Največji upliv na oblike borjenja na japonskem je

imelo bogato trgovsko pristanišče Nagasaki, kjer so mnogi borci služili denar kot varnostniki in osebni čuvaji ter izmenjevali izkušnje s svojimi kitajskimi kolegi.

V obdobju Meiji je postala najvplivnejša šola ju-jutsa Yoshin-ryu, še prav posebej je izstopala veja, ki jo je ustanovil Hikosuke Totsuka in naj bi imela samo v prefekturi Tokio preko tri tisoč članov.

Jigoro Kano se je prvič srečal z ju-jutsom leta 1877, ko je študiral na Tokijski Univerzi. Ker je bil šibke rasti so ga, kljub priporočilom, zavrnilo v večini šol ju-jutsa v mestu. Na koncu ga je sprejel Fukuda Hachinosuke, ki je učil stil Tenjin Shinyo-ryu. Njegova metoda poučevanja je bila, da so se novinci borili z bolj izkušenimi partnerji, tehniko skozi kate pa so spoznavali kasneje. Taka metoda je Kana spodbudila k temu, da se je poglobil v tehnike in njihovo učinkovitost, hkrati pa je začel dvomiti v metodo poučevanja takratnih ju-jutsu šol. Po Fukudini smrti je vodenje šole prevzel Iso Masatomo, katerega posebnost so bili odlično poznavanje kat in atemi waza.

Leta 1880 se je udeležil predstavitve Yoshin-ryu šole na tokijski univerzi ter se pridružil randoriju. Spoznal je, da imajo različni stili poleg prednosti tudi svoje slabosti in da poznavanje samo enega stila ni dovolj, da bi postal uspešen borec. Fukudina vdova je leta 1881 sveste zapiske šole (*densho*) podarila Kanu, kar je Kanu dalo de iure pravico, da prevzame mesto učitelja ali odpre svojo šolo.

Po Isovi smrti (1881) Kano ni prevzel vodenja šole Tenjin Shinyo-ryu (nikjer namreč ni zapiskov, ki bi dokazovali, da je vodil šolo), temveč je začel trenirati Kito-ryu pri mojstru likubo Tsunetoshi. Tu je Kano ispopolnil tehnike metanja (*nage waza*).

Kano je postal učitelj v šoli Kito-ryu ter leta 1882 v budističnem templju Eisho-ji, še vedno pod okriljem Kito-rya, odprl svojo šolo. Uradni certifikat in naziv učitelj (*menkyo*) mu je mojster likubo podelil oktobra 1883. Sprva je Kano svojo šolo poimenoval Kano-ryu oz Kodokan-ryu,

kasneje pa se je odločil, da prekine s dosedanjo prakso in svoj stil poimenuje judo. Kano se je zavedal, da kljub modernejšim načinom poučevanja in uspešnosti na tekmovanjih njegove metode ne bodo sprejete v tradicijo upeti Japonski, zato je moral za svojo večščino izbrati ime, ki je že imelo dolgo zgodovino. Ime *judo* (ne pa tudi tehnike) si je sposodil pri Jikishin-ryu, kjer je Tareda Kanemon svojo šolo prav tako poimenoval judo.



Prehod od ju-jutsa do juda je potekal počasi. Kano je združil tehnike metanja iz Kito-rya (*koshiki no kata* je tradicionalna kata tega stila) ter ne wazo stila Tenjin Shinyo-ryu. Vpliv Tenjin Shinyo-ryu se je ohranil skozi kime no kato. Kano je analiziral obstoječe tehnike različnih stilov ter spoznal njihove prednosti, pa tudi slabosti. Tehnike, ki so bile nevarne ali pa v borbi niso bile učinkovite pa je zavrgel. Njegova šola je zaradi nekonvencionalnih metod treniranja, ki so se naslanjale na evropske metode poučevanja in pomanjkanje tradicije, saj Kano ni izhajal iz družine borcev, kmalu postala trn v peti obstoječim šolam ju-jutsa. Nasprotovanja, grožnje in redni *dojoyaburi* (udor borcev drugih šol na trening) so pripeljali do odkritega spopada tako na tatamijih kot često tudi izven borilnic. Kano je kmalu vzgajil borce, ki so lahko odgovarjali na vse pogostejše izzive. Še posebej so se izkazali Tomita Tsunejiro, Yokoyama Sakujiro, Yamashita Yoshikazu in Saigo Shiro, ki se jih je oprijel naziv Kodokan Shitenno (Štirje varuhi Kodokana). Borbe dveh borcev različnih šol (*тарыуiai*) so bile po pripovedovanju očividcev brutalne in so se pogosto



končale s poškodbami ali celo smrtjo. Pravih tekmovalnih pravil ni bilo ali pa so se za pravila zmenili neposredno pred začetkom tekmovanja. Običajno se tehnike niso točkovale, borbe so se končale s predajo ali če kateri od borcev ni bil sposoben nadaljevati dvoboja. Le v izjemnih primerih se je borba lahko končala hikiwake (neodločeno).

Eden od mejnikov pri uveljavljanju šole juda je bilo leto 1885, ko je mojster stila Tenshin Shinyo-ryu Daihachi Ichikawa odprl novo šolo v Tokiju. Kano je s svojimi učenci 'obiskal' trening in se pomeril z domačimi borci. Za Kana so bila srečanja z borci drugih šol in tekmovanja izvrstna priložnost, da analizira tehnike juda, odpravi pomankljivosti ter počasi zgradi svoj modernejši sistem borjenja.

1886 se je odprla nova šola Tenshin Shinyo-ryu stila, ki jo je vodil mojster Mogoroku Hachitani. Kot je zahtevala vljudnost in tradicija, je šola obiskal Kano s svojimi borci in se udeležil randorija. Tu so se prvič srečali s Hansuke Nakamuro, ki je bil glavni inštruktor tokijske policije in eden od najboljših borcev Japonske. Tomita je v imenu Kodokana sprejel izziv in z davljenjem premagal renomiranega nasprotnika. Ta zmaga je močno odmevala v svetu borilnih veščin. Stare šole ju-jutsu so se počutile ogrožene, saj so se zdale, da bodo izgubili privilegije, ki so jih do tedaj uživale v japonski družbi.

S tekmovalnimi uspehi se je večalo tudi število učencev. Ker Kano zaradi mnogih obveznosti ni bil vedno prisoten na treningih, si je izbral

pomočnika (Tomiki in Saigo), ki sta v njegovi odsotnosti vodila treninge. Da bi se ločila od ostalih, jima je nadel črn pas. Idejo je dobil pri opazovanju šole plavanja, kjer so plavalni učitelji nosili črne trakove in se s tem že na prvi pogled ločili od učencev.

Z novo metodiko treniranja je prišla potreba, da razdeli svoje učence glede na pridobljeno znanje. Zgledoval se je po kaligrafiji, ikebani in igralcih igre go ter tudi sam leta 1884 razdelil učence na kyu in dan. Sprva so obstajale le 3 stopnje kyu in 3 dan.

Vodenje tokijske metropolitanske policije je leta 1885 prevzel razgledani Michitsune Mishima (1885-1888), ki je imel za cilj modernizacijo tokijske policije. Oviro je videl v učiteljih borjenja in njihovih metodah poučevanja, predvsem v šoli Totsuka Yoshin-ryu, ki je obvladovala to področje. Želel si je sprememb, zato je postal pozoren na šolo Jigoro Kana. Da bi se osebno prepričal v kvaliteto Kodokan-rya je organiziral več turnirjev (*Keishicho Bujutsu Taikai*) in tekmovalni rezultati teh turnirjev so pomenili zaton ju-jutsu in vzpon juda kot prevladujoče borilne veščine.

Leta 1886 je tokijska policija organizirala prvega od takih turnirjev. Udeležila se ga je nekoliko oslABLJENA ekipa iz Kodokana. Kano je kasneje zapisal, da so judoke prevladovali v borbi stoje, v ne wazi pa so bili boljši borci Totsuke Yoshin-rya. Zato je dal v naslednjih mesecih na treningih večji poudarek ne wazi.

Najznamenitejši in v literaturi največkrat omenjen turnir je vseka-

kor Turnir borilnih veščin v templju Yayoi (*Yayoijinja Bujutsu Taikai*), ki je bil konec leta 1886 (najverjetneje 6. novembra 1886). Kljub temu da je turnir opisovalo več avtorjev, pa si niso enotni ne glede datuma niti glede končnega rezultata turnirja. Večina udeležencev v svojih spominih postavlja turnir v leto 1886, spet drugi, med njimi tudi Kano, pa ga postavljajo v leto 1888.

Kodokan so zastopali vsi njihovi najboljši borci, seveda tudi Kodokan Shitenno (Saigo, Yamashita, Tomita, Yokoyama), poleg njih pa še Itsuro Munakata, Takejiro Yuasa, Bunzo Matsuda, Matsujiro Honda, Katsutarō Oda, Keiji Kawai, Katsukazu Otsubo, Shizuya Iwanami ter drugi. Njihovi nasprotniki, šola Totsuka Yoshin-ryu, so se tekmovanja udeležili s svojimi najboljšimi že uveljavljeni borci. Med bolj poznanimi so Taro Terushima, Entaro Kochi, Teisuke Nishimura in Shintaro Katayama. V vsaki ekipi naj bi bilo po navedbah očitvidcev po 15 borcev, dogovorili so se za skupna pravila, ki so bila nekoliko 'bolj civilizirana' od običajnih, saj Metropolitanska policija kot organizator ni želela prevelikega števila poškodb. Judoke so se borili v judogijih z nekoliko skrajšanimi rokavi, ju-jutsu borci pa v hakamah.

Najznamenitejši in v knjigah najpogosteje omenjen je dvoboj med drobnim Shiro Saigom (153 cm, 53 kg) in do tedaj nepremagljivem Entaro Koichijem, ki je bil za glavo



večji in mnogo težji od svojega nasprotnika. Po 15 minutah utrujajoče borbe, v kateri je Saigo pokazal neverjetno sposobnost izmikanja in akrobatike, je Saigo uspela njegova znamenita tehnika yama arashi. Po prvem padcu je Koichi uspel nadaljevati z borbo, ko pa je Saigo drugič izvede yama arashi (po nekaterih virih je bil v drugo izveden o soto gari) pa si je Entaro Koichi izpahnil ramo in dvoboja je bilo konec.

Opisi posameznih borb se razlikujejo, prav tako si opisovalci tedanjih dogodkov niso enotni glede končnega rezultata, najverjetnejši je podatek 12 zmag za Kodokan, 1 neodločen rezultat (Yoshiaki Yamashita) in 2 poraza. Ta dvoboj je zapečatil usodo ju-jutsa

Poslednji pomembnejši dvoboj je bil med Nakamuro in Sakujiro Yokoyamo. Nakamura je želel povratni dvoboj, da bi se maščeval za poraz, ki mu ga je nanese Tomita leto poprej. Po 55 minutah se je dvoboj končal hikiwake. Kljub neodločenemu rezultatu je ta dvoboj, ki se je odvijal pred množico gledalcev, prepričal še zadnje skeptike v to-

kijski policiji, tako da so povabili inštruktorje Kodokana, da prevzamejo vodilno vlogo učiteljev borjenja v Metropolitanski policiji.

Judo se ni ločil od ju-jutsa, ampak je postal enakopraven del sveta borilnih veščin. Začel je pridobivati na veljavi in prevzemati vodilno vlogo, kar je povzročilo, da so se mnogi učitelji in borci ju-jutsa pridružili Kodokanu in obogatili judo s svojimi tehnikami.

Ko so ustanovili Dai Nippon Butoku Ka v letu 1895, je Kano postal prvi predsednik in je izvedel standardizacijo tekmovalnih pravil in kat vseh ju-jutsu šol v državi.

Nekater šole ju-jutsa niso ugasnile ter so še vedno delovale. Za razvoj juda je pomembna šola Fusen-ryu, še posebej učitelj Mataemon Tanabe, strokovnjak v ne wazi, ki se je kasneje pridružil Kodokanu. Po njegovi zaslugi trenirajo znotraj Kodokana t.i. *kosei judo* s posebnimi pravili za parterno borbo.

Judo je v 20. stoletju postal pomemben izvozni artikel Japonske. Skozi judo spoznavamo japonsko kulturo in tradicijo. Judo je dokaz,

da lahko ljudje sodelujemo ne glede na barvo kože, vero ali politično prepričanje. Kanove sanje so se končno uresničile.

VIRI

Jigoro Kano: Kodokan Judo

»Andy Adams: Jigoro Kano

Jigoro Kano: Jujutsu becomes judo
Sumitomo Arima Origins of Judo and Jujitsu

Kenji Tomiki: On Jujutsu and its Modernization

Jigoro Kano and T. Lindsay: Jujutsu Wikipedija

Matt Sheridan: The History of Belt System

Revija Judoka, glasilo ŠD Polyteam
Original Kodokan Contest Rules (H. Irving Hancock and Katsukuma Higurashi, The Complete Kano Jiu-Jitsu (Slike vzete s spleta)

* V članku sem uporabljal izraz ju-jutsu za stare oblike borjenja, ker je napogosteje uporabljen v literaturi, ki sem jo predelal. Redkeje je uporabljen izraz ju-jitsu ali jiu-jitsu.

Avtor: Fink Boštjan

IGRA V PROCESU TRENINGA

Športno vzgojna dejavnost je namenjena spreminjanju človeka. Dokler je človek v fazi rasti, razvoja in dozorevanja, so procesi, ki so namenjeni spreminjanju njegove osebnosti, še posebno učinkoviti. »Zato ima športno vzgojna dejavnost za mladega človeka izjemen pomen. Vpliva na številne sposobnosti in značilnosti mladega človeka, posebno pa je namenjena razvijanju in stopnjevanju motoričnih sposobnosti, ki pogojujejo uspešnost v katerikoli športni dejavnosti in zagotavljajo neokrnjenost in uravnoteženost celotne človekove osebnosti.« (Strel, Šturm in Ambrožič, 1982).

Potrebi po gibanju in igri sta v bistvu otrokovi primarni potrebi in se prepletata skozi vse otrokove dejavnosti. »Gre za notranje motivirani, svobodni, odprti in otroku

prijetni dejavnosti, ki predstavljata način otrokovega razvoja in učenja v zgodnjem obdobju.« (Videmšek, 2000). Gibanje je še posebej pomembno v predšolskem obdobju, saj lahko prav v tem obdobju otrok pridobi široko in pestro paleto gibalnih izkušenj, ki služijo kot osnova za kasnejše zahtevnejše gibalne vzorce. »Izkušnje, ki jih zamudimo v najzgodnejšem razvojnem obdobju, je kasneje težko nadoknaditi.« (Videmšek in Pišot, 2007). Trenerji se morajo zavedati, da otroci radi raziskujejo in se preizkušajo tudi na področju »gibalne dejavnosti«. Pri tem se med igro neprisiljeno seznanjajo s številnimi gibalnimi nalogami, pri katerih morajo sami izbrati pravilne odločitve. Na ta način pridobivajo nove motorične informacije in hkrati usvajajo nove pojme. Trenerji naj ob tem upoštevajo dej-

stvo, da če želijo pri vadečih doseči kakovostno in trajno znanje, mora trening med drugim spodbujati tudi samostojno delo. Poučevanje (treniranje) je sestavljeno iz nešteto spretnosti, v katere so med drugim vključene tudi različne učne metode in oblike učnega dela. V kolikor želi uspeh pri doseganju zastavljenih ciljev, jih mora trener pri svojem delu kombinirati, izbirati najbolj učinkovite in jih uporabljati glede na to, kakšni so učni ali vzgojni cilji, ki jih želi doseči. To pa od trenerja zahteva vrednotenje in preverjanje učnega oz. vadbenega uspeha. Igra oz. didaktična igra se trenerju ponuja kot ena izmed učinkovitih učnih metod. Če v športno vadbo vpeljemo igro, to še ne pomeni, da smo telovadnico spremenili v igralnico. Zavedati pa se je potrebno, da zgolj s prosto igro ne moremo uresničiti

učnih, vzgojnih in vadbenih ciljev. Posledično je treba v igro v okviru treninga vključiti cilje v določenih časovnih obdobjih. To pomeni, da moramo vadbene cilje v posamezne igre vgraditi. Če je igra pravilno vključena v vadbeni proces, njen učinek pozna samo trener, vadeči pa se ga ne zavedajo.

Osborne in Dillon (2008) navajata, da je bilo v preteklosti kar nekaj razprav na temo, kako preoblikovati pedagogiko. Pri tem razlagata, da je potrebno podpirati inovativne metode poučevanja, med katere sodi tudi poučevanje z metodo didaktične igre. Menita, da učitelji (v našem primeru trenerji) vložijo premalo truda v uporabo različnih metod poučevanja, kar ima za posledico preveč monotona vadba. Kolb in Miltner (2005) v svojem delu med drugim razlagata, da s poučevanjem skozi igro dosežemo višjo raven znanja. Pomembno je, da trenerji vedo, da si zapomnimo:

- 10 % tistega, kar preberemo,
- 20 % tistega, kar slišimo,
- 30 % tistega, kar vidimo,
- 70 % tistega, kar vidimo in slišimo ali kar sami rečemo in
- 90 % tistega, kar sami počnemo.

Kaj je igra?

»Igra kot svojevrstna dejavnost je najbolj primerna otrokovi naravi in osnovnim zakonitostim njegovega razvoja; v največji meri zagotavlja enotnost med gibalnim, spoznavnim, čustvenim in socialnim razvojem.« (Videmšek in Pišot, 2007, str. 169). Marsikdo se sprašuje, kaj sploh je igra in kje je pravzaprav

meja med igro in poučevanjem. Različni avtorji različno definirajo igro, prav tako so pojmovanja le-te različna s sociološkega, psihološkega in pedagoškega vidika. Kljub temu da naj bi bila igra primarno brezmejnna, neskončna in svobodna, je v svojem bistvu lahko tudi zelo poučna. Prav zaradi tega jo je smotrno uporabiti pri poučevanju. Igra je samodejna dejavnost. Izhaja iz notranje potrebe, ki jo spremlja ugodje in ima namen sama v sebi. Odrasli lahko z neustreznim poseganjem v otrokovo igro uničimo ustvarjalnost in izvor njegove domišljije. Prav to pa je ključno za njihov razvoj.

Na splošno o igri

Kurikulum za vrste (1999) v svojih izhodiščih postavlja elementarne igre za osnovo športnih iger, v katerih otroci postopoma spoznavajo pomen upoštevanja pravil in se socializacijsko krepijo. Uporaba igre ima številne druge pozitivne učinke. Znano je, da izboljšuje sposobnosti (fizične in kognitivne), z njo pridobivamo nova znanja, razvijamo tekmovalnost, se učimo sodelovanja in vztrajnosti, razvijamo ustvarjalnost, se soočamo z različnimi čustvi, se učimo skrbeti za dobro drugih, izbiramo med različnimi možnostmi in seveda na koncu moramo tudi sprejeti posledice lastnih odločitev. Igra je primarna dejavnost otrok. »Psihologi ugotavljajo, da se otrok igra, ker se razvija, oziroma da se razvija zato, ker se igra. Tako lahko z gibalno igro vplivamo na celosten razvoj otroka.« (Rajtmajer, 1990). Za mlade je igra nujnost, ki je komplementarna ne samo naši dejavnosti ampak celotnem vzgojnem

procesu. Igra pomeni izražanje vseh posameznikovih sposobnosti, da premaga nasprotnika ali pa samega sebe. Razvija obvladovanje telesa, inteligenco ter voljo in skupinskega duha.

Skozi napor, ki je lahko prost ali pa discipliniran, razvija iniciativo, vadeči se odloča in prilagaja na vse vrste situacij. Igra trenerju omogoča, da neposredno vpliva na otroka, kar je učinkovitejše, kot bi to lahko počel preko vadbe tehnike.

Prosta igra odraža nekaj značilnosti:

- otroci ne znajo menjavati iger,
- nimajo smisla za organizacijo,
- zelo dobro imajo razvit občutek za pravičnost,
- občudujejo moč in pogum,
- zaničujejo šibkost in izdajo,
- imajo naravno pomanjkanje discipline,
- redko imajo pravega vodjo.

Iz navedenega izhaja zaključek, da otroci potrebujejo odraslega trenerja, vodjo igre, ki s svojo inteligenco, razumevanjem mladosti, občutkom za pravico in poznavanjem iger usmerja vadeče kot pravičen sodnik in svetovalec. Takšen vodja lahko da igri njeno polno vrednost.

Najpomembnejše napotilo pa je seveda »coaching« trenerja, ki mora biti dosleden, zahtevati predvsem na začetku točno izvajanje naloge (napačno izvajanje naloge se lahko kaznuje s tem, da mora športnik, ki naredi napako, izvesti določeno dodatno nalogo), videti mora vsak detajl in ga popravljati dokler vsi ne osvojijo pravičnih gibalnih vzorcev.

Za delo v skupini je treba gledati na sposobnost in znanje (zagotoviti je potrebno čim večjo homogenost skupine), da se hitreje doseže napredek. Vadečim, ki zaostajajo, je treba pokazati individualno vadbo, ki jo lahko opravljajo tudi doma ali s prijatelji. Igre torej ne smemo smatrati samo kot preprosto dejavnost za oddih. Igra je aktivna vzgoja. Izkušnje, ki jih ponuja otrokom (kritičnost, analiziranje) so veliko bolj učinkovite kot preprosto moraliziranje. Ena od bistvenih nalog igre je oblikovati osebnost.





J. Loiseaou v svoji metodi iger izpostavlja, da mora v vsaki igri moralni element (pravičnost, velikodušno, vztrajnost, zvestoba ...) prispevati k intelektualnemu ravnanju (opazovanje, sojenje, racionaliziranje, odkrivanje) in fizičnemu delovanju (moč, gibčnost, sposobnost, vzdržljivost). Da bi razložil razliko med dvema metodama, podaja naslednji primer: učenje skakanja lahko izvedemo na dva načina:

1. V vzgojni učni uri naj učenci sledijo trenerju, ki pokaže (demonstrira) kretnje. Te potem učenci ponavljajo dokler jih ne izvedejo pravilno. To je očitno cenjeno po načrtu, toda ni zanimivo.
2. Če pa trener to počne v okviru igre, postane izkušnja zanimiva, učenci se razkropijo, si poiščejo teren:
 - morajo bodisi korakati, bodisi skakati (izbira glede na okoliščine),
 - na pot jim postavimo določene ovire,
 - izbrati morajo pravi trenutek za zadnji skok in zmago v igri (odločanje),
 - nazadnje vključimo še sodnika, ki daje signale (uvedba disciplin).

Obe metodi sta lahko enako uspešni toda druga daje večje razsežnosti in razvija večje sposobnosti. Tukaj predlagana igra se izvaja na prostem, kar pa ni mogoče pri vseh igrah.

Trener mora predvsem:

- razumeti igro,
- poznati miselnost in pedagogiko mladih,
- začutiti njihove želje, njihove reakcije,

- poiskati motivacije, ki jih ženejo naprej,
- obvladovati to kar poučuje in to početi z navdušenjem.

Za Loiseaouja mora igra preko izkušnje in metode pri trenerju oblikovati 6 značilnosti:

1. biti mlad po karakterju,
2. pridobiti strokovno avtoriteto med mladimi,
3. govoriti njihov jezik,
4. biti pravičen,
5. biti iniciativen,
6. resno jemati igro.

Vodja igre mora biti vedno inteligenten. Ni dovolj, da je središče igre, ampak mora biti spodbujevalec, vodič, prijazen svetovalec, kar mladim omogoča razvoj njihove lastne osebnosti.

Organizacija iger

Igra je zanimiva za vsakogar. Enako lahko razvedri otroke in odrasle. Potrebno je poznati psihološki in fiziološki razvoj otrok in mladostnikov glede na njihovo starost. Potem bomo lahko izbirali ustrezne igre »za vsako priložnost« glede na njihov namen, uporabnost in učinkovitost pri doseganju zastavljenih vadbenih ciljev. Igre na prostem in v dvorani zahtevajo ustrezno organizacijo. Izbira iger je zelo pomembna, saj mora vadeče pripeljati do obvladovanja določenih gibalnih nalog v okviru načrtovanega razvoja motoričnih sposobnosti in drugih lastnosti. Biti mora torej v funkciji ciljev, ki smo si jih zastavili, pri čemer je potrebno upoštevati materialne pogoje, ki so na razpolago.

Obvladovanje in vedenje. Tudi razvrstitev iger je utemeljena na obvladovanju:

- obvladovanje premestitev,
- obvladovanje lastnega telesa,

- obvladovanje orodij,
- obvladovanje nasprotnika.

Glede na ta obvladovanja so igre razvrščene na naslednje načine:

1. Igre za obvladovanje premestitev:
 - igre na osnovi tekov,
 - igre na osnovi skokov.
2. Igre za obvladovanje lastnega telesa:
 - spretnost igre,
 - igre za odločanje,
 - igre za ravnotežje.
3. Igre za obvladovanje orodij:
 - igre dušenja,
 - igre z žogami, medicinke.
4. Igre za obvladovanje nasprotnikov:
 - borilne igre,
 - igre z nasprotovanjem.

Izbiri iger narekuje:

1. starost in potrebe učencev,
2. cilji, ki jih želimo doseči,
 - vzgojni nameni trenerja,
 - učinki vsake igre,
3. število vadečih,
4. potrebna uporabljena oprema in rekviziti.

Pedagogika iger

Uspešno izvedbo iger je odvisna od:

- priprave: namestitve učencev, priprava orodja, rekvizitov ...,
- predstavitev: natančna pisna predstava pri izbiri formacije,
- razlage, ki mora biti: kratka, jasna, natančna.

Pozornost je potrebno usmeriti na:

- izbiranje skupin ali ekip se lahko izvede v obliki igre,
- nekatere igre prej izgubijo svojo zanimivost kot druge. Skozi opazovanje učencev mora trener poiskati variante novih iger.

Igre moramo spreminjati, ker:

- so posebej primerne za določeno dejavnost,
- ker ustrezajo in odgovarjajo vadečim,
- vsak vadeči mora točno razumeti kaj bodo počeli.

Tako ima trener na izbiro dve možnosti:

1. igro lahko razloži in preizkusi, če so vsi razumeli,
2. igro pokaže sam ali pa jo poka-

že kdo od vadečih. Tako vsi vidi-jo, kaj bodo morali početi. Igra mora potekati nemoteno, ne smemo izgubljati časa z dolgimi razlagami.

Trener se vmeša:

- da pove nova pravila, ki izboljšajo nivo igre glede na potrebe,
- da poda taktične nasvete,
- da povzame napake,
- da spodbudi iniciativnost in fair play.

Če celotni trening posvetimo igram, sledijo izbira in zaporedje iger istim principom kot pri pripravi običajnega treninga. Primer: po igri, ki je bila zelo intenzivna, je treba izbrati igro, ki jo lahko izvajamo sede. Trening moramo tudi zaključiti z igro, ki se izvaja sede ali leže.

Problem izvajanja

Trener se znajde pred dvema problemoma:

- sestava skupine za igro,
- razlike v starosti.

α) Sestava skupin, ekip

Da bi bila igra zanimiva, je treba sestaviti približno enakovredne ekipe. Ob tem pa ne smemo pozabiti, da se mladi radi grupirajo po lastnih pravilih (empatiji) in si radi sami izberejo partnerje. V tem primeru moramo biti še bolj pozorni na to, da bodo skupine po sposobnostih uravnotežene.

Eden od najpreprostejših in hkrati najpravičnejših postopkov je, da določimo vodje skupin (ki pa ne smejo biti vedno isti in ne nujno najboljši in najstarejši), ki sami izberejo partnerje z žrebom. Slabost tega je pomanjkanje homogenosti v ekipi, toda predstavlja prednost, ker izoblikuje občutek kolegalnosti vsakokrat znova. Trener mora ravnati z občutkom, da ne bi vsiljeval otrokom rešitev zaradi katerih bi nastala nova nesoglasja.

Opomba: najboljša je, da skupino razdelimo na več ekip, ki igrajo ločeno, vsaka ekipa pa ima svojega vodja.

b) Razlike v starosti

Igro je težje organizirati, če vključuje različno stare športnike. Med

različnimi možnostmi oblikovanja skupine je možno izbrati naslednjo obliko: sestaviti enako močne ekipe tako, da se najmlajši in najšibkejši srečajo med seboj.

Mesto igre v treningu

Namenjena je predvsem otrokom: osnovna dejavnost najmlajših pa tudi orodje odraslih. Zapomniti si moramo naslednja načela:

- za najmlajše mora večji del treninga biti namenjen igri,
- trener lahko po svoji izbiri in glede na sposobnosti vadečih vključi eno ali več iger v uvodni in glavni del treninga ali na koncu treninga,
- včasih lahko ves trening posveti:
 - o bodisi igram v dvorani ali na blazinah,
 - o bodisi igram na prostem, predvsem v prehodnem obdobju.

Kot že zapisano v uvodu, elementarnih iger ne izbiramo samo zaradi igre same in zabave. Z njimi uresničujemo cilje, ki jih želimo doseči. Ti cilji pa se razlikujejo glede na dele vadbene enote:

- v pripravljalnem delu otroke pripravimo na glavni del, kar pomeni, da za ta del vadbene enote izberemo živahne igre, s katerimi otroke ogrejemo ter psihično pripravimo za izbrano dejavnost,
- glavni del vadbene enote je namenjen pridobivanju novih gibalnih znanj, njihovem utrjevanju, razvoju gibalnih in funkcionalnih sposobnosti, razvijanju sodelovanja v skupini, vztrajnosti, spoštovanju dogovorjenih pravil itd.,
- v vadbeno enoto po potrebi vključimo tudi zaključni del, v katerem izberemo bolj umirjene igre, s katerimi otroke po večjih naporih v glavnem delu vadbene enote telesno in duševno umirimo.

Pomembno je, da trener z individualnim pristopom omogoča vsakemu posamezniku napredek v znanju na način, da ga otrok občuti in se ga veseli. Pri tem je potrebno poznati dialog dobre komunikacije, ki temelji na spoštovanju in spodbudah. Ni nujno, da je vsaka igra tekma. Naj zaključim z mislijo (Petkovšek in Kremžar, 1986): »Igra je radost, je

svoboda, je ustvarjalnost. Vse to pa je otroku ob hitrem tempu življenja in utesjenosti, ki jo doživlja v šoli, potrebno kot zrak, ki ga diha.«

Literatura:

- Barret, B. (2005), Games for the whole child. Unated states: Human kinetics.
- Byl, J. (2004), 101 fun warm – up and cool – down games. Unated states: Human kinetics.
- Čuš, V. (2004), Judo – popusti da zmagaš: Judo zveza Slovenije.
- Čuš, V., Čuš, S., (2017). Motivacija judoista kot del psihološke priprave športnika. Slovenski judo: št. 112, letnik 21, marec – september 2017.
- Kolb in Miltner, (2005), Otroci se zlahka učijo, Mladinska knjiga, Ljubljana.
- Kurikulum za vrtce (1999). Ljubljana. Urad republike Slovenije za šolstvo.
- Osborne, J. F., & Dillon, J. (2008). Science Education in Europe. London: Nuffield Foundation.
- Petkovšek, M. in Kremžar, B. (1986). 100+1 igra. Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo v Ljubljani.
- Pistotnik, B. (1993). Elementarne igre. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pistotnik, B. (2004). Vedno z igro, Elementarne in družabne igre za delo in prosti čas. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Strel, J., Šturm, J. in Ambrožič, F. (1982). 125. Ovrednotenje informacijskega sistema za ugotavljanje in spremljanje motoričnih sposobnosti in morfoloških značilnosti šolske mladine v SR Sloveniji. I. faza. Ljubljana: Visoka šola za telesno kulturo. Inštitut za kineziologijo.
- Škof (ur.), Šport po meri otrok in mladostnikov. (88-113). Univerza v Ljubljani: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). Šport za najmlajše. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Vlado Čuš, spec. kl. diet., prof. sv.

Jigoro Kano 1860 – 2020

Stošestdeseta obletnica rojstva ustanovitelja Judo Kodokana, pomembnega človeka pri vključevanju Azije v mednarodni olimpijski komite in izobraževanju učiteljev športne vzgoje na Japonskem.

Jigoro Kano je bil rojen 28. 10. 1860, v kraju Migake (danes Kobe), v prefekturi Hyogo. Rodi se kot peti otrok materi Sadaku Kano in očetu Mareshiba. Zgodba okoli imena Jigora je zelo zanimiva. Ko se oče Mareshiba priseli v družino Kano, spremeni svoj priimek in ime v Jirosaku. Jigoro se rodi kot **Shinnosuke Kano**, a ker je peti otrok Jirosakuja, mu spremenijo ime v Jigoro. Materina družina je znana po

proizvodnji sakeja. Sake se pod družinsko znamko prodaja še danes. Oče izhaja iz stare družine, v kateri je bilo veliko budističnih menihov. On sam je bil državni uradnik. Jigoro se rodi v obdobju velikih reform, ki so potekale na Japonskem. Leta 1868 se zaključi obdobje Tokugawa in prične se obdobje Meiji, Japonska se odpre svetu in novo zamenja staro. Oče sam poskrbi za Jigorovo začetno izobraževanje. Poudarek

je na angleščini, etiki ter tradiciji. Leta 1870 se po smrti matere z očetom preseli v Tokio, sedem let kasneje pa se vpiše na univerzo Toyo Teikoku, ki je današnja tokijska univerza in takrat naj bi tudi pričel z vadbo jujutsu.

Leta 1881 diplomira na oddelku za estetiko in moralo na univerzi v Tokiu. Prav tam leta 1882 diplomira iz politologije in ekonomije ter opravi še enoletno raziskavo na oddelku za filozofijo.

Leto 1882 je nasploh zelo plodno:

- januarja se zaposli kot učitelj na šoli Gakushuin,
- februarja ustanovi Kano Juku – šolo za otroke,
- marca ustanovi Koubunkan – šolo angleškega jezika,
- maja ustanovi Judo Kodokan (nihčenepoznatočnega datuma ustanovitve Kodokana),
- julija zaključi šolanje na univerzi v Tokiu.

Še nekaj pomembnih dogodkov v življenju Jigoro Kana:

- leta 1886 postane ravnatelj šole Gakushuin,
- leta 1891 se poroči s Sumako Takazoe, s katero imata 8 otrok,
- leta 1891 postane ravnatelj na Fifth Higher Secondary School,
- julija 1893 postane ravnatelj First Higher Secondary School, septembra pa še ravnatelj na Higher Normal School – na tej šoli naj bi bilo celo do 7000 kitajskih učencev, ni podatka o številu Japoncev, a glede na število Kitajcev, najbrž zelo veliko,
- leta 1895 postane Budokukai – predsednik sektorja jujutsu,
- leta 1898 je imenovan za direktorja osnovnega šolstva na ministrstvu za izobraževanje,
- leta 1909 vstopi v MOK kot prvi Azijec,
- leta 1911 ustanovijo Japonsko



Kodokanov plakat ob 160 obletnici rojstva Jigoro Kana



Jigoro Kano in Pierre de Coubertin



Kanovo zadnje potovanje na ladji Hikawa Maru

bejzbol ...) je bil tudi judo. Pokazal je potrebo po izobraževanju učiteljev športne vzgoje. Dosegel je, da je ministrstvo razpisalo program in da so pričeli z izobraževanjem, ki je bilo enakovredno drugim smerem. Judo je bil v vseh teh izobraževalnih programih. Dosegel je tudi, da je judo postal obvezni predmet v šoli. Preko delovanja v Budokukaju je tudi druge borilne veščine dvignil na višji organizacijski nivo.

V MOK je vključil etiko Bushida. Olimpizem je pripeljal v Azijo in bil pobudnik azijskih športnih iger, zato je imel pomembno vlogo znotraj te organizacije. Njegovo zadnje dejanje v judu, MOK-u in življenju je bilo, da je olimpijske igre 'pripeljal' na Japonsko in s tem judo med olimpijske športe ter Japonsko in Azijo postavil tudi na športni zemljevid sveta.

Judo ni borilna veščina, je le nadgradnja jujutsa. Judo ni šport. Judo je edukacijska metoda, kjer s telesno aktivnostjo razvijamo telo, um in duha. Jigoro Kano je bil vizionar. Prepričan je bil, da lahko z judom pomaga narediti svet boljši. Bodimo ponosni, da smo judoisti, bodimo ponosni, da smo del velike svetovne družine, bodimo ponosni, da smo 'nasledniki' malega Japonca, ki je bil velik Človek! Ni ga športa in ni je borilne veščine, ki bi v svojem bitu imela zapisano vzajemno pomoč, sodelovanje in spoštovanje, s katerim dosežemo skupno dobro za vse.

Proslavimo okroglih 160 let Jigorovega rojstva v svojem klubu. Povejte svojim mladim judoistom, kako pomemben mož je bil in koliko velikih stvari je v svojem življenju naredil. Če iščete svojega vzornika, ga boste našli v Jigoro Kanu!

Mojmir Kovač VI. Dan

Viri:

https://www.joc.or.jp/english/historyjapan/kano_jigoro06.html

<https://www.ijf.org/history/hall-of-fame/96>

<https://judoinfo.com/kano4/>

<http://kodokanjudoinstitute.org/en/doctrine/>

- športno zvezo, Jigoro postane predsednik,
- leta 1912 se udeleži OI v Štokholmu,
- do leta 1922 se upokoji in umakne z vseh funkcij, tega leta ustanovi Kulturno sekcijo v Kodokanu, Bunkakai,
- leta 1932 predstavi judo na OI v Los Angelesu in ima govor na zaključni slovesnosti,

- 4. 5. 1938 umre na ladji Hikawa Maru.

Jigoro Kano je življenje posvetil izobraževanju in športu. Na šolah, kjer je bil ravnatelj, je bila 'telovadba' obvezna (takrat še ni bilo športne vzgoje kot predmeta). Vsak študent se je moral vsak dan vsaj 30 minut ukvarjati s športom. Med športi (pohodništvo, plavanje, atletika,

MITI IN POLRESNICE V JUDU

V klubih se ustno prenaša kar nekaj 'mitov in polresnic' o judu, ki na plano največkrat pridejo med ustnim zagovorom na izpitih za pasove. Ti napačni odgovori se skozi leta ponavljajo in kljub internetu in ogromnemu številu informaciji nočejo zapustiti našega judo prostora. Na tak način postanejo resnice, ki jih mladi judoisti ponavljajo kot papige. Na zadnjem izpitu v Izoli sem se odločil, da bom nekatere izmed njih poskušal odpraviti oz. na novo razložiti.

- 1. Katame waza** – so tehnike kontrole (shime, kansetsu in osae-komi waza), ki se lahko izvajajo stoje ali v parterju. Ne waza je aktivnost v parterju. Davljenja in vzvode se lahko izvaja tudi stoje. Te tehnike in njihove obrambe so prikazane v katah za višje dan pasove (kime, go-shin jitsu, ju no kata in druge).
- 2. Tai sabaki** – tai je telo, sabaki je premikanje. Tai sabaki je premikanje telesa po prostoru. To premikanje je lahko v vse strani in v krogu. Vsak korak ima svoje ime, vsak obrat ali polobrat ima svoje ime. Krožno gibanje je le del oz. eno izmed gibanj, ki spadajo v celoto imenovano tai sabaki.
- 3. Načela juda** – lahko jih razdelimo v osnovna, etična in načela za izvajanje tehnike. Osnovna načela so: seiryoku zenyo, jita kyoei, lahko tudi ju in do. Načela polnega kroga, akcije reakcije in ostala so načela za izvajanje tehnike – npr. načelo polnega kroga je del večjega in pomembnejšega načela seiryoku zenyo. Z učinkovito uporabo (življenjske – fizične in duhovne) energije lahko pravilno izvedemo načelo polnega kroga.
- 4. Kaj je judo** – nastal je kot globalna edukacijska metoda, kjer preko fizične aktivnosti razvijamo telo, um in duh (karakter, morala ...). Judo je japonsko darilo svetu, je japonska tradicija in filozofija v obliki 'moderne telovadbe'. Judo Kodokan ni bil zamišljen ne kot šport in ne kot borilna veščina. Jigoro Kano: »Nič ni pomembnejše kot edukacija (vzgoja in izobraževa-

nje). Ko izobrazimo eno osebo in jo pošljemo v družbo njene generacije, s tem izobrazimo naslednjih 100 generacij.«

- 5. 1882** – čeprav ni nobenega zanesljivega pisnega dokumenta, se pojavlja kot datum ustanovitve judo Kodokana 5. 6. 1882. Poleti tistega leta je Kano tudi zaključil fakulteto. Kaj se je zares zgodilo leta 1882? Kano je tega leta le ustanovil svojo šolo (odprl je svoj klub), ki jo je poimenoval Nihon Den Kodokan judo (najboljši judo Kodokan na Japonskem). Dojo je odprl v budističnem (zen) samostanu Eisho. V njem sta skupaj z glavnim učiteljem Kito ryu Tsunetoshi likubo, poučevala ju jitsu te šole (specialnost nage in katame waza). Takrat je Kano pričel ju jitsu oblikovati po svojih zamislih in tako je pričel nastajati judo. Kano je šele leta 1922 izjavil, da je judo popoln tako v tehniki, metodiki in v filozofiji.
- 6. Kuzushi** – kuzushi je ena izmed faz načela polnega kroga. V navadi je, da se prevaja kot rušenje ravnotežja, ampak to je le en del te tehnike, da kuzushi je tehnika. Kuzushi pomeni razbijanje pozicije (položaja) ukeja, pri čemer tori ostane v močnem in varnem položaju. Tori s kuzushijem ne poruši le ravnotežja ampak tudi ukeja, postavi v tak položaj, da ne more odgovoriti s protitehniko ali obrambo. V tem položaju uke ostane tudi brez aktivne kumi kate. Tori ukeju razbije tudi miselni tok in koncentracijo. Kuzushi je leta 1883 'iznašel' Jigoro Kano in ga kasneje znanstveno obdelal v Happono kuzushi. To je njegov velik doprinos k borilnim veščinam.
- 7. 12. dan** – Jigoro Kano je bil ustanovitelj judo Kodokan in kreator juda. Njegov naziv je shihan in je edini v judu s tem nazivom. Shihan je najvišji naziv in pomeni 'tisti, ki vodi'. Kano je bil tisti, ki je vodil in bil je tisti, ki je podeljeval pasove. Bil je tisti, ki je rangiral (stopnje) in sam je bil izven/iznad tega sistema. Kano ni imel stopnje pasu, ker

je ni mogel imeti, glede na to, da je on oblikoval judo tehnike, metodiko in postavil range (kyu in dan). V Kodokanu ni nobenega dokumenta in se ob omembi 12. dana le nasmejijo in zamahnejo z roko. Na starih posnetkih in fotografijah je Kano oblečen v drugačen judogi in je barva pasu povsem nepomembna.

- 8. Judogi** – je obleka judoistov. Sestavljena je iz jakne (uwagi), hlač (shitabaki) in pasu (obi). Prvi judogi je okoli leta 1900 oblikoval in 'sešil' Jigoro Kano. Za osnovo je vzel tradicionalno japonsko oblačilo kimono in nekatera starejša oblačila. Skozi leta so podaljševali rokave in hlačnice. Prav zaradi judogija je judo tak kakršen je. Kuzushi bi bil brez judogija povsem drugačen. Nekatero rokoborske tehnike so podobne judo tehnikam, a je kuzushi povsem drugačen.
- 9. Cilj juda** – osnovni cilj vadbe juda je osebni razvoj posameznika (telo, um in srce – telo, um in duh), ki je proaktiven član družbe. To dosežemo z uporabo načel seiryoku zenyo in jita kyoei. Jigoro Kano je rekel, da je najpomembnejše, da smo danes boljši kot včeraj in da življenje človeka, ki ne prispeva k družbi (ne deluje v korist vseh) nekoristno. S tem, ko napredujemo kot posamezniki in svoje nove kvalitete dajemo v družbo, napreduje tudi družba kot celota.
- 10. Jigoro Kano** – rodi se 28. 10. 1860 kot peti otrok materi Sadoke Kano in očetu Mareshiba Shogenji. Ob rojstvu ga poimenujejo Shinnosuke Kano. Njegov oče si je spremenil ime v Jirosaku Kano in ker je bil Shinnosuke peti otrok, spremenijo ime tudi njemu. Tako postane Jigoro – peti otrok Jirosakuja. Očetova družina je bila stara in je znanje o prednikih segalo tisoč let nazaj. Veliko Jigorovih prednikov je bilo budističnih in zen učiteljev, zato najbrž ni naključje, da je prvi dojo bil v samostanu Eisho in da se filozofija juda zelo naslanja na zen.

- 11. Ju** – judo napačno prevajamo kot 'mehka pot'. Jigoro Kano je ju razložil kot prilagajanje. V judu se prilagajamo na silo nasprotnika, v življenju pa na okoliščine.
- 12. Do** – do ni pot po kateri hodimo ali način izvedbe neke tehnike. Do je celosten razvoj (telo, um in duh) posameznika. Do je pot po kateri dosežemo osnovni cilj juda, osebni razvoj posameznika, ki proaktivno deluje v družbi in s tem pomaga k napredku celotne družbe.
- 13. Enakopravnost** – filozofija juda je zelo 'moderna' in vključevalna oz. inkluzivna. Judo lahko izvajamo le v paru in s prijemom – dotikom, zato je pred vadbo judo potrebno odmisлити vse predsodke (rasne, verske, fizične, spol ...), saj se v nasprotnem primeru vadba ne more izvajati. Pomemben podatek je, da so v Kodokanu že leta 1926 odprli žensko sekcijo juda. Kako je bila ta odločitev revolucionarna ne samo v zaprti Japonski družbi ampak v svetovnem merilu povedo naslednje številke: ženske so volilno pravico dobile, v Švici leta 1968, na Portugalskem leta 1974 ... v nekaterih državah je še danes nimajo.
- 14. Rei** – pomeni duh in spoštovanja. V življenju odnosi pomenu pomemben vidik. Če pozabimo na spoštovanje in ljubezen (empatijo) do drugih, se obnašamo kot zveri s plenom. Ideogram (japonski simbol za priklon) prikazuje na levi strani božanskost (nekaj višjega), na desni pa darilo. V starih družbah so božanstvom dajali daritve kot plačilo za dobro letino in kot prošnjo za prihodnjo varnost pred nesrečami. Rei se razume kot 'omoyari' (meditacija, stanje čistosti), prikaz spoštovanja in razumevanja drugih (empatija). Je duh spoštovanja, ki je tudi osnova jita kyo eia. Priklon rei izvedemo pri vstopu v dojo. S tem izkažemo spoštovanje do vseh, ki so vadili in delovali v tem prostoru ter s svojim trudom omogočili tudi nam, da nadaljujemo z vadbo in pridobivamo znanje, ki se je v tem prostoru že pred našim prihodom plemenitilo. S priklonom izkažemo čast in spoštovanje pred fotografijo Jigora Kana shihan, našemu tre-



nerju, starejšim judoistom in vsem udeležencem treninga.

Yudansha so nosilci mojstrskih pasov. Judoka postane nosilec 4. dan pasu. Sensei postane trener s 4. danom. 1. dan pomeni začetek poti. V resnici je judo vseživljenjsko učenje. Če želite postati šampioni, morate 'študirati' način izvajanja tehnik šampionov. Če želite postati razgledan judoist, morate brati zapise o judu. Dandanes je zelo enostavno priti v virtualno knjižnico Kodokana

in izvedeti vse, zato se potrudite in odločno stopite na pot, ki vas bo peljala proti nazivu judoka in še naprej k rokudan.

Zakaj bi to nekdo počel? Ker je tako prav in ker je ta **POT** neizmerna in čudovita! Vedno imejte v mislih Kanove besede: »Danes sem boljši kot včeraj, danes znam nekaj več kot včeraj!«

Mojmir Kovač 6.dan

SAŠO PRVI INKLUZIVNI MOJSTER JUDA V SLOVENIJI

Sašo Kovač, član JK Murska Sobota je 19. julija 2020 v dvorani JK Z'dežele Sankaku na Lopati postal prvi inkluzivni mojster juda v Sloveniji.

Člani judo klubov so pod okriljem JZS opravljali izpite za 1. DAN in 1. KYU. Izpitnega roka se je udeležil aktualni inkluzivni evropski prvak Sašo Kovač, član Judo kluba iz Murske Sobote. Sašo je kato opravil z odliko in si tako zaslužen nadel mojstrski pas 1. DAN. Še posebej nas veseli, da se je pisala zgodovina inkluzivnega juda v Sloveniji, saj je Sašo Kovač postal prvi inkluzivni judo mojster v Sloveniji.

Velika zahvala gre Sašovem očetu in trenerju Zdenku Kovaču, ki ga je v času, ko Sašo ni mogel stopiti na tatami, pripravljajal za izpit. Hvala tudi Domu v Lukavcih za posluh v zadnjem trenutku, da je Sašu Kovaču omogočil pristop k izpitu. Zahvala predsedniku Judo kluba Murska Sobota Zoranu Kosu, ki je verjel v zgodbo o uspehu, hvala trenerju Urošu Kavčiču in vsem, ki so bili del zgodbe, ki se nadaljuje. Času v Covid-19 obdobju so drugačni in uspešnost v tem obdobju je še toliko večjega pomena. Čestitamo iz srca, trenerji in judoisti Judo kluba Murska Sobota!

Besedilo in fotografije: Zoran Kos



BOR ZUPAN TEKMOVAL ZA PORTUGALSKI JUDO KLUB

Že lansko zimo smo se z družino s kamperjem za dober mesec odpravili na toplo, na Portugalsko. In ker bi v tem času zamudil veliko judotreningovinnovoletnepriprave, smo že pred odhodom iskali kakšen portugalski klub, kjer bi lahko treniral. Na našo prošnjo se nam je takoj odzval Judo club de Portimao, ki je lociran na samem jugu države v obmorskem mestu Portimao. Ko sem prvič treniral v klubu mi je bilo nekoliko neprijetno, saj nisem še nikogar poznal, a že po parih treningih so mene in našo celo družino sprejeli čisto za svoje, tako da sem se počutil kot v domačem

klubu. Od takrat naprej imam redne stike preko interneta s trenerjem in portugalskimi judo prijatelji in komaj čakam, kdaj bom lahko zopet treniral z njimi.

Maja 2019 sem dobil nepričakovano vabilo od glavnega trenerja Joachima Baptista iz Judo club de Portimao, če bi tekmoval za njihov klub na klubskem ekipnem junior državnem prvenstvu Portugalske, ki naj bi bilo konec novembra v Lizboni.

Ker imajo v pravilniku, da je v ekipi lahko tudi en tujec, so takoj pomislili name in me povabili, da bi zastopal

kategorijo U16 do 50 kg. Jaz sem bil seveda takoj za, a sem moral dobiti še dovoljenje staršev in šole.

V šoli sem dobil dovoljenje za 6 tednov odsotnosti in plan šolskega dela na daljavo. Starši pa so organizirali mojo pot, bivanje pri trenerju Joachimu in njegovi družini in družinsko ponovno potovanje s kamperjem na Portugalsko.

Tako sem 22. novembra 2019 sam (brez spremstva) letel iz Benetk v Italiji do Lizbone na Portugalskem, kjer sta me na moje presenečenje pričakala kar oba trenerja Joachim in Delfim z velikim napisom. Najprej



smo šli na kosilo, potem pa smo se odpeljali direktno do Portimao, ki je 3 ure vožnje oddaljen od Lizbone, na trening. Jaz in vsi prijatelji iz kluba smo bili zelo veseli ob našem srečanju in vzhičeni zaradi tekme, ki smo jo imeli že naslednji dan. V soboto, 23. novembra 2019, smo se zgodaj zjutraj z dvema kombijema odpeljali na državno klubsko ekipno tekmovanje v Lizboni. V ekipi nas je

bilo 8 judoistov in dva trenerja. Po tehtanju smo najprej pojedli zajtrk, nato se ogreli in kmalu začeli s tekmovanjem.

V prvem krogu smo zmagali 4:1. Jaz sem tekmoval prvi v kategoriji do 50 kg, boril sem se proti gruzijskem judoistu in zmagal z enim waza-arijem. V četrtfinalu sem izgubil na tri shidote, a smo vseeno z rezultatom 4:1 prišli v polfinale.

V polfinalu smo se dobro borili, a smo vseeno izgubili s 3:2. Jaz sem zmagal s čudovitim ipponom in sem se počutil odlično, saj sem s tem dobil točko za ekipo. Sledile so borbe za bron. Jaz sem borbo zaključil kar hitro z osajkomijem v prvi minuti. Na koncu pa je zmago za bron zagotovil trenerjev sin Manuel, z neverjetnim ipponom. Ker se je Judo club de Portimao prvič udeležil tega tekmovanja v Junior kategoriji je bila bronasta medalja v veliko presenečenje in veselje. Po podelitvi medalj in pokalov, smo navijali še za mladince, potem pa se skupaj odpravili nazaj v Portimao.

Pred prihodom mojih staršev in bratca sem 12 dni preživel s trenerjem Joachimom in njegovo družino v njihovi hiši in petkrat na teden treniral v judo klubu.

Zelo so bili gostoljubni, me vozili na izlete v in okoli mesta, v Lizbono na ogled kadetskega tekmovanja, na trening v najstarejši portugalski judo klub (Judo club de Portugal) in v Cascais na ogled jadralske tekme, na kosila, večerje, plažo ...

Poleg vsega naštetega pa sem imel možnost, da sem z Manuelom, trenerjevim sinom obiskoval njihovo osnovno šolo, kar je bila tudi zelo drugačna in zanimiva izkušnja.

Ko smo se z družino odpravili naprej na svoje surfaške dogodivščine, sem še vedno vsaj dvakrat tedensko hodil na treninge, tako da sem vzdrževal judo kondicijo.

Proti koncu decembra 2019 je našo tekmovalno ekipo občina Portimao, ki je bila tudi razglašena za evropsko mesto športa 2019, povabila še na podelitev občinskih priznanj za športne dosežke na državnem nivoju. Tako smo se še enkrat zbrali, napravili v klubske uniforme (bel pulover in rjave hlače), se veselo družili, prejeli še občinske medalje in diplome, po podelitvi pa smo skupaj odšli na večerjo.

Za to nepozabno izkušnjo bi se rad zahvalil staršema, Joachimu in Mariji Baptista, vsem članom Judo kluba se Portimao in mojemu trenerju Branetu Vuzmu.

*Bor Zupan
Judo klub Triglav Kranj*



Še nekaj zanimivosti o judu na Portugalskem:

- * približno 300 judo klubov;
- * okoli 15.500 judoistov tekmovalcev;
- * najboljši portugalski judoisti:
 - Jorgo Fonseca (2019 svetovni prvak),
 - Catarina Costa (zmagovalka Brasilia Grand Slam 2019),
 - Telma Montira (bronasta medalja na OI Rio de Janeiro).

Še nekaj zanimivosti o Judo club de Portimao:

- začetki kluba segajo v leto 1970;
- uradna ustanovitev kluba, 1988;
- okoli 150 judoistov in dva trenerja, Jaochim Baptista in Delfim Martins.

<http://www.judoportimao.pt/>

POROČILO TRENERSEKE KOMISIJE

Trenerška komisija je v sestavi Zoran Kos (predsednik), Raša Sraka (članica) in Sašo Jereb (član) pričela z delom 19. 12. 2019. Z delom smo pričeli nemudoma, saj je bil pred nami velik izziv – nova zakonodaja (ZŠpo-1) in s tem urejevanje statusov vseh strokovnih delavcev (trenerjev) v judu. Sledili smo zakonodaji in vse strokovne delavce v judo vpisali in jim uredili status v ŠPAK 2. Tako imamo v Judo zvezi Slovenije 160 usposobljenih strokovnih delavcev 1 športno treniranje judo, 76 usposobljenih strokovnih delavcev 2 športno treniranje judo in 58 izobraženih kadrov (končani različni programi fakultet doma in v tujini).

Dovolite, da malce spregovorim o izobraževanju, usposabljanju in licenciranju. Izobraževanje poteka na različnih fakultetah doma in v tujini, usposabljanje pa vodi naša judo zveza (strokovni delavec 1 športno treniranje judo in strokovni delavec 2 športno treniranje judo). tudi izobraževanje na IJF akademiji nam ponuja strokovna znanja na področju juda, ki jih je pametno absolvirati. Vsi, ki želijo delati v judo klubih (izobraženi in usposobljeni

trenerji), morajo po zakonodaji imeti potrjeno licenco, ki velja po sprejetem licenčnem pravilniku Judo zveze Slovenije.

Ne glede na vse pa se bodo morali vsi trenerji sami vpisati v razvid strokovnih delavcev v športu na MIZŠ in nam posredovati kopijo odločbe vpisa v razvid strokovnih delavcev na področju športa/juda. Trenutno poteka usposabljanje devetindvajsetih strokovnih delavcev 1 športno treniranje judo, ki je zelo zahtevno za vse nas, saj poteka v času epidemije virusa Covid-19. Kandidatke in kandidati so marljivi in se trudijo, da bi usposabljanje zaključili in si s tem pridobili usposobljenost, s katero lahko delujejo v klubih.

Z upravljalcem našega registra posodabljam sistem za izpis vseh podatkov o usposobljenosti in licencah za vse strokovne delavce v judu, a primerna prilagoditev zahteva nekaj časa in vloženega dela za vnos potrebnih podatkov. Delamo na tem, da bo sistem pregleden in dostopen za vse judo klube in trenerje, ki delujejo pod okriljem Judo zveze Slovenije.

Aktivnosti, ki nas čakajo v prihodnjem letu 2021:

1. priprava Pravilnika o usposabljanju strokovnih delavcev v športu na področju juda,
2. priprava novega Pravilnika o licenciranju strokovnih delavcev v judu,
3. načrtovana izvedba vsaj treh licenčnih seminarjev za podaljšanje licence na judo področju v letu 2021,
4. načrtovana izvedba usposabljanje za naziv strokovni delavec 1 - športno treniranje - judo (jesen 2021),
5. načrtovana izvedba usposabljanje za naziv strokovni delavec 1 - športno treniranje - judo (pomlad 2021),
6. sodelovali bom s sodniško komisijo in izvedba seminarje v na temo sodniška pravila,
7. sodelovali bomo z OKS-ZŠZ pri izvedbi licenčnih seminarje do zaključka finančne perspektive ESS,
8. sodelovali bom z vsemi, ki si bodo tega želeli.

*Zapisal: Zoran KOS l. r.
predsednik Trenerseke komisije JZS*

EVA POTOČNIK – ŠPORTNICA LETA IN NOSILKA DVEH ZLATIH ODLIČIJ

Ste naš "skriti" zaklad v judu. Prve judo sledi najdemo v registru Judo zveze Slovenije, kjer ste svojo kariero začeli kot Eva Zorko. Leta 2001 ste bili razglašeni za športnico leta. Častitljivi naziv ste prejeli na slavnostni prireditvi imenovani *Invalid športnik leta*, ki jo vsako leto prireja Zveza za šport invalidov Slovenije – Slovenski paralimpijski komite. Leta 2004 ste v Moskvi osvojili dve zlati medalji na Svetovnem prvenstvu za gluhe imenovanem *World Deaf Martial Arts Championships* ter se potem še enkrat udeležili enakega tekmovanja v letu 2008, kjer ste se uvrstili na 4. mesto. To so izjemni športni dosežki. Kaj vas je privedlo v judo? Kakšni so vaši športni začetki?

V judo sta me vpeljala starša. Bila sem v tistih norih letih in ju je skrbelo zame. Potrebovala sem red in disciplino.

Zdi se, da ste si od nekdaj želeli poseči po medaljah. Kakšna je

bila pot do svetovne kolajne?

Po horoskopu sem levinja, željna zmag. Pot je bila naporna, vendar lepa.

Katera prigoda ali oseba se vam je najbolj vtisnila v srce iz obdobja vrhunca vaše športne kariere?

Prigod je bilo veliko, vendar je moj trener Marjan Fabjan bdal nad vsemi nami. Ta oseba je on.

Kako ste zaključili kariero vrhunske športnice?

Z judom se zaključila z nosečnostjo.

Kaj menite o športu invalidov na splošno?

Šport invalidov je še vedno premalo priznan. Ni enako priznan kot pri polnočutnih.

Kaj bi spremenili na področju športa invalidov, če bi imeli čarobno palico?

Tako, da bi bil enakovreden šport.

Ali ste ostali v stiku z judom do današnjih dni?

Kolikor sem lahko. Še imam stike z judoisti.

S čim se ukvarjate dandanes? Kaj vas najbolj radosti?

Dandanes se ukvarjam s svojo družino. Imam tri otroke in iščem primerno službo. Ukvarjam se športom, telovadim, kolesarim, hodim v gore ...

Zdaj, ko smo vas »ponovno našli« vas bomo še kdaj povabili v naše vrste, da nam boste lahko s svojimi izkušnjami obogatili judo. V medijih sem našla podatek, da ste talentirani tudi v oblikovanju, saj ste v času šolanja na Zlatem vulkanu v Mariboru (šolsko tekmovanje vseh srednjih šol Slovenije v oblikovanju) med 17 kreacijami s svojim modelom zasedli drugo mesto. Iskreno se vam zahvaljujem za sodelovanje in vam želim vse dobro v družini in tudi na poklicni poti.

Besedilo: Viktorija Pečnikar Oblak, fotografiji: osebni arhiv



Zadnji teden pred odhodom na OI. Jaka še vedno trenira. Dopoldan ...



... se prevesi v večer.
Koncentracija ne pojenja.



Spočij si, jutri bo naporen dan – srečanje z mediji.



Naslednje jutro.

Tako, pred treningom nas čakajo še druge obveznosti.

Razumem.



Ko športnik deluje na tako visokem nivoju, njegove obveznosti niso le treningi. Vrhunski športnik mora izpolnjevati sponzorske in medijske obveznosti, kamor sodijo intervjuji, konference ipd. Pričakovanja so zelo visoka.

Gospod trener, kaj menite o ...

Jaka!

Kako bo potekalo ...

Jaka, kaj mislite?



Kakšni so občutki, ste dobro pripravljeni na OI?

Trener Miha je sestavil odličen program treningov in menim, da je celotna ekipa odlično pripravljena.



Nika & Santi, '20



Gospod trener, kaj menite o možnostih vaših varovancev na OI v Tokiu?

Ekipa je odlično pripravljena. Vsi so navdušeni in komaj čakajo, da stopijo na tatami.



Zmagati ali sodelovati? Kaj menite, Jaka?

Seveda je pomembneje sodelovati, a ne bom skrival želje, da posežem po olimpijskem odličju. To so sanje vsakega športnika!



... Iskrena zahvala vsem sponzorjev, ki so nam omogočili kakovostne treninge.

Čez nekaj dni, zadnji trening pred odhodom.

Ne štejejo zmage, ne šteje rezultat. Želim, da na tatamiju pokažete kaj znate in iz vsake borbe izvlčete maksimum. Ponosen sem, da smo priprave zaključili v prijateljskem duhu.



Dan odhoda v Tokio.



Ne bomo le tekmovali, spoznali bomo ogromno ljudi.

Ta dogodek si bom zapomnil za vse življenje.

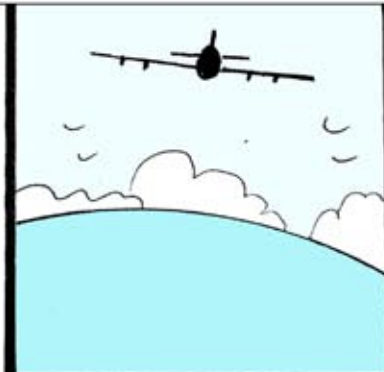
To izkušnjo bom delil tudi z mlajšimi judoisti.

HAHA! HAHA!

HIHI! HIHI!



In tako so naši prijatelji polni pričakovanj odleteli proti Deželi vzhajajočega sonca.



Kmalu se ti pridružimo na Japonskem.

Zaupamo vate, sin! Uživaj in pokaži kaj znaš.

Pazi nase, dragi moj!

Imam dober občutek!

Zadnje opozorilo za vkrcanje potnikov za let v Tokio.

Čuhedi

Nika & Santi, '20



Way of Life!

NOVI HIBRIDI SUZUKI

ŽE OD 11.310 EUR



HYBRID

080 34 49

BREZPLAČNI INFO

www.suzuki.si



Kombinirana poraba goriva in izpusti CO₂: 3,9-5,5 l/100km in 88-125 g/km, emisijska stopnja: EURO6, specifična emisija dušikovih oksidov (NO_x): 0,0062-0,0142 g/km, trdi delci: 0,00010-0,00020 g/km, število delcev: 0,63-0,95. Ogljikov dioksid (CO₂) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM10 in PM2,5 ter dušikovih oksidov. Vse nadaljnje informacije o specifični porabi goriva in specifičnih emisijah CO₂ iz novih osebnih vozil najdete v Priročniku o varčni porabi goriva in emisijah CO₂, ki ga lahko brezplačno pridobite pri pooblaščenem SUZUKI partnerju in na spletni strani www.suzuki.si. Slike so simbolične. Navedena cena 11.310 eur velja za model Suzuki Swift 1.2 VVT Hibrid Comfort.