

Gimnazija Celje – Center
Kosovelova 1
3000 Celje

**PROFESIONALNI ŠPORT
KOT
NAČIN ŽIVLJENJA**

Avtorica:
Sabina MULEJ, 4.d

Mentor:
Sergej VUČER, prof. soc. in zgod.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2009

PROFESIONALNI ŠPORT KOT NAČIN ŽIVLJENJA

Šifra: KOLESARKA

Letnik: 4. letnik

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2009

KAZALO

ZAHVALA	4
POVZETEK	5
1 UVOD	6
1.1 CILJI RAZISKOVALNE NALOGE	7
1.2 HIPOTEZE	7
1.3 UPORABLJENE METODOLOGIJE PRI RAZISKOVALNI NALOGI	8
1.3.1 VZOREC	8
1.3.2 OPIS POSTOPKA ZBIRANJA PODATKOV.....	8
2 ŠPORT	10
2.1 PROFESIONALNI ŠPORT	11
2.2 PROFESIONALNI ŠPORTNIK.....	12
2.2.1 STOPNJE ŠPORTNE KARIERE PROFESIONALNEGA ŠPORTNIKA IN PREHODI MED NJIMI	14
2.2.2 ŠPORT KOT VREDNOTA IN VREDNOTE PRI VRHUNSKIH ŠPORTNIKIHI.....	16
2.3 KOLESARSTVO	18
2.3.1 IZUM KOLESA IN KRATKA ZGODOVINA KOLESARSTVA	19
3 INTERVJU	20
3.1 MARKO BALOH	20
3.2 TOMAŽ PERČIČ	26
4 POVZETEK UVODNEGA DELA DNEVNIKA KOLESARJEV Z DIRKE RAAM	34
5 REZULTATI ANKETE.....	36
6 ANALIZA PRIDOBLENIH REZULTATOV IN OVREDNOTENJE HIPOTEZ.....	51
7 VIRI IN LITERATURA	53
KAZALO GRAFIKONOV.....	54
KAZALO SLIK	54
PRILOGA št.1: ANKETNI VPRAŠALNIK	55
PRILOGA št.2: UVODNI DEL DNEVNIKA KOLESARJEV – TOMAŽA PERČIČA IN MARKA BALOHA – Z DIRKE RAAM	59

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorju, g. Sergeju Vučerju, za začetno vzpodbudo, vse napotke in sprotno usmerjanje pri izdelavi raziskovalne naloge in dijakom in dijakinjam 4.letnika Gimnazije Celje – Center za sodelovanje pri reševanju anket.

Zahvala gre tudi ultramaratonskima kolesarjema g.Tomažu Perčiču in g.Marku Balohu za izčrpne odgovore v intervjuju ter ge. Jožici Perčič za koordinacijo naših srečanj.

POVZETEK

Šport in športna aktivnost sta nepogrešljiv del našega vsakdana. Večini ljudi šport pomeni sprostitev, druženje s prijatelji, preživljanje prostega časa in skrb za zdravo življenje. Nekateri pa so športu posvetili del ali pa vse svoje življenje in se z njim začeli ukvarjati profesionalno.

Tema raziskovalne naloge je bila zelo široka, zato sem se osredotočila na kolesarstvo, poseči pa sem morala tudi po literaturi z še drugih področij, ne samo s sociologije. V raziskovalni nalogi sem želela prikazati profesionalni šport skozi oči dveh ultramaratonskih kolesarjev, ki sta športu podredila način življenja: prilagodila telesno aktivnost, ritem svojega in družinskega življenja. Z opravljenima intervjujema sem dobila boljši vpogled v življenjski stil profesionalnega športnika, z anketo pa sem pridobila mnenje mladih o športu in njihovem odnosu do le-tega. Izkazalo se je, da ga dojemajo kot pozivno stvar v družbi, ki se nenehno spreminja in da so profesionalni športniki vzor tako mladim športnikom kot tudi vsem ljudem. Mladi so v anketi ocenili, da družba premalo ceni uspehe športnikov in tako njihov trud v družbi ostane neopažen.

Šport spremlja človeka že celotno zgodovino, njegova vloga v družbi se je spreminjala, a v svojem bistvu je ostal enak: človeku omogočiti zdrav način življenja.

1 UVOD

Šport in športna aktivnost sta nepogrešljiv del našega vsakdana. Večini šport pomeni sprostitev, druženje s prijatelji, preživljanje prostega časa, skrb za zdravo življenje in še kaj bi se našlo. Nekateri pa so športu posvetili del ali pa vse svoje življenje in se z njim začeli ukvarjati profesionalno. Profesionalni športniki za doseganje vrhunskih rezultatov žrtvujejo velik del svojega življenja: trpi prosti čas, družina, prijatelji, na stranski tir se postavi tudi izobrazba oz. delo. Šport je zanje edino področje, s katerim se ukvarjajo in tam lahko dokažejo svoje sposobnosti. To ukvarjanje lahko športnikom prinaša tudi možnost pobega iz realnosti v področje, kjer se lahko dokažejo.

Včasih profesionalni šport od človeka zahteva nečloveške napore, športniki so izpostavljeni ekstremnim razmeram. A pred seboj imajo le en prizor: prečkanje ciljne črte. Zanje je najlepši trenutek v tekmi občutek, ko premagajo vse ovire, ko opravijo celotno pot in se na koncu zasluženo veselijo uspeha.

Javnost v številnih primerih športnike podpira le, dokler zmagujejo in kritizira, ko jim ne uspeva več zmagovati in biti v koraku z najboljšimi. Takšen odnos pa je napačen. Spoštovati moramo trud, ki ga profesionalni športniki vlagajo v svoje delo, saj so ti naporji velikokrat že na meji človeške zmogljivosti – tako telesa kot duha.

Med mladimi je danes šport dokaj razširjen, a v večini primerov se mladi ne vidijo kot profesionalci – zanje je šport kot oblika sproščanja in druženja. Najdemo pa tudi nekaj mladostnikov, ki so v sebi odkrili talent in veselje do športa in se že v mladih letih odločijo za aktivno športno kariero. To od njih že zelo zgodaj zahteva disciplino in predanost športu, včasih je treba namesto obiska najboljše zabave v mestu oditi v telovadnico. Sprva sicer niso največje "face", a je vse pozabljeno, ko pridejo uspehi in takrat vedo, da ni bilo zaman, da so namesto v bližnji lokal redno zahajali v telovadnico.

Zaradi zelo širokega področja, ki ga pokriva pojem profesionalnega področja, sem se v tej nalogi zaradi boljšega poznavanja teme in lažje dostopnosti do podatkov osredotočila na profesionalno kolesarstvo.

1.1 CILJI RAZISKOVALNE NALOGE

Vprašanja, ki sem jih hotela raziskati:

- zakaj se nekdo pravzaprav odloči, da se bo začel profesionalno ukvarjati s športom?
- kakšen vpliv ima profesionalna kariera nanj in njegovo življenje?
- kaj o profesionalnem športu menijo mladi, kako dobro ga poznajo in kakšen je njihov odnos do njega?

1.2 HIPOTEZE

H1: Ko se posameznik odloči za profesionalno ukvarjanje z eno izmed mnogih športnih panog, spremeni življenjski stil in ga prilagodi izbrani aktivnosti.

H2: V profesionalnem športu se športniki ne morejo izogniti poškodbam. Kljub temu lahko rečemo, da športniki nimajo težav s svojim splošnim zdravjem in počutjem, saj na le-te šport vpliva pozitivno.

H3: Družba ima pozitiven odnos do profesionalnega športa: ceni vložen trud športnikov in njihove dosežke primerno vrednoti.

H4: Mlajše generacije redno spremljajo športnike in njihove uspehe, so z njimi seznanjene in imajo pozitiven odnos do profesionalnega športa.

H5: Mladi v profesionalnih športnikih pogosto najdejo svoj vzor oz. vzor zdravega stila življenja.

1.3 UPORABLJENE METODOLOGIJE PRI RAZISKOVALNI NALOGI

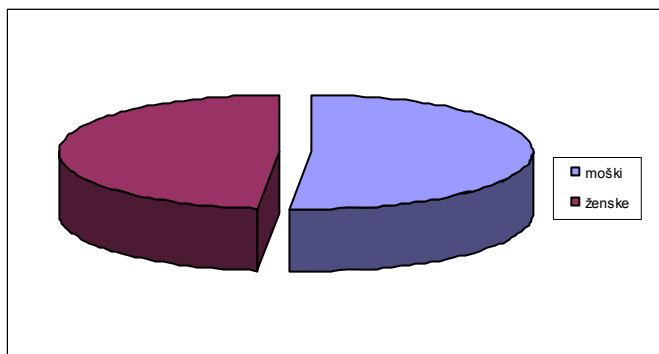
Šport zajema zelo široko področje, ki ga ne moreš preučevati s pomočjo zgolj ene vede oz. znanosti. Zato sem med raziskovanjem profesionalnega športa morala poseči po literaturi tudi z ostalih področij, saj mi literatura s področja sociologije ni ponudila celotnih odgovorov na moja vprašanja. Zato sem v raziskovalni nalogi predstavila tudi profesionalni šport in športnika, kot ga vidijo v psihologiji.

1.3.1 VZOREC

Anketni vprašalnik je zavzel dijake in dijakinje 4.letnika Gimnazije Celje–Center, stare 18 in 19 let.

ŠTEVILO ANKETIRANIH:

moški	64	51,6%
ženske	60	48,4%
skupaj:	124 oseb	



Grafikon 1: Vzorec

1.3.2 OPIS POSTOPKA ZBIRANJA PODATKOV

Najpomembnejša metoda, s katero sem pridobila predvsem teoretične osnove za to raziskovalno nalogo, je bila metoda analize dokumentov. Najprej sem morala preveriti verodostojnost virov: izbirala sem dela tistih avtorjev, ki so priznani sociologi in strokovnjaki nekaterih ostalih področij športa in se oz. so se z njimi podrobneje ukvarjali. Ta metoda mi je omogočila študijo športa, pojava le-tega in njegovega spremljanja v daljšem časovnem obdobju – od njegovih začetkov do danes. Ta metoda mi je vzela največ časa oz. sem se z njo največ ukvarjala, saj so bile knjige zelo obsežne in je bilo gradivo potrebno prebrati v celoti, da sem lahko izluščila iz njih bistvene podatke, ki sem jih potem uporabila v nalogi.

Pri raziskovanju sem uporabila anketni vprašalnik, ki sem ga sestavila sama. Anketni vprašalnik je bil zaprtega tipa, sestavljen iz desetih vprašanj. Ker sem se s sestavljanjem anketnega vprašalnika sama srečala prvič, sem najprej opravila t.i. pilotsko spraševanje: na manjšem vzorcu (27 dijakov in dijakinj). S tem sem se hotela prepričati, da so vprašanja dijakom razumljiva, in da so informacije, ki jih želim s to anketo pridobiti, relevantne temi, ki sem jo izbrala in so to podatki, ki jih želim zajeti in predstaviti.

Anketne vprašalnike sem najprej posredovala predstavnikom posameznih razredov, ki so ankete razdelili v razredu in mi potem izpolnjene tudi vrnili. Dijaki in dijakinje so ankete reševali približno 15 minut. Dijaki so vprašalnik reševali sami, zato sem morala pričakovati tudi, da bo verjetno nekaj anket, v katerih bodo podani neresni odgovori, ki jih bo potrebno iz raziskave izvzeti. Sama za dodatna pojasnila ob anketiranju nisem bila prisotna, vendar je pilotsko spraševanje pokazalo, da dodatna pojasnila niso bila potrebna, prav tako pa so bila vprašanja jasno in razumljivo zastavljena.

Pri pridobivanju potrebnih podatkov o izbrani temi sem si pomagala tudi s strukturiranim intervjujem: vprašanja sem si pripravila že vnaprej, prav tako pa sem le-te intervjuvancema posredovala že vnaprej, tako da sta se lahko pripravila na intervju in je tako lahko intervju potekal tekoče. Seveda je bilo potrebno pred sestavljanjem vprašanj poznati temo, o kateri bo tekel pogovor, prav tako pa mi je pri uspešnem sestavljanju vprašanj pomagalo dejstvo, da sama enega izmed intervjuvancev osebno poznam in je zato intervju tekel sproščeno.

2 ŠPORT

“ **špórt** –a m (ô) 1. po ustaljenih pravilih izvajana telesna dejavnost za krepitev telesne zmogljivosti, tekmovanje, razvedrilo ” (SSKJ)

“ **špórtnik** –a m (ô) kdor goji šport: fant je dober športnik; tekmovanje mladih športnikov / podvodni športnik; vrhunski športniki ” (SSKJ)

Šport je nekaj zelo pogostega, o njem se piše, o njem se govori, o njem se bere, se ga gleda, itd.

Fenomen, ki ga imenujemo posplošeno šport – športna dejavnost – športna kultura – izvira iz človekove biti. S športno dejavnostjo ustvarja človek specifičen svet, z merili lastnimi športu – in je torej per definitionem ustvarjalen. Tak svet športa je le eden od mnogih svetov, ki jih ustvarjamo v raznih področjih dela, kulture, znanosti, umetnosti, je hkrati resničen in domišljjski. V igri, igrivosti duha je vedno izziv za ustvarjalno delo, bogatenje duha z ustvarjanjem brezštevlnih domišljjskih svetov. ¹

Šport je v najširšem pomenu socialna in biotična potreba, ki jo vsako zgodovinsko obdobje zaznamuje po svoje. Pojem športa opredeljuje več oblik človekove dejavnosti:

- športno vzgojo, kjer se intenzivno dela na motoričnih sposobnostih in igrivosti;
- športno rekreacijo, katere glavni cilj je izboljšanje in ohranjanje zdravja, k temu pa lahko prištevamo še druženje in sproščanje;
- športno treniranje, kjer je poudarek na treniranju, prisotna pa je želja po čim boljšem rezultatu.

Danes mnogi, zlasti pedagogi, vidijo prav v športu področje, ki ima vsaj v dogledni perspektivi možnost, da s svojimi prvinskimi vrednotami zmanjša vplive negativnih trendov potrošniške civilizacije. Slednja s svojim kultom kvantitete, površnostjo proizvodnje, proizvaja v veliki meri tudi površnost življenja. Civilizacija, ki ob tem ne zaznava (ali noče zaznati) , da imeti več ne pomeni tudi živeti bolje, posega v živo tkivo integritete človeka in v kvaliteto njegovega življenja. ²

¹ PETROVIČ, Krešimir, DOUPONA, Mojca: SOCIOLOGIJA ŠPORTA, Fakulteta za šport, 1996; str.24

² PETROVIČ Krešimir, DOUPONA, Mojca: SOCIOLOGIJA ŠPORTA, Fakulteta za šport, 1996 str.27

2.1 PROFESIONALNI ŠPORT

“Šport je majhna simulacija vojne.”

Vrhunski šport je prav gotovo posebej zanimiv zaradi tistih, ki jim vrhunstvo v mednarodnih merilih lahko predpišemo. Res je, da je v teh odstotkih malo (1%), res pa je tudi, da se vrhunstvo ne meri z odstotki. Mimogrede, pa vendarle zaradi često napačnih pojmovanj, poudarjamo, da ne štejemo med vrhunske športnike tiste, ki se na reden in sistematičen način ukvarjajo s tistim vidikom športa, ki smo ga včasih z zelo raztegljivim metrom šteli za t.i. tekmovalni šport. Število slednjih se giblje med 2,9% in 5% populacije odraslih (nad 18 let) državljanov Republike Slovenije. Ti odstotki so že dvajset let, odkar raziskovalno spremljamo športnorekreativno dejavnost v Slovenji, praviloma enaki. Ta vidik športnega udejstvovanja je enakovreden vsakemu drugemu in mu gre praviloma podoben tretman. V vsakem primeru je širše elaboriranje t.i. tekmovalnega športa v tem poglavju odveč. Temeljni razlogi za analizo vsaj poglavitnih značilnosti vrhunškega športa, skladno z našim gledanjem, so predvsem trije:

1. Analiza kateregakoli izseka kulturne dejavnosti, torej tudi športne, bi bila torzo, če ne bi njenih parametrov potegnili skozi vrhunske dosežke. Vrhunstvo ima svojstva, bodisi pozitivna bodisi negativna, ki se v njem najbolj jasno izkristalizirajo in reflektirajo na druge segmente. V njem se bolje in jasneje vidijo vsi problemi in vrednosti celotnega področja.
2. Coubertinova teza: če se jih hoče sto ukvarjati s športom, jih mora biti deset sposobnih vrhunskih dosežkov, je nesporno pravilna, zlasti, če dodamo, da se model obnašanja desetih na svojevrsten način, pogosto tudi popačen, reproducira v vzorcih obnašanja stotih.
3. Splošna kriza civilizacije, še posebej krizna žarišča, se najprej in najbolj plastično izražajo v vrhunskih segmentih njenih dosežkov,. In če pristanemo na misel, da krize, tudi še tako hud, nosijo v sebi izziv in upanje za rešitev, potem je razmišljanje o vrhunskem športu v svetu in pri nas nujnost.³

Svet vrhunškega, profesionalnega športa je skozi medije lahko prikazan kot svet velikih, na videz zelo lahko doseženih zaslužkov. A vendar

³ PETROVIČ Krešimir, DOUPONA, Mojca: SOCIOLOGIJA ŠPORTA, Fakulteta za šport, 1996, str.48

se profesionalni športniki srečujejo tudi s finančnimi problemi. Ti se pojavijo že v času mladosti, ko se športniki šele izoblikujejo. Številnim mladim je zaradi slabega finančnega položaja njihovih staršev, kljub talentu, onemogočeno ukvarjanje s finančno zahtevnejšimi športi. Premajhno sofinanciranje športa tako vpliva na rezultate. V nekaterih medijsko privlačnih športnih panogah se to pomanjkanje finančnih virov sicer nadomesti s sponzorskimi sredstvi, krajšo pa potegnejo medijsko manj izpostavljeni športi. V njih se morajo športniki in trenerji sami znajti in poleg treniranja in tekmovanja, opravljati še vlogo zbiralcev finančnih sredstev. Takšno stanje pa je napačno, predvsem če imamo v mislih, da so lahko prav v teh panogah naši športniki in športnice, eni (naj)boljših na svetu.

2.2 PROFESIONALNI ŠPORTNIK

IDENTIFIKACIJA POKLICA

3475.04 – ŠPORTNIK, ŠPORTNICA

Profesionalni športnik je predan doseganju uspeha. Profesionalni športnik večino časa nameni treniranju svojega športa. Trening športne panoge povezuje s treningom za telesno pripravljenost, saj to izboljša njegov nastop. Večina poklicnih športnikov ima trenerje, ki jih učijo novih spretnosti, pomagajo pri izboljšavi trenutnih spretnosti in jih motivirajo. V ekipnih športih trenira skupaj z ostalimi člani ekipe. Sodeluje tudi z zdravstvenimi strokovnjaki, na primer s fizioterapevti. Tako ohrani maksimalno telesno pripravljenost in dobi ustrezno oskrbo v primeru poškodbe. Včasih mora upoštevati nasvete glede prehrane in življenjskega sloga.

Trening športne panoge in trening za telesno pripravljenost pripravljata športnika na udeležbo na tekmovanjih. Tekme so lahko posamezne ali pa več tekem sestavlja prvenstvo. Zmagovalec v nekaj dneh ali tednih nastopi na več tekmah. Po koncu tekmovanj se športnik spočije in opomore, potem pa zopet začne s treningom. Nekateri športi so le sezonski in med sezonami lahko športnik počiva. Vrhunski športniki imajo pogosto sponzorje: podjetja jim plačujejo v zameno za promocijo njihovih izdelkov. Pri tem se je včasih potrebno dogovarjati s podjetjem. To največkrat opravi menedžer, ki skrbi za športnikove interese. Včasih športnik nastopi v reklamah in na fotografijah ter opravlja intervjuje za radio in televizijo.⁴

⁴ <http://www.ess.gov.si/SLO/Ncips/OpisiPoklicev/Sportnik.pdf>

Osebnostne lastnosti, ki determinirajo uspešnega športnika, so: emocionalna stabilnost, ekstravertnost, sociabilnost, dominantnost in mentalna ostrina.

Športnika vsakodnevno spremljajo pritiski s strani okolice, trenerja, medijev, družine, ... Športnik mora biti sposoben prilagoditi se dinamičnim zahtevam športa, mora biti stabilen in ko se znajde v stresnih situacijah, mora imeti visoko stopnjo emocionalne kontrole – mora nadzorovati svoja čustva.

Emocionalno stabilni športniki so zreli, realni, so optimisti in njihov prag frustracijske tolerance je visok. Športnik bo v situaciji, v katero je postavljen in jo dojema kot stresno, uspešen le, če bo lahko svoje emocionalno vzburjenje zavestno kontroliral in ga vzdrževal na ustreznem nivoju za aktivacijo organizma.

Ekstravertne osebe ne vztrajajo pri določeni dejavnosti tako dolgo kot introvertne: hitro se naveličajo in iščejo novosti ter spremembe. Ekstravertni posamezniki so odprti, z lahkoto se vključujejo v skupine, so komunikativni, brez težav sklepajo prijateljstva, so impulzivni in tudi kontrolirano agresivni.

Sociabilne osebe so pozorne do drugih ljudi, oddajajo toplino, zaupajo okolici, se znajo prilagajati in so kooperativne. To je še posebej pomembno v skupinskih športih, kjer do izraza pridejo dobri odnosi v skupini, zaupanje, pripravljenost za sodelovanje in neobremenjenost z zavistjo.

Dimenzijo dominantnosti pri športniku sestavljajo težnja po dokazovanju, nagnjenost k tekmovanju, ostrina, neodvisnost, samozaupanje in samopotrjevanje.

Pri tistih športnikih, kjer je mentalna ostrina dobro izražena, je njihov odnos hladen, racionalne in brez emocionalnosti. Ti športniki so pripravljeni sprejeti težje naloge in kritika jih ne prizadene.

2.2.1 STOPNJE ŠPORTNE KARIERE PROFESIONALNEGA ŠPORTNIKA IN PREHODI MED NJIMI

Športna kariera ni le jasno načrtana pot, po kateri se bo športnik vzpenjal k vrhu. Na tej poti bo naletel na več ovir, katere bo moral premagati, če bo želel uspeti in doseči zastavljeni cilj. Kako pravzaprav določati stopnje kariere: kdaj se določeno obdobje konča in začne novo? Najpogosteje športniki razvoj kariere opišejo s tistimi dogodki, ki so najbolj vplivali na potek kariere: zmage na velikih tekmovanjih, vrnitev po poškodbi, ... Ti dogodki so zaznamovali potek kariere in z njimi se je začelo neko novo obdobje v karieri. Te spremembe oz. prehodi so od posameznika zahtevali adaptacijo na nove okoliščine in spoprijemanje z novimi izzivi.

Stopnje kariere je določil Salmela (1994), ki je temeljil na podatkih, pridobljenih v Bloomovi študiji (1985) o razvoju nadarjenosti za šport. Rezultati so pokazali tri stopnje: stopnjo inicializacije, razvoja in mojstrstva.

Prva stopnja je značilna za otroštvo: otrok takrat dojema šport in športno aktivnost kot zabavo, ki mu jo le –ta nudi. Otroka najprej motivira zabava, ki mu jo omogoča športna aktivnost, sledi pa sprememba v motivacijo, ki je osredotočena na izvrševanje določenih nalog, ki so povezane s športom. Sam otrok postane bolj motiviran: želi si izboljšati lastno športno aktivnost, želi biti aktiven in tako se začne tudi sam dojemati kot športnik. Že v sami dobi otroštva so vidne razlike med za šport nadarjenimi in nenadarjenimi otroki.

Naslednja, druga stopnja je stopnja razvoja. V tej je trening čedalje bolj osredotočen na doseganje čim boljših rezultatov in dosežkov. Otroke, ki so bili prepoznani s strani stroke kot nadarjeni, se začnejo vključevati v resnejše oblike vadbe. Posameznik v tej stopnji razvije nova prepričanja, nove oblike vedenja, njegov vrednotni sistem pa povsem prilagodi športu tako, da je čimbolj skladen z zahtevami in s pričakovanji športa.

Zadnja, tretja stopnja, je stopnja mojstrstva. Le–ta obsega največji del posameznikove kariere. Športnik se na tej stopnji popolnoma prilagodi športu, svoje življenje podredi športu in tako postane šport področje, ki je v tistem času najpomembnejše v njegovem življenju. Športnik sedaj že

obvladuje vse veščine, treningi so sedaj namenjeni le izpopolnjevanju le-teh. Športnik se skupaj s svojo ekipo in timom strokovnjakov sedaj ukvarja s svojimi reakcijami, ko se znajde v specifičnih situacijah, npr. na različnih tekmovanjih. Na tej stopnji športnik ponavadi najbolj občuti pritisk javnost in svojo prepoznavnost v javnosti.

Kot zadnjo četrto stopnjo pa Salmela navaja zaključevanje športne kariere. Sicer Bloom te stopnje ni uvrstil v svojo predstavitev stopenj kariere, saj je preučeval le aktivne športnike. Dejavnike, ki vplivajo na to četrto stopnjo, sta definirala Werthnerjeva in Orlick (1986) in so: pravočasnost in prostovoljnost zaključka aktivne tekmovalne kariere. Ko se športnikova kariera konča, se posledično spremeni tudi njegov status v družbi in socialna mreža posameznika.

Zgoraj opisane stopnje in njihove prehode potrjujejo tudi študije Wyllemana, De Knopa in Ewingove (2000, Wylleman, 1995; Wylleman, Lavallee in Alfermann, 1999). Športno kariero po raziskavah in rezultatih te študije sestavljajo štiri prehode: začetek organizirane športne dejavnosti oz. športne specializacije, prehod na stopnjo intenzivnega treninga in športne udeležbe in le – ta je usmerjen k vrhunskim dosežkom, prehod v tekmovalni šport na visoki ravni in kot zadnji zaključek aktivne športne kariere.

Prvi prehod, začetek organizirane športne dejavnosti, je značilen za otroke, stare med šest in osem leti. Za ta prehod je značilno otrokovo prvo navezovanje stikov znotraj športnega okolja, kasneje pa tudi športna specializacija in orientiranost na točno določeno športno vlogo. Športnik se mora prilagoditi vsem zahtevam, ki jih prinaša organizirani šport in izbrana disciplina. V tem obdobju se mora športnik prav tako prilagoditi povečanim zahtevam trenerja.

Drugi prehod je opredeljen kot prehod na stopnjo intenzivnega treninga in športne udeležbe. Ta je značilen za otroke med dvanajstim in štirinajstim letom starosti. V tej stopnji se poveča opredelitev za šport, s tem pa se povezuje tudi pomen , ki ga ima vloga športnika v posameznikovi identiteti. Socialna okolica posameznika vse bolj zaznava in opredeljuje kot športnika.

Tretji prehod, prehod na stopnjo intenzivnega treninga in športne udeležbe, ki je usmerjen k vrhunskim dosežkom, se v posameznikovem življenju pojavi med sedemnajstim in devetnajstim letom. Pri tej starosti je večina športnikov članov mladinskih državnih reprezentanc in si šele začnejo pridobivati izkušnje na mednarodni sceni. Takšno članstvo in izkušnje, ki jih pridobi posameznik zunaj lastne države, je pomembna sprememba za športnike: morajo se prilagoditi na vse večje zahteve trenerjev in javnosti, ki ga vseskozi spremlja na vsakem koraku. Pričakovanja so visoka: kvaliteta nastopov športnika mora biti visoka in dolgotrajna, rezultati pa morajo biti konstantni.

Zadnji izmed teh prehodov je zaključek športne kariere. Za ta prehod ne moremo določiti starosti, saj je razlogov za končanje kariere veliko in se razlikujejo pri vsakem posamezniku: trajne poškodbe, starost, nekonkurenčnost in posameznikova lastna volja.

2.2.2 ŠPORT KOT VREDNOTA IN VREDNOTE PRI VRHUNSKIH ŠPORTNIKI

Sistem vrednot ima pri športnikovi odločitvi o vztrajanju v izbranem športu velik pomen. Šport lahko pojmuje kot družbeni pojav, njegova vloga in mesto pa sta odvisna od stopnje razvitosti družbenih potreb. Šport v družbi ni vrednota sama po sebi, ampak je športna dejavnost eno izmed najpogostejših sredstev za doseganje splošnih in posebnih družbenih ciljev. Osnovna družbena vrednost športa je v tem, da kot posebna družbena dejavnost lahko pomembno pripomore k ravnotežju med posamičnimi in družbenimi potrebami in cilji.

Vrhunski šport predstavlja izročilen in splošen model pojmovanja športa. To je aktivnost za dokazovanje zgornje meje človeških psihofizičnih sposobnosti. Ta vidik športa ima zelo pomembno priljubljeno vlogo za ostale vidike športa in predstavlja področje, na katerem se lahko preko dosežkov na mednarodni ravni uresničujejo koristi države.⁵

⁵ TUŠAK, Matej, BEDNARIK, Jakob: NEKATERI PSIHOLOŠKI, SOCIALNI IN EKONOMSKI VIDIKI ŠPORTA V SLOVENIJI, Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, 2002; str. 109

Šport lahko predstavlja osebno vrednoto, ki izpopolnjuje značilnosti tistega, kar posameznik od športa pričakuje. Poznavanje vrednot, ki imajo prednostno mesto v posameznikovem življenju, omogoča športniku natančno usmeritev na cilje, mi jih potem uspešno doseže. Pojavlja se kot osebna vrednota, kije vidna v dveh vidikih: Že samo spoznanje, da je šport družbeno cenjen, pripisujejo se mu tudi pozitivne lastnosti, doživljanje športa prikazuje kot vrednoto. Pri tem je potrebno povedati, da je sprejemanje športa kot vrednote neodvisno od neposrednih izkušenj. Naslednji vidik je športnikovo spoznanje, da so v šport vključene mnoge izkušnje in je le-ta pogoj za zadovoljitev posamičnih potreb.

Šport lahko vrednotimo z različnih vidikov:

- kot sredstvo družbe za razvoj patriotskih čustev in s tem posredno za dvig obrambnih sposobnosti,
- kot sredstvo za preživetje in s tem posredno ugodnosti v družbi,
- kot sredstvo izboljšanja psihofizičnih sposobnosti, kar se odraža v zdravstvenem statusu posameznika,
- kot sredstvo samouresničitve in statusnega simbola. ⁶

Za določen šport lahko trdimo, da je dober le ob izpolnjevanju pogojev, ki so postali vrednote, ker so to v očeh športnikov. Tako lahko tudi ostali razumemo, zakaj športniki šport doživljajo in vidijo različno.

Vrhunski šport v športu nasploh zavzema posebno pozicijo: ne podreja se predpisanim družbenim vzorcem. Ima sebi lastne predpise, norme, vrednote in sebi lastno dojemanje moralnosti. Ko govorimo o vrednotah vrhunskih športnikov, večinoma govorimo o razlikah, ki so vidne pri primerjavi z ostalim prebivalstvom. Tušak in Tušak (2001) v svoji pripravljalni študiji ugotavljata, da razlike res obstajajo. Športnikom več pomenijo vrednote udobja (boljša hrana, lagodno življenje) in socialne

⁶ TUŠAK, Matej, BEDNARIK, Jakob: NEKATERI PSIHOLOŠKI, SOCIALNI IN EKONOMSKI VIDIKI ŠPORTA V SLOVENIJI, Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, 2002; str.110

vrednote (družbena pripadnost) kot pa tradicionalne vrednote. Pri športnikih se prepoznavajo trije sklopi:

- prvi sklop: vrednote ljubezni, svobode, prijateljstva in razumevanja s partnerjem
- drugi sklop – vrednote, ki so značilne za visoko storilnostno motivirane športnike: osebna izpopolnitev, nove izkušnje in poklic
- tretji sklop – vrednote, povezane z družino in s starši

2.3 KOLESARSTVO

*»Nikoli ne postane lažje, le vedno hitreje greš.«
Greg LeMond, trikratni zmagovalec Tour de France*

“ **kolesárstvo** tudi kolésarstvo –a s (â; ê) *vožnja s kolesom v prometu ali športu* ” (SSKJ)

“ **kolesár** tudi kolésar –ja m (á; ê) *kdor se vozi s kolesom* ” (SSKJ)

Kolesarstvo je ena izmed športnih zvrsti, pri kateri športniki kot glavni pripomoček uporablja kolo oz. različice le-tega. S pojmom kolesarstvo lahko označujemo rekreacijo ali profesionalno ukvarjanje s tem športom. Krovna organizacija tega športa je Mednarodna kolesarska zveza s sedežem v Aiglu v Švici.

Kolesarstvo je v 19.stoletju služilo kot prevoz, ki je bil hitrejši od hoje. Priljubljenost kolesarstva danes narašča, saj je v zadnjih letih postalo prav kolesarstvo najpogostejša oblika rekreacije. To nenazadnje dokazujejo vedno boljše organizirane rekreativne, polprofesionalne in profesionalne prireditve v Sloveniji, ki počasi sledijo organizacijskemu nivoju zahodne Evrope in celotnega sveta.

Pri cestnem kolesarstvu ločimo cestne dirke, kronometer in etapne dirke. Cestne dirke delimo na ekipne in individualne dirke, prav tako pa kronometer na ekipni in individualni kronometer. ⁷

⁷ (<http://sl.wikipedia.org/wiki/Kolesarstvo>)

2.3.1 IZUM KOLESA IN KRATKA ZGODOVINA KOLESARSTVA

Kolesarstvo se ni moglo začeti razvijati brez kolesa, zato je potrebno na kratko predstaviti, kako in kdaj se je pojavilo prvo kolo. Kolo, nasajeno na gred ali os, je omogočalo hitrejše premikanje vozila. Prva kolesa poznamo že iz neolitika, ki pa so seveda bila le slab približek današnjim.

Leta 1690 je Comte de Sivrac, po rodu Francoz, iznašel dvokolesno prevozno sredstvo gnano s človeško močjo, pri čemer je posameznik izum porival z eno nogo, medtem ko je druga noga počivala na hrbtišču, ki je obe kolesi povezovalo. Svojo iznajdbo je Sivrac poimenoval *celerifere*, ki v slovenščini pomeni »hitroidoči«. Prvi viden napredek v razvoju je dosegel baron Karl Drais von Sauerbronn leta 1816, ko je takratnemu približku kolesa, ki se je močno razlikoval od današnjega, dodal udoben sedež in vodljivo sprednje kolo. Mehanika v Coventryu v Angliji sta ustvarila posodobljeno kolo v dveh ločenih korakih. 1870. leta je James Starley ustanovil družbo Ariel in njen prvi izdelek je bilo kolo z imenom Ariel s prestavo, to pa je omogočilo dve revoluciji kolesa pri enem obratu pedala. Štiri leta kasneje, 1874. leta, je Henry Lawson uvedel verižni pogon.

Obdobje od 1868. leta naprej lahko označimo kot zlato dobo kolesarstva. Začele so se uradne dirke, po svetu so ustanavljali kolesarske klube in kolesarske zveze. Mednarodna kolesarska zveza, ki je pod svoje okrilje sprva vezal le nekaj evropskih držav in njihovih klubov ter Združene države Amerike, je bila ustanovljena leta 1900.



Slika 1: Kolo nekoč



Slika 2: Kolo danes

3 INTERVJU

3.1 MARKO BALOH

Marko Baloh je ekstremni kolesar na dolge razdalje. Znan je predvsem po udeležbi na RAAM-u (Race Across America), kjer je poleg Slovenca Jureta Robiča v zadnjih sezonah eden izmed favoritov. Njegovi uspehi: RAAM 2006: drugi v individualni kategoriji s časom 10dni 9h 28min, RAAM 2008: osvojeno prvo mesto v dvojicah skupaj s Tomažem Perčičem s časom 7dni 2uri 51min. Čakamo že na nove podvige, verjetno pa ne bo manjkal na RAAM-u 2009.

Prav tako je aktiven v državnem prvenstvu in njegovi rekordi na domačih tleh so: državni prvak v zasledovalni vožnji 4km ekipno(velodrom Kranj 1990) (Ugrenovič, Melanšek, Rovšček, Baloh) in osvojen državni rekord; državni prvak v vožnji na čas posamično 40 km (Nova Gorica 1991); državni prvak v ekipni vožnji 100 km (Kranj 1993) (Štangelj, Mervar, Papež, Baloh) in Kranj 1994 (Štangelj, Papež, Ugrenovič, Baloh); državni prvak v zasledovalni vožnji 4 km (velodrom Novo mesto 1997).⁸



Slika 3: Marko Baloh

Zakaj ste se odločili, da se začnete s športom, natančneje kolesarstvom, resneje ukvarjati? Kdaj je za vas šport postal več kot le eno- ali dvourna rekreacija in sprostitev?

Kolesariti sem začel dokaj pozno, šele pri sedemnajstih letih. Sprva ni nihče verjel, da iz mene kaj bo, saj naj bi bil prestar. Meni pa je postalo kolesarjenje nekaj najlepšega in mogoče, ker sem se zato odločil sam, dosegel kmalu tudi dobre rezultate.

⁸ (povzeto po http://sl.wikipedia.org/wiki/Marko_Baloh)

Ali ste že kot otrok kazali zanimanje nad športom? Ste pri pouku športne vzgoje v času obiskovanja šole že kazali nadarjenost za šport in so bili vaši rezultati že takrat nadpovprečni?

Že v osnovni šoli sem se ukvarjal z različnimi športi, npr. gimnastika, nogomet, karate, namizni tenis. Pri teh športih niti pri športni vzgoji nisem bil nič posebnega, lahko bi prej rekli, da sem bil bolj anti-talent za šport.

Kdo vas je pravzaprav navdušil za šport? Ste imeli vzpodbudo in vzor športnika že v družini ali ste se prvi podali na športno pot?

Moj oče me je hotel navdušiti za gimnastiko, s katero se je v šolskih letih malo ukvarjal. Drugače pa v družini ni bilo športnika. Imel pa sem podporo družine pri vsaki stvari, s katero sem se ukvarjal.

Družba vas pogosto dojema kot odklonske – s svojim načinom življenja precej izstopate iz sivega povprečja. Ste kdaj čutili, da vas okolica ne dojema kot navadnega, povprečnega človeka, ki živi vsakdanjo rutino? Ali se tudi sami dojemate kot svojevrsten ekstrem oz. fenomen v družbi?

Sam nimam občutka, da izstopam, saj je moje življenje povsem običajno. Mogoče znam malo bolj organizirati svoj prosti čas in takrat opravim trening. Drugače pa hodim v običajno službo, se ukvarjam z otroki, urejam dom...

Udeležujete se mnogih dirk v Sloveniji, zadnje čase pa se aktivno udeležujete tudi dirk izven naše države. Kaj vas pravzaprav motivira, vam daje moč in zagon za tekmovanja?

Ko te enkrat nekaj »zasvoji«, težko nehaš, sploh če si v tem dober. Sam vem da bodo dobri rezultati mogoči še nekaj let, potem pa bo čas za naslednike. Ampak kolesaril bom dokler bom lahko, le tekmovanj ne bo več.

Lani ste se skupaj s Tomažem Perčičem udeležili RAAM-a, dirke čez Ameriko od zahoda proti vzhodu. Prekolesarili ste progo, ki je od vas zahtevala popolno telesno in psihično pripravljenost, tehnično brezhibno opremo, ... Zakaj ste se udeležili te dirke?

Že dolgo nazaj sem gledal film o Dirki preko Amerike in si rekel, da bi to enkrat rad tudi sam poizkusil. Leta kasneje se je prvič pokazala možnost, da to tudi uresničim. Na žalost sem v prvih dveh poizkusih zaradi bolezni odstopil, v tretje pa bil drugi. Takrat sem dejal, da me ne bo več, saj je to zelo velik finančni zalogaj. Po drugi strani pa te ta dirka tako prevzame, da te kar vleče nazaj. Lani se mi je pa še posebej zdelo zanimivo, ker sem šel v paru s Tomažem, saj je to nekaj povsem drugega, kot solo vožnja.

Dve leti prej (2006) ste se že udeležili dirke RAAM in sicer v individualni kategoriji- s progo ste se spopadli sami. Zakaj ste se kljub dobremu rezultatu (2.mesto) dve leti kasneje odločili, da tekmujete v dvojicah?

To je bila velika Tomaževa želja, sam sem pa globoko v sebi čutil, da se bom še želel vrniti na RAAM posameznikov in sem si hotel ogledati novo traso dirke. Poleg tega ti RAAM zleze pod kožo in prav težko ga je spremljati od doma iz naslonjača. Seveda me je privlačil tudi cilj postati prva slovenska ekipa, ki je zmagala najtežjo dirko na svetu.

Priprave na tekmovanja od vas zahtevajo poseben stil življenja. Koliko časa vam vzamejo treningi in vzdrževanje kondicije?

Ker sem tudi redno zaposlen, si ne morem privoščiti dolgih ur na kolesu kot nekateri nasprotniki. Kljub temu si tedensko vzamem pozimi 15-20 ur časa za trening, poleti, ko se bližajo dirke pa tudi do 30 ur tedensko.

Pri vas, športnikih, igra pomembno vlogo tudi prehrana, kajne? Ali vam zadošča hrana, ki jo uživamo vsi ali kdaj posežete tudi po kakšnih dodatkih k prehrani ?

Zadošča normalna prehrana, le v času težjih treningov in dirk se poslužujem določenih prehranskih dodatkov, kot so aminokisliline, glutamin, proteini, bolj koncentrirani napitki, ipd. Nekaj let uživam tudi Tahitian Noni, ki poskrbi za moje potrebe po vitaminih in mineralih.

Tudi vi, profesionalnih športnikih, ki se že več let ukvarjate s športom in poznate vse njegove "pasti", se ne morete izogniti poškodbam, ki jih morate

vzeti v zakup. Ali ste se v svoji profesionalni karieri že soočili s kakšno poškodbo in ali so pri kolesarjenju pogoste?

Poškodbe v kolesarstvu niso ravno pogoste, razen kadar jih povzročijo padci. Teh sem imel v karieri kar nekaj, zadnjič lansko leto, ko sem se poškodoval en mesec pred Dirko okoli Slovenije in potem slabo pripravljen dosegel odločni 3.mesto. Najhujši zdravstveni problem pa je predstavljal krvni strdek v pljučih, ki je povzročil moj odstop s prvega RAAM-a leta 2003 in skoraj povzročil prenehanje moje športne kariere.

Ob sebi imate zbrane strokovnjake, ki vam svetujejo in pomagajo pri športnem udejstvovanju: eni skrbijo za opremo, drugi za odnose z mediji, ... Ali je v tej ekipi tudi kdo, ki skrbi in nadzoruje vaše počutje in zdravje ter vam svetuje, kako se izogniti morebitnim poškodbam?

Ti strokovnjaki smo »Me, Myself and I«, po domače v glavnem za vse omenjene zadeve skrbim sam. Seveda ne bi šlo brez pomoči najbližjih, predvsem žene Irme, na dirkah samih pa ne brez ekipe na čelu z nepogrešljivim Andrejem Petrovičem.

Danes ima denar vse večjo vlogo v svetu. Slišimo, da se tudi v športu kar nekaj stvari vrti okoli denarja. Vsi vemo, da oprema, stroški, povezani s tekmovanji v tujini, strokovnjaki... to vse stane. Kdo vam nudi finančno podporo pri vaših projektih?

V tem je najtežji del ukvarjanja s tem športom – zbiranje potrebnih finančnih sredstev za udeležbo na dirkah. Žal to pobere veliko časa in energije, ki bi ju bolje (in raje) potrošil za priprave na dirke. Na srečo imam kar nekaj zvestih sponzorjev, ki me podpirajo že več let: BTC d.d., DEBITEL d.d., GSK d.d., za večje projekte kot je RAAM pa se trudimo, da bi k sodelovanju privabili še kakšnega dodatnega sponzorja. Upam, da bomo pri tem uspešni.

Tudi življenje vaše družine ni verjetno mirno in ustaljeno, kot je v družinah, v katerih se nihče ne ukvarja s profesionalnim športom?

Kako na vas gleda okolica? Vas prijatelji, sorodniki in znanci v tem podpirajo?

Zaradi službe, treningov, sponzorskih obveznosti imam verjetno nekaj manj časa kot ostali, ampak z dobro organizacijo in sodelovanjem družine se da doseči vse. Tudi otroke želim čim bolj vključiti v svoje aktivnosti. Sorodniki in prijatelji me pri mojem početju podpirajo, verjetno pa kakšen iz okolice tudi misli, da sem »malce nor«.

Za športnika je najpomembnejša odlična telesna pripravljenost: telo mora biti dobro pripravljeno na vse napore. Ko se bližajo tekmovanja, začnete z intenzivnejšimi pripravami in svoj urnik prilagodite le kolesarstvu. Kakšni so vaši dnevi v tednu, ko se približuje tekma?

Zaradi službenih obveznosti urnik le težko prilagodim kolesarstvu, mnogokrat sem še zadnji dan pred dirko v službi. Seveda mi počitek pred dirko ne bi škodil, po drugi strani pa sem na ta način z dirko veliko manj obremenjen kot nekateri kolegi. Ko se pojavim na startu, se zame začne čas uživanja na kolesu...

Pri kolesarstvu igra pomembno vlogo tudi oprema in njena brezhibnost. Ali za te stvari poskrbite sami ali vas oprema pričaka pripravljena na samem startu tekme?

Za to poskrbim sam.

Vam pri pripravi opreme svetujejo in pomagajo strokovnjaki ali se zanjo odločate sami brez pomoči?

Sam s pomočjo nasvetov prijateljev.

V današnjem svetu imajo veliko vlogo tudi mediji in medijska prepoznavnost. Kakšen se vam zdi njihov odnos do športa nasploh in kolesarstva? Ste športniki pred pomembnimi tekmami, ko bi potrebovali mir, preveč izpostavljeni in oblegani?

S tem (še) nisem imel problemov, veliko medijev ultra-kolesarstva sploh ne obravnava kot »pravi« šport. Če bi razumeli kako dobro pripravljene moramo biti ultra-kolesarji, da uspešno odpeljemo svoje dirke, bi se verjetno do nas

vedli bolj spoštljivo. Tako lep šport, kot je ultra-kolesarstvo, bi si zaslužil več medijske podpore.

Za konec bi me zanimalo le še, kakšni so vaši načrti za vnaprej: ambicije in želje za sezono, ki prihaja?

Želje v sezoni so prevoziti Dirko okoli Slovenije v manj kot 41 urah in prevoziti RAAM v manj kot 9 dnevih. Če mi bo to uspelo, bosta tudi rezultata odlična. Seveda pa tudi v prihodnosti ostaja kar nekaj dirk, ki si jih želim zmagati in tudi kakšen svetovni rekord mi še manjka...

3.2 TOMAŽ PERČIČ

Tomaž Perčič je dolgoletni ultra-kolesar, saj se je za svojo dušo lotil že prenekaterega kolesarskega izziva, v tekmovalne ultra-kolesarske vode pa je zaplaval na Dirki okoli Slovenije (DOS 2008). Poleti 2008 sta skupaj z Markom Balohom opravila z vsemi tekmeči in zmagala na RAAM-u v dvojicah s časom 7dni 2uri 51min. Načrti za naprej so obetavni, RAAM-a 2009 ne namerava izpustiti.

Na DOS-u 2007 je zasedel 12. mesto in je 1.200km okoli Slovenije obvozil v nekaj več ko 61-ih urah. Na DOS-u 2008 pa je dosegel 8.mesto in je Slovenijo obvozil v 53urah in 50 minutah. Za letos si je zadal cilj, da svoj rezultat popravi za vsaj 8 ur.⁹



Slika 4: Tomaž Perčič

Zakaj ste se odločili, da se začnete s športom, natančneje kolesarstvom, resneje ukvarjati? Kdaj je za vas šport postal več kot le eno- ali dvourni rekreacija in sprostitiv?

Ljubezen do kolesarjenja me spremlja že iz otroštva. Tam pri sedmih letih so bili začetki, prvič pa sem se s kolesom pri dvanajstih odpravil na morje od Celja do Njivic. Na začetku srednje šole sem kolesaril za celjski klub Merx Celje. Profesionalno pa sem se s kolesarstvom začel ukvarjati leta 2000. Po rojstvu svoje hčerke sem opravil prvo daljšo turo, 250 km do Baške.

Ali ste že kot otrok kazali zanimanje nad športom? Ste pri pouku športne vzgoje v času obiskovanja šole že kazali nadarjenost za šport in so bili vaši rezultati že takrat nadpovprečni?

⁹ (povzeto po <http://www.percic-rosenstein.si/index.php> in http://www.markobaloh.com/si//index.php?option=com_content&task=view&id=18&Itemid=37)

V mojem otroštvu je bil šport zelo popularen – takrat se je večina ukvarjala z vsaj enim športom. Tudi jaz nisem bil izjema, ukvarjal sem se z mnogimi. V času osnovne šole sem se resneje ukvarjal s smučanjem in takrat so bili moji rezultati zelo dobri.

Že kot otrok sem bil tudi član kolesarskega kluba Merx Celje. Ko sem odšel v Ljubljano, kjer sem obiskoval Srednjo oblikovalno šolo, so se moji treningi končali oz. začasno prekinili.

Kdo vas je pravzaprav navdušil za šport? Ste imeli vzpodbudo in vzor športnika že v družini ali ste se prvi podali na športno pot?

Vzpodbuda in vzor sta izvirala že iz otroštva: v družini ni manjkalo športa, predvsem nas je navduševalo planinstvo in pohodništvo. Šport me tako spremlja že iz moje družine.

Družba vas pogosto dojema kot odklonske – s svojim načinom življenja precej izstopate iz sivega povprečja. Ste kdaj čutili, da vas okolica ne dojema kot navadnega, povprečnega človeka, ki živi vsakdanjo rutino? Ali se tudi sami dojemate kot svojevrsten ekstrem oz. fenomen v družbi?

Precej ljudi gleda na tak način življenja negativno, in sicer v smislu prevelikih naporov do lastnega telesa. Iz moje okolice pa prihajajo same vzpodbude, pohvale, dobre kritike, ki so seveda dobrodošle; okolica me sprejema in doživlja pozitivno. Sam sebi se ne zdim prav nič poseben – tak način življenja mi ustreza in izpolnjuje.

Udeležujete se mnogih dirk v Sloveniji, zadnje čase pa se aktivno udeležujete tudi dirk izven naše države. Kaj vas pravzaprav motivira, vam daje moč in zagon za tekmovanja?

Najbolje pri tem športu je, da imaš mir in čas na kolesu preživiš sam s sabo. Ko si na kolesu, si tam le ti, s svojimi mislimi, ki jih predeluješ, urejaš in se sprostiš. Med vožnjo s kolesom neizmerno uživam v opazovanju narave, saj sem bolj v stiku z njo kot pri potovanju z avtomobilom, ko podobe iz narave kar švigajo mimo. Prav tako pa se mi med vožnjo porajajo dobre ideje glede oblikovanja, ki jih potem lahko uporabim v službi. Vsaka

opravljena dirka mi je hkrati izziv za novo, mi da zagon za ponovno tekmovanje.

Lani ste se skupaj z Markom Balohom udeležili RAAM-a, dirke čez Ameriko od zahoda proti vzhodu. Prekolesarili ste progo, ki je od vas zahtevala popolno telesno in psihično pripravljenost, tehnično brezhibno opremo, ... Zakaj ste se udeležili te dirke?

Ko si že dolgo v kolesarstvu, je ta dirka zate velik cilj, ki ga želiš doseči, izziv, da se preizkusiš v ekstremnih situacijah. Sprva so me obhajali dvomi: Ali bom sploh zmogel to težko, ekstremno dirko? Bom prekolesaril teh 4800km in se na koncu veselil uspeha? Če nama uspe, bova z Markom prva Slovenca, ki bosta slavila ekipno zmago na taki dirki. Pred takšno dirko si težko siguren vase, da boš z njo lahko opravil, še posebej zato, ker nimaš izkušenj s progo. Vendar ko pogledaš in vidiš, koliko ljudi je traso že prevozilo, si rečeš: Pa zakaj je ne bi tudi jaz? Tudi meni bo uspelo!

Ko sva z Markom izmenično vrtela pedala proti cilju, ko so nastopile krize, sem sam pri sebi rekel: Pa zakaj mi je tega treba? Tole je še zadnjič...ja, res zadnjič... samo še tale tekma, potem pa konec... A te kolesarstvo na nek način zasvoji. In konca seveda ni. Znova se vračaš in zgodbe se ponovijo.

Pri takšni ekstremni dirki, kot je RAAM, in prav tako tudi pri ostalih, potrebuješ močno voljo, vztrajnost in sam moraš verjeti v nek smisel, ki sicer v realnosti ne obstaja – vendar zate je in ta te žene naprej.

Na takšno dirko pride veliko tekmovalcev in lahko rečem, da smo vsi približno enako telesno oz. fizično pripravljeni. Razlike, ki se med tekmo pokažejo med nami, pa izvirajo iz različne psihične pripravljenosti. Nekateri tekmovalci so pripravljeni bolje, odlično, drugi pa med tekmo odnehajo, ker ne gre več naprej: ne fizično, blokada se pojavi v glavi. V veliki meri je odvisno, kako sprejemaš in opraviš z bolečino: zavedati se moraš, da bodo bolečine minile, dovolj dolgo moraš vztrajati, da ta prag prestopiš in potem zmoreš dirko nadaljevati.

Med samo dirko ne izgubljaš kilogramov. Na takšnih tekmah je zelo pomembna prehrana: vsakih 15 minut je potrebno spiti 2 decilitra pijače, vsako uro nekaj pojesti. Ko začutiš lakoto ali žejo, je to signal, ko ti telo sporoča, da mu manjka »goriva«. Takrat je že prepozno, takrat je stanje v

telesu že kritično, zato sta reden in pravilen vnos hrane in tekočine zelo pomembna.

Prve misli, ki so me obšle ob skupnem prihodu na cilj, so bile: A to je to? Kaj pa sedaj? Nobenih izjemnih izbruhov sreče, zmagoslavja ali evforije ni bilo. Kajti pred samo tekmo se psihično pripraviš, da je ta tekma res grozna in zelo težka. Lahko bi rekel, da je spremljevalna ekipa, ki naju je spremljala z avtodomom, doživljala težje trenutke, saj je njih "psiha" večkrat bolj mučila kot naju.

Prvi trenutku na cilju po tednu dni vožnje s kolesom torej niso bili nič posebnega, po štirinajstih dneh kasneje pa so se začele pojavljati bolečine: začelo me je "lomiti" po kosteh, hitro sem izgubil na telesni teži. Potrebna je regeneracija telesa, ki zahteva svoj čas.

Priprave na tekmovanja od vas zahtevajo poseben stil življenja. Koliko časa vam vzamejo treningi in vzdrževanje kondicije?

Treningi mi med tednom vzamejo približno 20 ur na teden, sčasoma, ko se intervali in intenzivnost treninga povečujejo, tudi do 35 ur na teden. Skupno na leto prekolesarim tudi do 20.000 km in več. Toliko jih marsikdo ne prevozi niti z avtomobilom. Moj delovni dan se prične ob 4. uri zjutraj. Nato kolesarim do 8. ure, ko odidem v službo. Tako že v jutranjih urah prekolesarim do 100 km. Skoraj vsak dan najdem čas za kolo tudi v popoldanskih urah. Čas med vikendi pa posvečam daljšim turam, ko kolesarim tudi do 12 ur na dan. S treningi v eni sezoni končam septembra, začnem pa novembra – torej imam mesec časa za oddih od tekmovanj in dirk.

Pri vas, športnikih, igra pomembno vlogo tudi prehrana. Ali vam zadošča hrana, ki jo uživamo vsi ali kdaj posežete tudi po kakšnih dodatkih k prehrani?

Seveda vsakdanja hrana ne zadošča povsem mojim potrebam, zato sem svojo prehrano prilagodil športu: potreben je dodaten vnos vlaknin, aminokislin, vitaminov in ostalih hranilnih snovi. Uživam izotonične napitke, ki jih lahko vsakdo kupi v športnih trgovinah, torej ne uživam prepovedanih substanc. Velja tudi, da mora biti hrana za ekstremne športnike bolj "močna" kot za ostale: vsebovati mora več kalorij, saj je iz nje treba dobiti veliko

energije. V 12 urah kolesarjenja lahko porabiš od 10.000 do 12.000 kalorij, ki jih je seveda potrebno ustrezno nadomestiti.

Tudi med samo tekmo je prehrana zelo pomembna. Pri nas ni pomembna zgolj teža, ampak predvsem reden vnos hrane in tekočine v telo.

Tudi vi, profesionalni športniki, ki se že več let ukvarjate s športom in poznate vse njegove "pasti", se ne morete izogniti poškodbam in jih morate vzeti v zakup. Ali ste se v svoji profesionalni karieri že soočili s kakšno poškodbo in ali so pri kolesarjenju pogoste?

Poškodb pri samem kolesarstvu ni veliko, še najbolj občutljiv del telesa, ki so pri kolesarstvu najbolj na udaru, so kolena. Nanje je potrebno paziti in biti zmeren predvsem pri vzponih, da jih ne »preforsiraš«, kot rečemo športniki. Včasih pride tudi do padcev, pri katerih lahko pride do poškodb, vendar ti na srečo niso tako pogosti.

Ob sebi imate zbrane strokovnjake, ki vam svetujejo in pomagajo pri športnem udejstvovanju: eni skrbijo za opremo, drugi za odnose z mediji, ... Ali je v tej ekipi tudi kdo, ki skrbi in nadzoruje vaše počutje in zdravje ter vam svetuje, kako se izogniti morebitnim poškodbam?

Moj trener mi predpiše razpored, obseg in intenzivnost treningov, z njim se posvetujem tudi glede poškodb in zdravja. V ekipi na dirki RAAM je bila v spremljevalni ekipi tudi maserka, ki je poleg sproščanja utrujenih mišic po napornih vožnjah skrbela tudi za drug vidik – sproščanje z meditacijo.

Po vsaki končani dirki opravim tudi laboratorijski pregled krvi in tudi tako preverim, če je s telesom vse v redu. In do sedaj so bili rezultati krvne analize vedno zelo dobri.

Danes ima denar vse večjo vlogo v svetu. Slišimo, da se tudi v športu kar veliko stvari vrti okoli denarja. Vsi vemo, da oprema, stroški, povezani s tekmovanji v tujini, strokovnjaki... veliko stanejo. Kdo vam nudi finančno podporo pri vaših projektih?

Denar za tekmovanja, za vso opremo, ki jo na teh potrebujem, za ustrezno prehrano med tekmami, donirajo sponzorji. Priprave na tekme in

treningi pa so moj lasten strošek. Seveda tudi tu pripomorejo osebna poznanstva.

Tudi življenje vaše družine verjetno ni mirno in ustaljeno, kot je v družinah, v katerih se nihče ne ukvarja s profesionalnim športom?

Tudi družina je morala prilagoditi svoj urnik mojemu tempu življenja in ukvarjanja s športom. Vedno poskrbimo, da je vse sproti usklajeno, brez avtodoma, s katerim se vsi skupaj vsak vikend odpravimo na različne konce – tudi v tujino nas pot zanese – in tam jaz opravljam treninge, bi bilo naše življenje skoraj nemogoče. V času mojih treningov si ostali člani družine vzamejo čas za ogleda, obiske različnih zanimivosti in koristno preživijo skupne trenutke. Kadar je priložnost in čas, na kolo rada sede in se z njim zapelje tudi žena. S takimi skupnimi potovanji se je pravzaprav začela moja kolesarska pot.

Otrok načeloma ne jemljem s seboj na tekme, saj je za njih to stresna situacija. Otroci potrebujejo veliko pozornosti, časa in nekdo se mora ukvarjati z njimi. Za te stvari pa med dirko, ko so odnosi v spremljevalni ekipi včasih tudi naporni in zaostreni, ni časa in pravih možnosti. Vem pa, da me spremljajo in navijajo zame doma.

Kako na vas gleda okolica? Vas prijatelji, sorodniki in znanci v tem podpirajo?

Ljudje, ki me obkrožajo, spremljajo mojo športno aktivnost in me pri tem v celoti podpirajo. Njihov odnos do samega športa je pozitiven. Vedno so pripravljeni pomagati in vskočiti v ekipo. To je dober občutek.

Za športnika je najpomembnejša odlična telesna pripravljenost: telo mora biti dobro pripravljeno na vse napore. Ko se bližajo tekmovanja, začnete z intenzivnejšimi pripravami in svoj urnik prilagodite le kolesarstvu. Kakšni so vaši dnevi v tednu, ko se približuje tekma?

Neposredno pred samo tekmo želim imeti mir, izklopim vse in se s kolesom samo počasi »sprehajam«. Treningi in njihova intenzivnost se stopnjujejo dva meseca pred samo tekmo, tako da čas pred tekmo ostane čisto moj – da uredim misli, poiščem mir, se notranje umirim ter pripravim

na tekmo. Ljudje okoli mene že vedo, da me morajo ta čas pred samo tekmo pustiti pri miru.

Pri kolesarstvu igra pomembno vlogo tudi oprema in njena brezhibnost. Ali za te stvari poskrbite sami ali vas oprema pričaka pripravljena na samem startu tekme?

Za opremo, ki jo potrebujem, poskrbita sponzor in moj serviser. Isti serviser me spremlja tudi na tekmah in mi svetuje ter pomaga tudi tam. Sedaj, ko so moji uspehi v kolesarstvu tudi medijsko izpostavljeni in priznani, se najde tudi kakšno podjetje, ki mi že samo ponudi opremo. Take ponudbe in sodelovanja sem vedno vesel.

Vam pri pripravi opreme svetujejo in pomagajo strokovnjaki ali se zanjo odločate sami brez pomoči?

Izbiro ustrezne opreme prepustim trenerju in serviserju. Ta ekipa sama postori vse potrebno, sam si niti ne umažem rok, bi lahko rekel.

V današnjem svetu imajo veliko vlogo tudi mediji in medijska prepoznavnost. Kakšen se vam zdi njihov odnos do športa nasploh in kolesarstva? Ste športniki pred pomembnimi tekmami, ko bi potrebovali mir, preveč izpostavljeni in oblegani?

Z mediji je tako: do našega lanskega uspeha kolesarstvo oz. ekstremne dirke niso bile medijsko podprte. Lani po uspehu na RAAM-u, se je odprlo – opazen je bil premik na bolje z najrazličnejšimi objavami in prispevki v različnih medijih, pojavili so se tudi medijski sponzorji. Včasih teh ni bilo ali pa jih je bilo zelo malo. Je pa res, da je zaradi hitrega tempa dirk in nenehnega menjavanja različnih prizorišč medijsko pokrivanje takšnih tekmovalj res težko in zahtevno delo.

Pred preveliko medijsko izpostavljenostjo in obleganostjo pred samimi tekmami pa se športniki največkrat sami umaknemo.

Za konec bi me zanimalo le še, kakšni so vaši načrti za vnaprej: ambicije in želje za sezono, ki prihaja?

Ponovno se bom udeležil dirke RAAM 2009, tudi tokrat bom tekmoval v dvojicah. Marko se je odločil za "solo" pot, jaz pa bom skupaj z Ericom Rosensteinom poskušal zopet osvojiti vrh in še izboljšati lanski čas. Marko bo startal tri dni pred nama in moja želja ter dodatna motivacija tako zame kot zanj bo, da ga dohitiva in tudi prehitiva na tej dirki. Verjamem, da bo to dodaten izziv tudi za Marka.

Udeležil se bom tudi dirke DOS 2009, kjer pa je moj cilj prepeljati dirko v času pod 50 urami, velike sanje pa so, da bi mi to uspelo v dveh dneh (48 urah). Sicer sprva dirka DOS ne izgleda nič posebnega (okoli Slovenije prideš kar hitro), vendar zgolj za primerjavo: dirka RAAM je dolga skoraj 5000 km, višinska razlika, ki jo premagamo na tej poti, je 32.000 metrov. Na DOS-u, ki je dolg »le« 1200 km, pa je višinska razlika 16.000 metrov. Torej lahko rečemo, da se na DOS-u, ko opraviš z enim hribom, pred tabo ne pojavi ravnina, ampak nov hrib, v katerega se "zagrizeš". Tako Dirka okoli Slovenije velja za eno najtežjih tekem z vzdržljivostnimi preizkušnjami in jo po zahtevnosti v svetovnem merilu uvrščajo med prvih pet.

4 POVZETEK UVODNEGA DELA DNEVNIKA KOLESARJEV Z DIRKE RAAM

Ob pripravah plana na kolesarsko sezono 2008 Marko Baloh ni niti pomislil na udeležbo na tekmi RAAM (čeprav si je del njega tja želel vrniti), dokler ga ni optimistični Tomaž Perčič prepričal, da je to dobra ideja. Kljub težavam pri zbiranju finančnih sredstev in kljub zamujenemu zadnjemu roku za prijavo na tekmo so uspeli, da so prav za njih naredili izjemo in jih na dirko sprejeli naknadno. Zaradi tega so imeli kar nekaj težav pri objavi njihovega imena ORCA TEAM na uradni strani tekme, pa so to hitro popravili s takojšnjim prevzemom vodstva, ki ga do konca niso izpustili iz rok. Tako so bili prisiljeni objaviti tudi ime njihove ekipe.

Test ekipe in obeh kolesarjev je dva tedna pred dirko pokazal dobro pripravljenost in odločili so se za taktiko menjave obeh kolesarjev na 3 ure podnevi in 4 ure ponoči.

Zadnji tedni so minili v ritmu službe, pakiranja, organiziranja zadnjih zadev, zmanjkovalo pa jima je časa za kolo. Kljub težavam na letališču v Atlanti je bila pot proti startu dirke pravo olajšanje.

Na startu sta bila oba kolesarja razglašena za favorita med dvojicami, njuni resni nasprotniki pa so bili švicarski par SwissTeam RAAM in Američana iz ekipe Connecticut Challenge.

V zadnjih dnevih pred startom so morali opraviti še kontrolne preglede avtomobilov in koles, spremljevalna ekipa pa se je udeležila sestankov, kjer so jim bili posredovani še zadnji napotki za dirko. Kljub temu je v njihovi opremi manjkala navigacija v GPS napravi, kar se je kasneje izkazalo za veliko težavo. Ti manjši problemi niso veliko vplivali na odlično vzdušje v ekipi. Zadnji napotek za celotno ekipo je bil, naj nikoli, tudi ob največjih težavah, ne iščejo posameznika kot krivca za kakršnokoli napako.

Začetno etapo sta oba kolesarja odpeljala skupaj, pot do prve časovne postaje je dokončal Marko sam, Tomaž pa mu je sledil v spremljevalnem vozilu. Na pot proti drugi časovni postaji, na kateri ni manjkalo vzponov, se

je odpravil Tomaž. Vročina skozi dolino, ki so ji rekli tudi "pečica", je Tomaža kar precej zdelala, a je stisnil zobe. Povprečna hitrost kolesarjenja ni padla pod 35 km/h, kar se navadnemu človeku ne zdi zelo hitro, sami pa so menili, da kar "letijo".

Po izjemno tekem vzponu Tomaža na Mingus Mountain in po enem najlepših spustov na dirki, so se približali Flagstaffu, kjer pa se je zgodila prva večja napaka in situacija je postala zelo napeta... Zaradi že prej omenjenih težav z navigacijo so zgrešili pravi odcep in tako je Tomaž vozil kar celo uro v napačno smer. Navzven miren Tomaž je v svoji notranjosti bil pravi boj: nadaljevati ali odnehati, saj so izgubili veliko časa in moči. Kljub temu se je izkazalo, da sta si v prejšnjih etapah prikolesarila zadostno prednost in sta lahko mirno nadaljevala pot...



Slika 5: Menjava kolesarjev



Slika 6: Dvojica na cilju in veselje ob zmagi

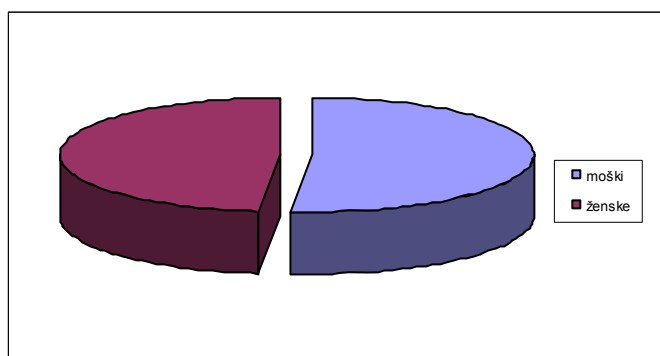


Slika 7: Proga dirke RAAM

5 REZULTATI ANKETE

ŠTEVILO ANKETIRANIH:

moški	64	51,6%
ženske	60	48,4%
skupaj:	124 oseb	

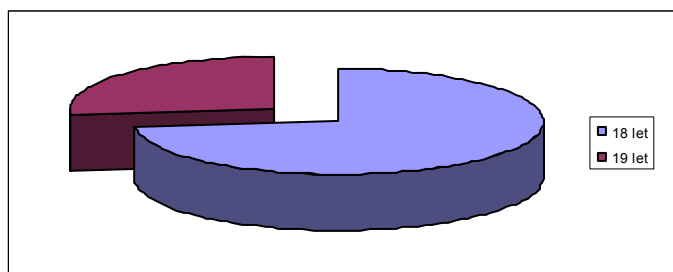


Grafikon 2: Število anketiranih

STAROST ANKETIRANIH:

ženske

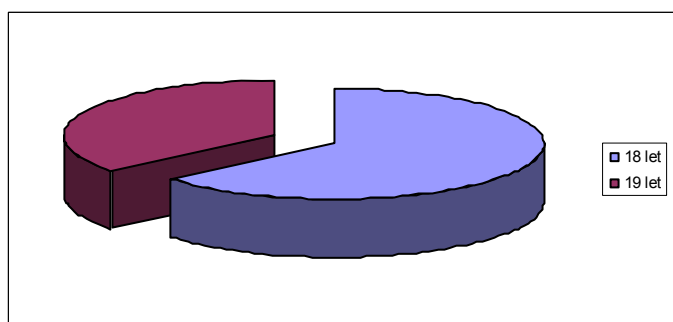
18 let	44	73,4%
19 let	16	26,6%



Grafikon 3: Starost žensk, zajetih v anketi

moški

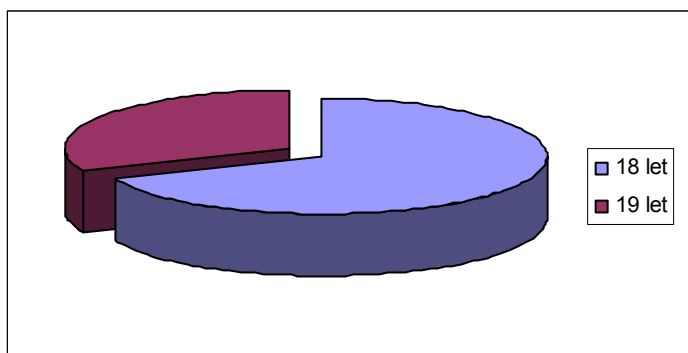
18 let	41	64,1%
19 let	23	35,9%



Grafikon 4: Starost moških, zajetih v anketi

skupaj

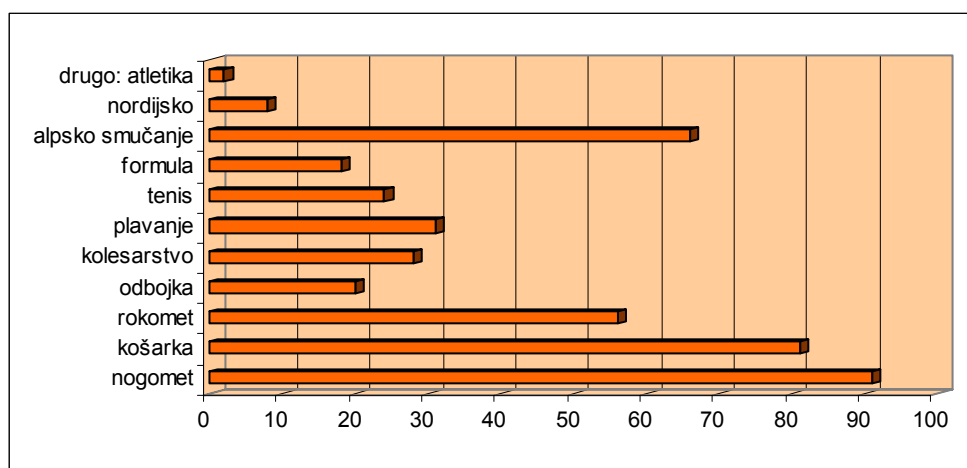
18 let	85	68,5%
19 let	39	31,5%



Grafikon 5: Starost vseh anketiranih

1. Kateri profesionalni športi so po tvojem mnenju najbolj razširjeni?
(obkroži največ 5 odgovorov)

nogomet	91	21,4%
košarka	81	19 %
rokomet	56	13,2%
odbojka	20	4,7%
kolesarstvo	28	6,6%
plavanje	31	7,3%
tenis	24	5,7%
formula	18	4,2%
alpsko smučanje	66	15,5%
nordijsko smučanje	8	1.9%
drugo: atletika	2	0,5 %

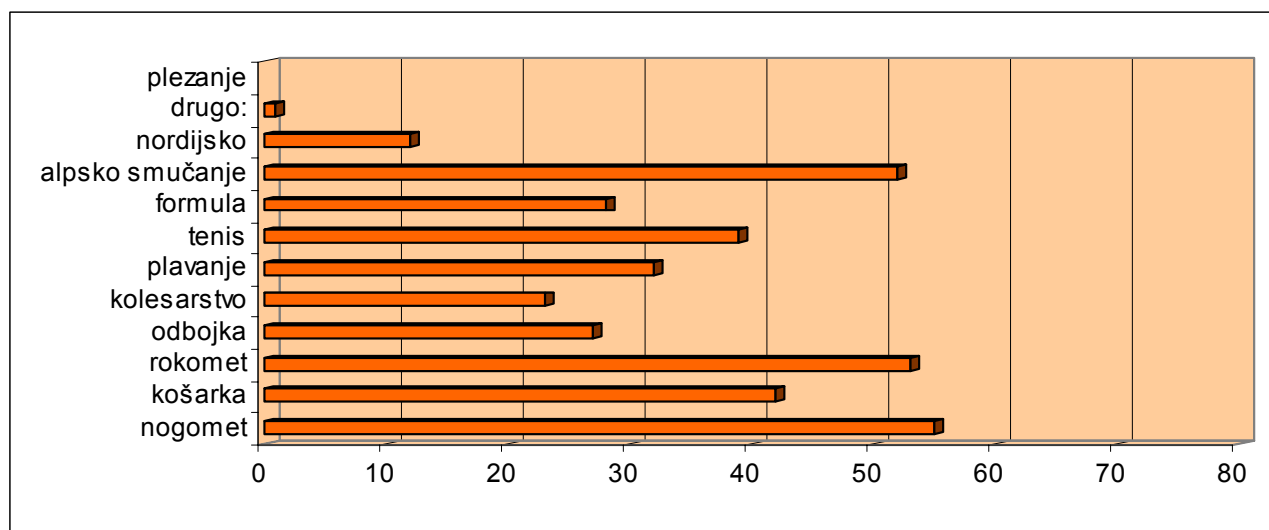


Grafikon 6: Najbolj razširjeni športi po mnenju anketirancev

Po mnenju mladih je najbolj razširjen šport danes nogomet – izbrali so ga tako moški kot ženske. Na drugo in tretje mesto sta se uvrstila košarka in rokomet. Prva tri mesta so zasedli ekipni športi, ki so tudi medijsko najbolj izpostavljeni. Športniki, ki se udeležujejo v teh športih, se v medijih ne pojavljajo zgolj kot športne osebnosti, ampak tudi kot matere, očetje, prijatelji in partnerji. Na četrto mesto pa so mladi postavili alpsko smučanje. V tem športu tekmujejo posamezniki, ni ekipnega uspeha, športniki pa se bolj ali manj spretno izogibajo kameram v zasebnem življenju. Razloge, kaj je ta šport postavilo tako visoko, lahko iščemo v času izvajanja ankete. Le-to sem namreč opravila v zimskem času, med vrhuncem sezone in tudi ob medijsko izpostavljenih uspehih naših športnikov.

2. Kateri profesionalni športi se ti zdijo najbolj atraktivni?
(obkroži največ 5 odgovorov)

nogomet	55	15,2%
košarka	42	11,5%
rokomet	53	14,6%
odbojka	27	7,4%
kolesarstvo	23	6,3%
plavanje	32	8,8%
tenis	39	10,7%
formula	28	7,7%
alpsko smučanje	52	14,3%
nordijsko smučanje	12	3,3%
drugo: plezanje	1	0,3%

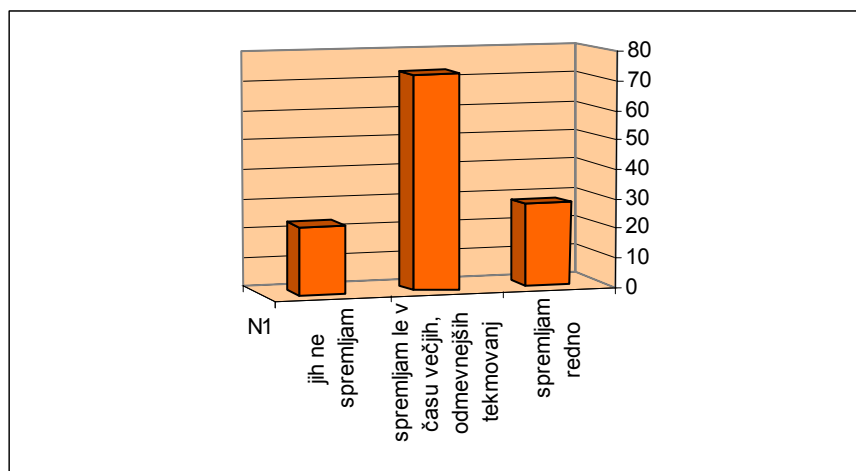


Grafikon 7: Najbolj atraktivni športi po mnenju anketirancev

Prav tako kot pri prejšnjem vprašanju je za anketirane najatraktivnejši šport zopet nogomet, tesno pa mu sledita rokomet in alpsko smučanje. Nogomet in rokomet sta ena najbolj medijsko izpostavljenih in obleganih ekipnih športov. Alpsko smučanje je seveda najatraktivnejše v času sezone, torej pozimi, zato je doseglo tretje mesto.

3. Kako pogosto spremljaš tekme oz. preizkušnje profesionalnih športnikov?

jih ne spremljam	23	18,5%
spremljam le v času večjih, odmevnejših tekmovanj	73	58,9%
spremljam redno	28	22,6%



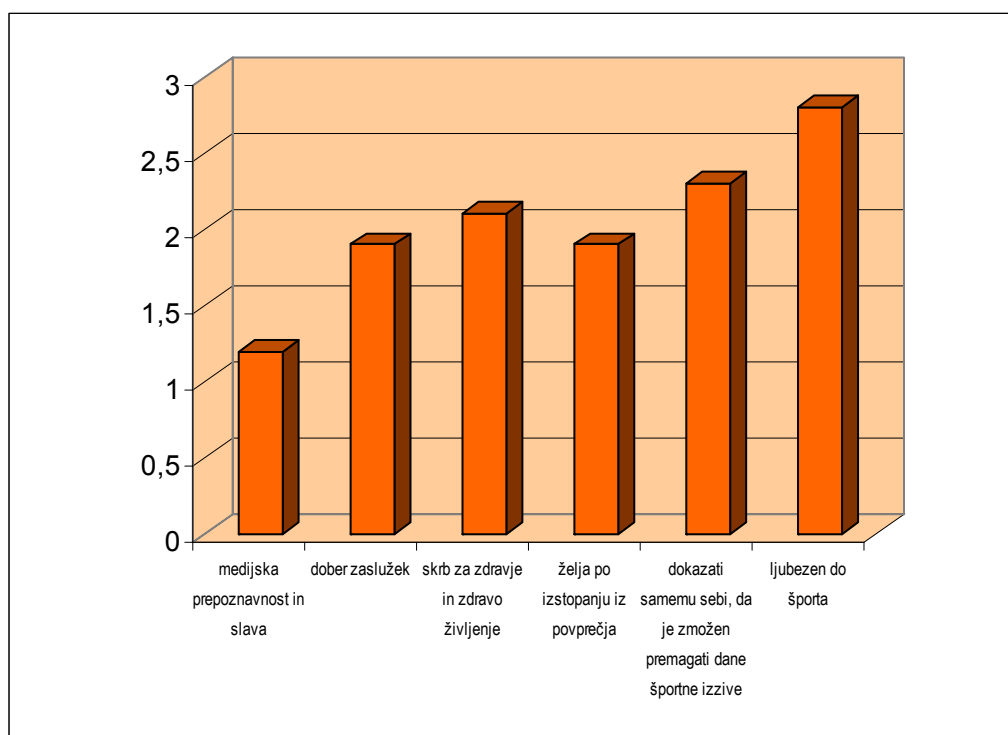
Grafikon 8: Spremljanje tekem profesionalnih športnikov

Mladi šport spremljajo in jih zanima, le redki so tisti, ki se zanj ne zanimajo in ne spremljajo tekem. Vendar pa med tistimi, ki se zanimajo za šport in športnike, prevladujejo tisti, ki športne preizkušnje spremljajo le v času medijsko odmevnejših in pomembnejših tekmovanj, ne pa skozi celotno sezono tekmovanj.

4. Kateri so razlogi, da se posameznik prične ukvarjati s profesionalnim športom? (oštevilči tri: 1 –najmanj pomemben, 3– najpomembnejši)

ženske

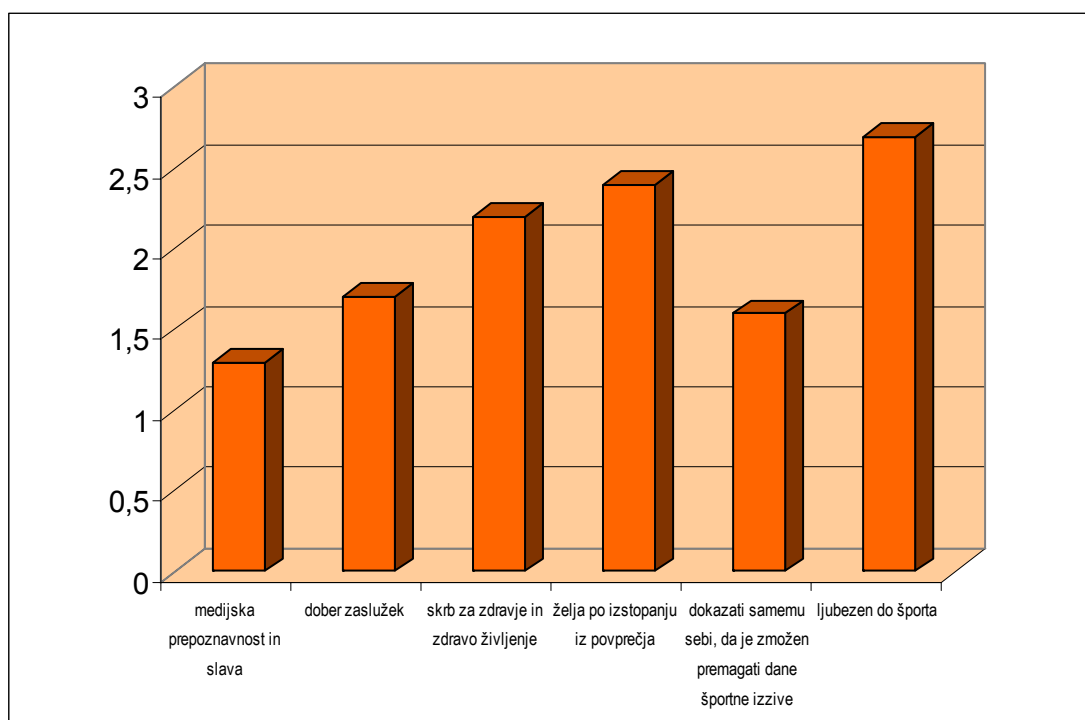
	povprečje
medijska prepoznavnost in slava	1,2
dober zaslužek	1,9
skrb za zdravje in zdravo življenje	2,1
želja po izstopanju iz povprečja	1,9
dokazati samemu sebi, da je zmožen premagati dane športne izzive (samodokazovanje)	2,3
ljubezen do športa	2,8



Grafikon 9: Razlogi za ukvarjanje s profesionalnim športom - ženske

moški

	povprečje
medijska prepoznavnost in slava	1,3
dober zaslužek	1,7
skrb za zdravje in zdravo življenje	2,2
želja po izstopanju iz povprečja	2,4
dokazati samemu sebi, da je zmožen premagati dane športne izzive (samodokazovanje)	1,6
ljubezen do športa	2,7

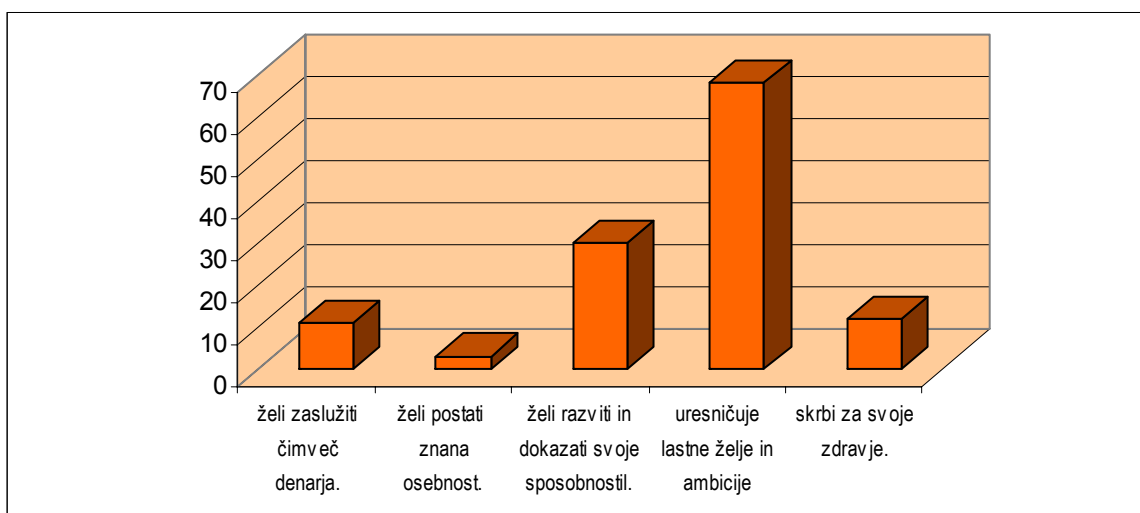


Grafikon 10: Razlogi za ukvarjanje s profesionalnim športom - moški

Tako moški kot ženske so kot najpomembnejši razlog za ukvarjanje s športom navedli posameznikovo ljubezen do športa. Prav tako menijo, da je pri profesionalnih športnikih zelo pomembno, da je prisotna želja po izstopanju iz povprečja in drugačnem stilu življenja. Kot tretji najpomembnejši razlog so izbrali skrb za zdravje in zdravo življenje, saj športniku redna telesna aktivnost pomaga pri vzdrževanju zdravja in ohranjanju kondicije telesa.

5. Kakšen je tvoj pogled na profesionalnega športnika? Nadaljuj stavek:
Profesionalni športnik je oseba, ki s svojim športnim udejstvom...

...želi zaslužiti čimveč denarja.	11	8,9%
...želi postati znana osebnost.	3	2,4%
...želi razviti in dokazati svoje sposobnosti.	30	24,2%
... uresničuje lastne želje in ambicije	68	54,9%
...skrbi za svoje zdravje.	12	9,7%
drugo:	-	0%



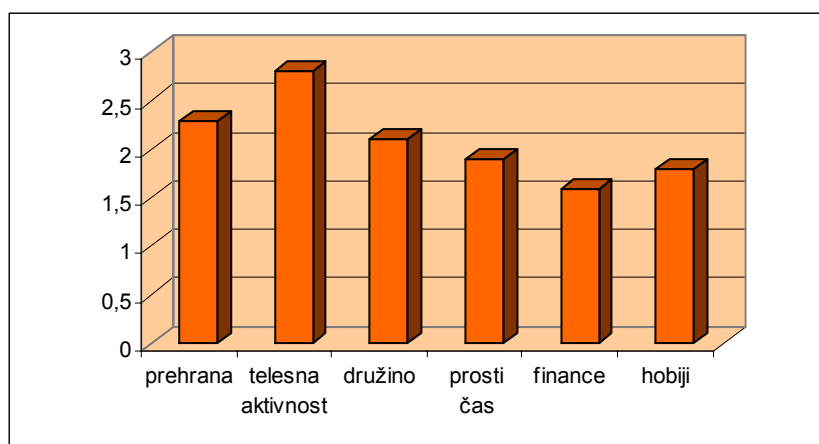
Grafikon 11: Pogled mladih na profesionalnega športnika

Mladi vidijo profesionalnega športnika kot človeka, ki predvsem uresničuje lastne želje in ambicije, ki si jih je zastavil v svojem življenju. Prav tako je športnik zanje oseba, ki želi razviti in dokazati družbi svoje sposobnosti, hoče pokazati svoje zmožnosti. Le peščica jih meni, da se nekdo ukvarja s profesionalnim športom samo zato, ker si želi postati znana osebnost.

6. Katera področja življenja mora profesionalni športnik prilagoditi svojim športnim aktivnostim? (oštevilči tri:1 –najmanj pomembno, 3– najpomembnejše)

ženske

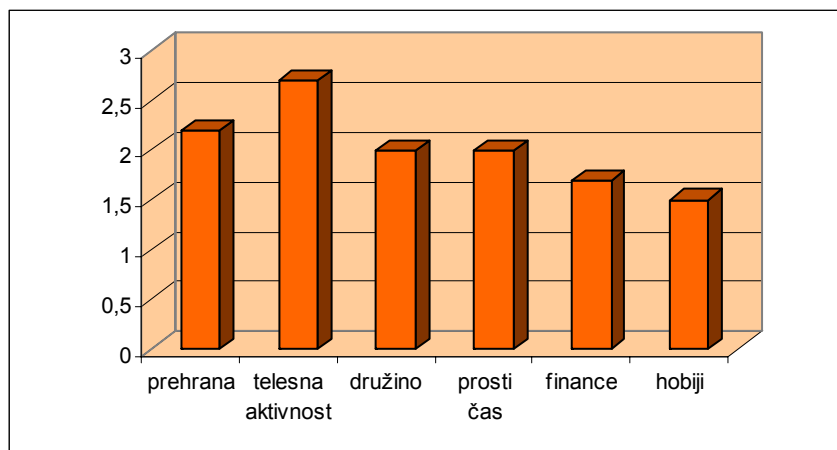
	povprečje
prehrana	2,3
telesna aktivnost	2,8
družino	2,1
prosti čas	1,9
finance	1,6
hobiji	1,8



Grafikon 12: Področja, ki jih mora po mnenju mladih športnik prilagoditi svojim aktivnostim -ženske

moški

	povprečje
prehrana	2,2
telesna aktivnost	2,7
družino	2,0
prosti čas	2,0
finance	1,7
hobiji	1,5

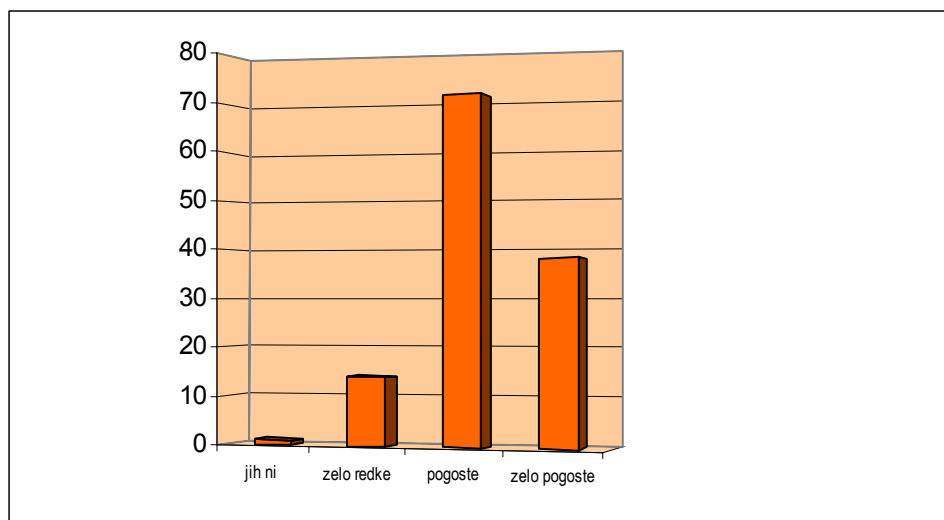


Grafikon 13: Področja, ki jih mora po mnenju mladih športnik prilagoditi svojim aktivnostim - moški

Oboji so na prvo mesto področij, ki jih mora športnik prilagoditi aktivni karieri, postavili telesno aktivnost posameznika. Človeku ni več dovolj je eno- ali dvourna rekreacija, sprehodi v naravo... Pot ga večkrat zanese v telovadnico, kjer pridobiva kondicijo in moč. Druga stvar, ki jo mora prilagoditi, je prehrana, saj za njegov tempo življenja in za njegove potrebe normalna prehrana ne zadošča več. Poseči mora po prehranskih dopolnilih, s katerimi v telo vnese dodatno potrebne hranilne snovi. Na tretje mesto so moški postavili družino in njeno življenje, ki se mora prilagoditi športniku, ženske pa so poleg družine na to mesto uvrstile tudi prosti čas, ki si ga mora športnik pravilno organizirati.

7. V profesionalnem športu so poškodbe:

jih ni	1	0,8%
zelo redke	14	11,3%
pogoste	71	57,3%
zelo pogoste	38	30,6%

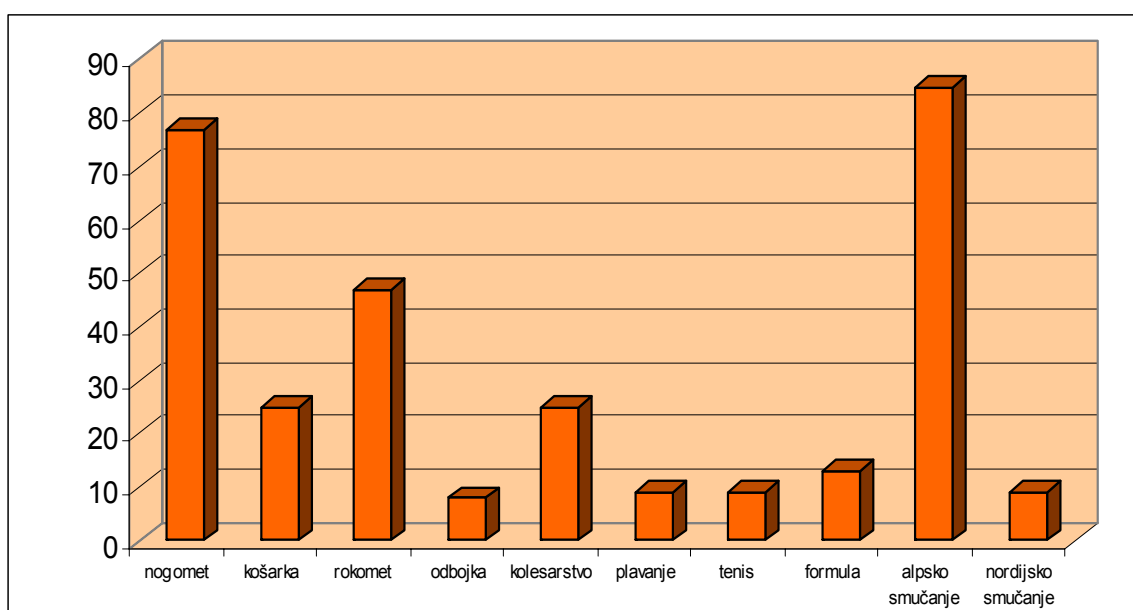


Grafikon 14: Poškodbe v profesionalnem športu

Mladi menijo, da so poškodbe v profesionalnem športu pogoste. Zavedajo se, da so poškodbe sestavni del športa in da jih mora posameznik vzeti v zakup, ko se odloči, da se bo profesionalno začel ukvarjati s športom.

8. V katerih profesionalnih športih so poškodbe najpogostejše? (obkroži največ 3 odgovore)

nogomet	77	25%
košarka	25	8,1%
rokomet	47	15,3%
odbojka	8	2,6%
kolesarstvo	25	8,1%
plavanje	9	2,9%
tenis	9	2,9%
formula	13	4,2%
alpsko smučanje	85	27,6%
nordijsko smučanje	9	2,9%



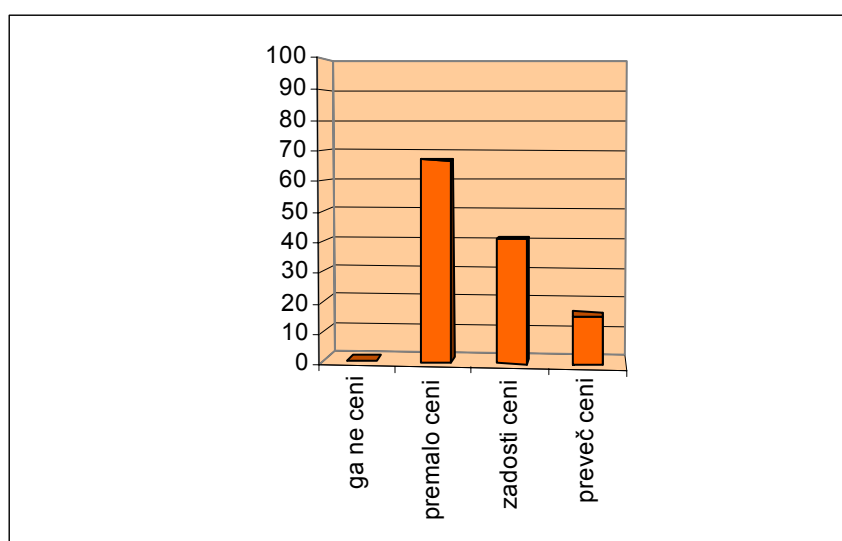
Grafikon 15: Športi, pri katerih so poškodbe najpogostejše

Anketirani so za šport, kjer so poškodbe najpogostejše, izbrali alpsko smučanje. V tem športu je posameznik res velikokrat izpostavljen hudim nevarnostim, saj proge včasih od njih zahtevajo nečloveške napore, prav tako pa je tudi odvisno, v kateri disciplini športnik tekmuje. Najhujše poškodbe in padci se ponavadi zgodijo v hitrih disciplinah, tam so proge strme in hitrost smučanja je velika. Najpogostejše poškodbe pri smučanju so zlomi in zvini okončin, pri hudih padcih pa so lahko posledice poškodb dolgotrajne. Včasih lahko poškodbe zakrivi tudi slabo pripravljena oprema, a je teh v današnjih dneh zelo malo. Na drugem mestu se je znašel nogomet, ki velja za enega

zelo grobih športov. Pogoste so poškodbe nog, včasih tudi glave. Šport, pri katerem mladi ocenjujejo, da pride do najmanj poškodb, je odbojka. Tam tekmovalci niso v neposrednem stiku z nasprotnikom.

9. Kako družba ceni vložen trud športnikov?

ga ne ceni	-	0%
premalo ceni	67	54%
zadosti ceni	41	33,1%
preveč ceni	16	12,9%

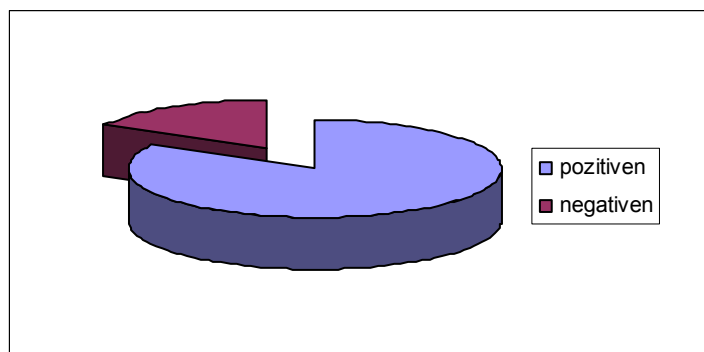


Grafikon 16: Odnos družbe do profesionalnih športnikov

Mladi menijo, da družba danes premalo ceni vložen trud in ure treninga, v katere posameznik vложи ogromno časa. Pogosto se družba od športa odmakne, po končani karieri ostanejo športniki prepuščeni sami sebi. Znajti se morajo po svojih najboljših močeh, vendar jim pogosto ne uspe najti službe. Nimajo primerne izobrazbe, saj so jo postavili na stran in se popolnoma posvetili športnemu udejstvovanju.

10. Kakšen je tvoj odnos do profesionalnega športa oz. do profesionalnih športnikov?

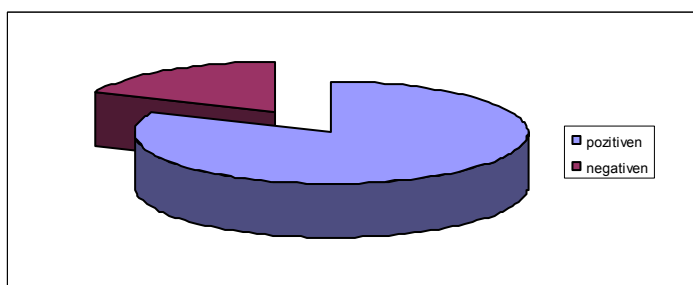
pozitiven	103	83,1%
negativen	21	16,9%



Grafikon 17: Odnos mladih do športa

moški

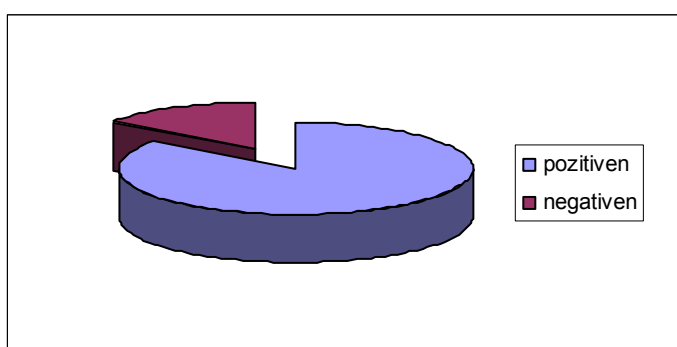
pozitiven	52	81,3%
negativen	12	18,7%



Grafikon 18: Odnos mladih do športa - moški

ženske

pozitiven	51	85%
negativen	9	15%



Grafikon 19: Odnos mladih do športa - ženske

Če si odgovoril z a), nadaljuj z vprašanjem 10.1

Če si odgovoril z b) nadaljuj z vprašanjem 10.2

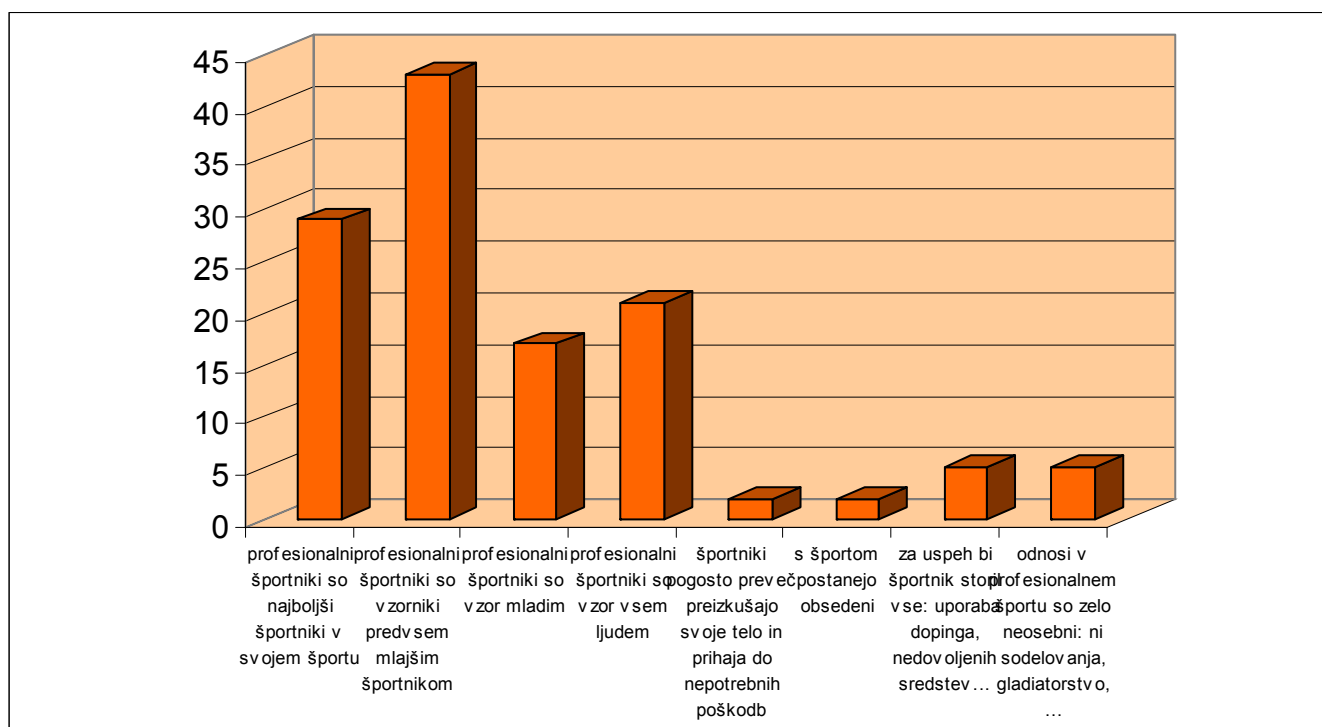
10.1

profesionalni športniki so najboljši športniki v svojem športu	29	23,4%
profesionalni športniki so vzorniki predvsem mlajšim športnikom	43	34,7%
profesionalni športniki so vzor mladim	17	13,7%
profesionalni športniki so vzor vsem ljudem	21	16,9%

10.2

športniki pogosto preveč preizkušajo svoje telo in prihaja do nepotrebnih poškodb	2	1,6%
s športom postanejo obsedeni	2	1,6%
za uspeh bi športnik storil vse: uporaba dopinga, nedovoljenih sredstev...	5	4%
odnosi v profesionalnem športu so zelo neosebni: ni sodelovanja, gladiatorstvo, ...	5	4%

Mladi imajo pozitiven odnos do športa in športnikov. Prepoznajo njihov trud in čas, ki so ga vložili v treninge, da dosežajo takšne rezultate. Sicer se najde tudi nekaj mladih, ki o športu nimajo najboljšega mnenja, saj športnike vidijo kot "stroje", ki postanejo neosebni in za doseganje svojih ciljev uporabijo nedovoljena sredstva.



Grafikon 20: Kako mladi vidijo profesionalni šport

V športnikih vidijo vzornike mlajši športniki, ki si jih pogosto vzamejo za zgled. Mladi menijo, da so profesionalni športniki najboljši športniki v svojem športu. Le petina anketiranih meni, da so športniki vzor vsem ljudem: kako zdravo živeti in v svoje življenje vnesti šport. Še manj pa jih je menja, da so športniki vzor mladim ljudem.

6 ANALIZA PRIDOBLENIH REZULTATOV IN OVREDNOTENJE HIPOTEZ

Glavna vprašanja, na katera sem želela dobiti odgovor v raziskovalni nalogi, so bila: zakaj se posameznik odloči, da se bo začel profesionalno ukvarjati s športom, kako bo ta dejavnost vplivala nanj in v kolikšni meri bo moral svoje in družinsko življenje podrediti športni aktivnosti. Zanimal me je tudi odnos mladih do profesionalnega športa, njihovo doživetje uspehov športnikov, poznavanje športa in odnos mladih do športa.

Prišla sem do zaključka, da lahko dve izmed petih hipotez, postavljenih na začetku raziskovalne naloge, potrdim in označim kot pravilne, dve označim le kot delno pravilni, eno pa v celoti ovržem. Športnika, ultra maratonska kolesarja, Tomaž Perčič in Marko Baloh, sta s svojimi odgovori v intervjuju potrdila, da mora športnik, ko se odloči za profesionalno kariero, svoje življenje in življenjski stil prilagoditi izbrani športni panogi. Potrdila sta, da se v športu ni moč izogniti poškodbam, le-te je potrebno doživljati kot sestavni del športa, vendar sta omenila, da sama nista imela večjih težav s poškodbami. Okolica in ljudje, ki ju obdajajo, ju sprejemajo takšna, kot sta, podpirajo ju pri njunih odločitvah, ju vzpodbujajo in so jima v oporo. Sama ne občutita negativnega vrednotenja športa s strani družbe in to je zanju znak, da sta v tem, kar počneta, res odlična. Seveda je pri tem potrebno poudariti, da gre za subjektivni vidik obeh intervjuvancev, kot tudi to, da v smislu vzorca predstavljata marginalno skupino tistih posameznikov, ki so dejansko uspeli v profesionalnem športu.

Pri tretji hipotezi lahko potrdim le tisti del, ki pravi, da ima družba pozitiven odnos do športa, vendar pa vloženega truda športnikov profesionalcev ne ceni dovolj. Razlog za takšen odnos javnosti je iskati v medijski popularizaciji športa oz. v preprostem razlogu, da se v potrošniški družbi, kot je naša družba, danes prodaja ali trži predvsem zabavniška ali senzacionalistična stran športa. Poudarjajo se predvsem uspešni posamezniki, ki dosegajo zvezdniške statuse, medtem ko večina tistih, ki vstopa v profesionalni šport, ostane del množice neopaženih. Vseeno lahko mirno trdim, da medijem uspeva predvsem predstavljati zgodbe tistih, ki so uspešni in tako ustvarja "mikroventile" s katerimi odpravlja neuspešnosti

množice akterjev v profesionalnem športu oz. celo relativizira škodljivost profesionalnega športa nasploh.

Rezultati ankete, ki sem jo opravila med dijaki in dijakinjami, starimi 18 in 19 let, so delno potrdili tretjo, četrto in peto hipotezo: mladi menijo, da družba premalo ceni športne uspehe profesionalnih športnikov. Njihov odnos do profesionalnega športa je pozitiven, vendar večina mladih tekem in preizkušenj profesionalnih športnikov ne spremlja redno (za ta odgovor se je v anketi odločilo le 22,6% vseh anketiranih – grafikon 7), šport spremljajo le v času odmevnejših, pomembnejših in posledično tudi bolj medijsko podprtih tekmovanj, kar potrjuje zgoraj opisano razmišljanje o medijih in profesionalnem športu.

Peto hipotezo moram ovreči, saj so rezultati ankete pokazali, da so po mnenju mladih profesionalni športniki vzor predvsem mlajšim športnikom, ne pa mladim ljudem nasploh (grafikon 19). Mislim, da je takšen rezultat tudi posledica mojega vzorca. Anketirana je bila populacija gimnazijcev, za katero lahko trdim, da ima bolj kritičen odnos do večine družbenih procesov oz. dogajanj in tako posledično tudi do profesionalnega športa. Omenjena populacija se ne usmerja v športno kariero in je to vsekakor razvidno iz njihovih odgovorov.

Profesionalni športnik s svojim športnim udejstvovanjem zavzame določen položaj v družbi. Za svoj športni uspeh so motivirani ne samo zaradi materialnih koristi, temveč ker oboje pogojuje njihovo družbeno mobilnost. Šport že skozi celotno zgodovino predstavlja eno izmed možnosti vertikalne družbene mobilnosti.

Menim, da si večina športnikov, tudi profesionalnih, prizadeva, da šport postane in ostane kulturna vrednota družbe, teži k preseganju obstoječih meja in stremi k izboljšanju kvalitete življenja.

Če povzamem: prav je, da se zavzemamo za vrhunski šport, vendar ne za vsakršno ceno.

7 VIRI IN LITERATURA

DOUPONA, M. in K. Petrović: ŠPORT IN DRUŽBA: SOCIOLOŠKI VIDIKI, Ljubljana: Fakulteta za šport, 2000

PETROVIĆ, K. in M. Doupona: SOCIOLOGIJA ŠPORTA, Ljubljana: Fakulteta za šport, 1996

TUŠAK, Matej in J. Bednarik: NEKATERI PSIHOLOŠKI, SOCIALNI IN EKONOMSKI VIDIKI ŠPORTA V SLOVENIJI, Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, 2002

<http://sl.wikipedia.org/wiki/Kolesarstvo> dostopno 10.2.2009 ob 17.04

<http://www.percic-rosenstein.si/index.php> dostopno 3.2.2009 ob 16.34

http://www.raceacrossamerica.org/subwebraam/default.php?N_webcat_id=1
dostopno 3.2.2009 ob 16.47

MIHELAK, N. : Slovenijo prekolesaril v dveh dneh. V : Celjan. 6(2007)334. str.11

ZVER, M. : Marsovci na kolesih?. V: :polet. magazin Dela in Slovenskih novic. 6(2007)19. str.6–10

ZVER, M.: DIRKA okoli SLOVENIJE – slovenski RAAM. V: :polet. magazin Dela in Slovenskih novic. 7(2008)10. str. 46–48

SVETE, B.: bicikel.com. 2(2008)3

CVJETIČANIN, M. : Marko Baloh po vrnitvi z RAAM. V: Finale, športna priloga Slovenskih novic. 9(2008) 129. str.19

KAZALO GRAFIKONOV

GRAFIKON 1: VZOREC.....	8
GRAFIKON 1: ŠTEVILO ANKETIRANIH.....	36
GRAFIKON 2: STAROST ŽENSK, ZAJETIH V ANKETO.....	36
GRAFIKON 3: STAROST MOŠKIH, ZAJETIH V ANKETO	36
GRAFIKON 4: STAROST VSEH ANKETIRANIH	36
GRAFIKON 5: NAJBOLJ RAZŠIRJENI ŠPORTI PO MNENJU ANKETIRANCEV	37
GRAFIKON 6: NAJBOLJ ATRAKTIVNI ŠPORTI PO MNENJU ANKETIRANCEV	38
GRAFIKON 7: SPREMLJANJE TEKEM PROFESIONALNIH ŠPORTNIKOV	39
GRAFIKON 8: RAZLOGI ZA UKVARJANJE S PROFESIONALNIM ŠPORTOM – ŽENSKE	40
GRAFIKON 9: RAZLOGI ZA UKVARJANJE S PROFESIONALNIM ŠPORTOM – MOŠKI.....	41
GRAFIKON 10: POGLED MLADIH NA PROFESIONALNEGA ŠPORTNIKA	42
GRAFIKON 11: PODROČJA, KI JIH MORA PO MNENJU MLADIH ŠPORTNIK PRILAGODITI SVOJIM AKTIVNOSTIM – ŽENSKE.....	43
GRAFIKON 12: PODROČJA, KI JIH MORA PO MNENJU MLADIH ŠPORTNIK PRILAGODITI SVOJIM AKTIVNOSTIM – MOŠKI	44
GRAFIKON 13: POŠKODBE V PROFESIONALNEM ŠPORTU	45
GRAFIKON 14: ŠPORTI, PRI KATERIH SO POŠKODBE NAJPOGOSTEJŠE.....	46
GRAFIKON 15: ODNOS DRUŽBE DO PROFESIONALNIH ŠPORTNIKOV	47
GRAFIKON 16: ODNOS MLADIH DO ŠPORTA.....	48
GRAFIKON 17: ODNOS MLADIH DO ŠPORTA – MOŠKI	48
GRAFIKON 18: ODNOS MLADIH DO ŠPORTA – ŽENSKE.....	48
GRAFIKON 19: KAKO MLADI VIDIJO PROFESIONALNI ŠPORT	50

KAZALO SLIK

SLIKA 1: KOLO NEKOČ	19
SLIKA 2: KOLO DANES.....	19
SLIKA 3: MARKO BALOH.....	20
SLIKA 4: TOMAŽ PERČIČ.....	26
SLIKA 5: MENJAVA KOLESARJEV	35
SLIKA 6: DVOJICA NA CILJU IN VESELJE OB ZMAGI	35
SLIKA 7: PROGA DIRKE RAAM.....	35

PRILOGA št.1: ANKETNI VPRAŠALNIK

ANKETNI VPRAŠALNIK

Pozdravljen/a!

Sem dijakinja 4.letnika Gimnazije Celje – Center in sem v letošnjem šolskem letu v raziskovalni nalogi preučevala profesionalni šport in njegov vpliv na način življenja športnika. Prav tako pa želim pridobiti podatke mlajše generacije in raziskati tudi njihovo mnenje in videnje ter spremljanje športa. Odgovore na ta vprašanja bi rada pridobila tudi s to anketo, zato te lepo prosim, da jo rešiš.

Hvala za odgovore!

SPOL: M Ž

STAROST: let

LETNIK:

1. Kateri profesionalni športi so po tvojem mnenju najbolj razširjeni?
(obkroži največ 5 odgovorov)

- | | |
|----------------|-----------------------|
| a) nogomet | e) plavanje |
| b) košarka | f) tenis |
| c) rokomet | g) formula |
| č) odbojka | h) alpsko smučanje |
| d) kolesarstvo | i) nordijsko smučanje |
| | j) drugo: _____ |

2. Kateri profesionalni športi se ti zdijo najbolj atraktivni?
(obkroži največ 5 odgovorov)

- | | |
|----------------|-----------------------|
| a) nogomet | e) plavanje |
| b) košarka | f) tenis |
| c) rokomet | g) formula |
| č) odbojka | h) alpsko smučanje |
| d) kolesarstvo | i) nordijsko smučanje |
| | j) drugo: _____ |

3. Kako pogosto spremljaš tekme oz. preizkušnje profesionalnih športnikov?

- a) jih ne spremljam
- b) spremljam le v času večjih, odmevnejših tekmovanj
- c) spremljam redno

4. Kateri so razlogi, da se posameznik prične ukvarjati s profesionalnim športom? (oštevilči tri: 1 – najpomembnejši, 3 – najmanj pomemben)

- medijska prepoznavnost in slava
- dober zaslužek
- skrb za zdravje in zdravo življenje
- želja po izstopanju iz povprečja
- dokazati samemu sebi, da je zmožen premagati dane športne izzive oz. (samodokazovanje)
- ljubezen do športa

5. Kakšen je tvoj pogled na profesionalnega športnika? Nadaljuj stavek: Profesionalni športnik je oseba, ki s svojim športnim udejstvovanjem...

- a) ...želi zaslužiti čimveč denarja.
- b) ...želi postati znana osebnost.
- c) ...želi razviti in dokazati svoje sposobnosti.
- č) ... uresničuje lastne želje in ambicije.
- d) ...skrbi za svoje zdravje.
- e) drugo: _____

6. Katera področja življenja mora profesionalni športnik prilagoditi svojim športnim aktivnostim? (oštevilči 3 najpomembnejše :

1 – najpomembnejše, 3 – najmanj pomembno)

- a) prehrano
- b) telesno aktivnost
- c) družino
- č) prosti čas
- d) finance

e) hobije

7. V profesionalnem športu so poškodbe:

a) jih ni

b) zelo redke

c) pogoste

d) zelo pogoste

8. V katerih profesionalnih športih so poškodbe najpogostejše? (obkroži največ 3 odgovore)

a) nogomet

b) košarka

c) rokomet

č) odbojka

d) kolesarstvo

e) plavanje

f) tenis

g) formula

h) alpsko smučanje

i) nordijsko smučanje

j) drugo: _____

9. Kako družba ceni vložen trud športnikov?

a) ga ne ceni

b) premalo ceni

c) zadosti ceni

č) preveč ceni

10. Kakšen je tvoj odnos do profesionalnega športa oz. do profesionalnih športnikov?

a) pozitiven

b) negativen

Če si odgovoril z a), nadaljuj z vprašanjem 10.1

Če si odgovoril z b) nadaljuj z vprašanjem 10.2

10.1

- a) profesionalni športniki so najboljši športniki v svojem športu
- b) profesionalni športniki so vzorniki predvsem mlajšim športnikom
- c) profesionalni športniki so vzor mladim
- č) profesionalni športniki so vzor vsem ljudem

10.2

- a) športniki pogosto preveč preizkušajo svoje telo in prihaja do nepotrebnih poškodb
- b) s športom postanejo obsedeni
- c) za uspeh bi športnik storil vse: uporaba dopinga, nedovoljenih sredstev...
- č) odnosi v profesionalnem športu so zelo neosebni: ni sodelovanja, gladiatorstvo, ...

PRILOGA št.2: UVODNI DEL DNEVNIKA KOLESARJEV – TOMAŽA PERČIČA IN MARKA BALOHA – Z DIRKE RAAM

Zgodba z RAAM 2008 – 1.DEL

ponedeljek, 14 julij 2008

Sem se kar dolgo spravljal, da napišem zgodbico o letošnjem RAAM-u, ne? Lahko ponovim stare izgovore, da mi ob službi, družini in biciklu ostane bolj malo časa za postranske dejavnosti. Dan je enostavno prekratek za vse kar bi rad opravil. Ampak, saj se trudim, to je pa tudi najbolj pomembno. Kaj se je dogajalo na letošnjem RAAM-u je pa še živo v moji glavi in tule je glavnina tega. No ja, zaenkrat le prvi del, ostanek sledi...

Pozimi, ko sem pripravljaj plan za sezono 2008 nisem po pravici na RAAM niti pomislil (čeprav si del mene želi vrniti). Ko mi je Tomaž prvič omenil, da bi šla peljati RAAM v dvojkah, nisem bil prepričan, da je to tako dobra ideja. Prvič, plan sem imel že narejen in še za izpeljavo le-tega ni bilo dovolj finančnih sredstev, kaj šele RAAM. Je bil pa Tomaž optimist in tudi sam sem se malo nalezal tega optimizma in privolil, s pogojem, da bo denar zbran do konca marca. Seveda sem kasneje na ta pogoj pozabil, saj me je zagrabila »RAAM vročica«. In smo začeli vsi pomagati Tomažu in Joci pri zbiranju denarja. Moram reči, da smo bili kar uspešni in smo uspeli (ampak šele konec maja!) zbrati minimum od minimuma za udeležbo. Da ne omenjam, da smo zaradi financ zamudili zadnji rok prijav in je Irma (in malo moje ime) v navezi s PR-jem RAAM-a Perryjem Stoneom uredila, da so za nas naredili izjemo in nas sprejeli naknadno. Verjetno tudi zato nekaj problemov pri objavi našega imena (ORCA TEAM) v dneh pred startom na uradni strani dirke. Smo pa to hitro popravili, saj smo že prvo noč prevzeli vodstvo in ga do konca (skoraj) nismo izpustili iz rok. Tako so bili prisiljeni objaviti tudi ime naše ekipe...

Ob vseh problemih, ki sem jih imel s kolenom v aprilu, sem DOS vseeno odpeljal (v teh okoliščinah) odlično in po treningu z Lekovo rekreativno ekipo na Lekovem maratonu za boljši dih, sem se do konca maja počutil že odlično in pripravljen na borbo. Ekipa je bila tudi že izbrana, zadnji se nam je priključil še šef ekipe Miran Gaberšek, ki je bil res prava pridobitev. Test ekipe (in seveda tudi naju s Tomažem) dva tedna pred dirko je pokazal na dobro pripravljenost in na to, da bi na dirki res letelo, če bi se dalo menjave izvajati na eno do dve uri (to se je potrdilo tudi na RAAM-u

samem). Glede na minimalno možno ekipo sedmih spremljevalcev pa taka izvedba ni bila možna in odločili smo se za edino izvedljivo in bolj konzervativno varianto – menjave na 3 ure podnevi in 4 ure ponoči zaradi spanca.

Zadnji tedni so minili kot običajno v paniki – služba, pakiranje, organiziranje zadnjih zadev in vse premalo časa za kolo. Kljub temu sem bil optimist, saj sva s Tomažem DOS odpeljala odlično, pa tudi majska kilometraža ni bila od muh (zame 3.300km). Prepričan sem bil, da bova po dnevu ali dveh RAAM-a, ko se bodo »mašine« ogrele, ta prava... Je bilo kar malo olajšanje, ko smo bili na avionu in na poti proti ZDA. Presedali smo dvakrat, v Zürichu in Atlanti, kjer smo imeli prvi večji problem. Barbaro, Jožico in Tomaža so zadržali zaradi detaljnega preverjanja na carini in so skupaj z Miranom, ki je šel za prevajalca, zamudili polet v LA. Po dogovoru smo nato v LA prva polovica ekipe prevzeli en avto in se odpeljali do rezerviranega motela, dva člana ekipe pa sta počakala zamudnike in ti so se nam pridružili šele pozno ponoči. Kljub temu smo zjutraj na hitro sestavili kolesi, saj sva s Tomažem želela spremiti solo tekmovalce v paradni vožnji (20km od starta).

Na startu pa presenečenje – nikjer nikogar! Menda nismo zamudili? Izkazalo se je, da je bil startni čas za razliko od prejšnjih let napisan v lokalnem času in smo imeli tako še tri ure časa do starta. Po ureditvi uradnih zadev (beri: prevzemu potnih knjig, številc in drugih dokumentov) in pogovoru z nekaj mimooidočimi navijači, sva se s Tomažem odpravila na trening po cesti ob obali, ki so nama jo predlagali domači rekreativci kot najbolj kolesarjem prijazno v okolici. In je bilo res luštno voziti se ob plažah in skozi obmorska mesteca, čeprav je postajalo že malce bolj vroče. Tudi letelo nama je kar fino, po nekajdnevni abstinenci od kolesa seveda leti, hočeš–nočeš. Po dobri urici sva se vrnila na startno mesto, ki je takrat že vrvelo od kolesarjev, ekip, organizatorjev, novinarjev... Tudi mene je opazila filmska ekipa organizatorja (FILM CREW) in na hitro sem oddelal svoj prvi letošnji intervju. Perry naju je razglasil za favorita med dvojicami, opozoril pa naju je na švicarski par SwissTeam RAAM, ki sta v resnici izgledala precej nevarno, pa še z odlično opremo in številčno veliko močnejšo ekipo. Ko sem malo omenil, da izgledajo »opasni«, je Tomaž samo mirno rekel »Ne se sekirat, dirka je dolga...«. Nisva pa še vedela, da je tudi ameriška ekipa Connecticut Challenge zelo nevarna in da bosta Američana nudila več odpora, kot pa Švicarja.

V glavnem z Juretom in ekipo sva uspela spregovoriti pred startom še nekaj besed, mu posodila Vittoriino pumpico za flikanje gum (ki jo je rabil, ker na prvem del trase, spremljevalnega avta ni za kolesarji). Med solo tekmovalci je bilo čutiti tisto znano napetost v zraku in tudi mene je prešinilo kako bi se počutil v tem trenutku, če bi bil ponovno na startu posamične preizkušnje. Priznam, da so me v trenutku preplavili mravljinci...

Toda, letos pač ni bilo leto za to. Po odštevanju zadnjih sekund smo startali z obale v Oceansideu in se precej hitro usmerili na kolesarsko stezo, ki nas je odpeljala ven iz mesta. En del tekmovalcev je bil razporežen in so ga žgali tesno za motoristom, ki nas je vodil, drugi del pa je ležerno obračal pedala in krmila v smeri uradnega starta. S Tomažem sva se najprej vozila v počasnejši skupini in to je bila prilika, da z Juretom rečeva še nekaj besed in da mu zaželim srečno pot in zmago na oni strani celine. Seveda je padlo tudi nekaj besed o Hainekenu, ki naj bi nas pričakal na cilju. Glede na Juretovo pripravljenost in konkurenco je bilo jasno, da bo za zmago potreben čas (vsaj) blizu devet dni in ker s(m)o ekipe startale 3 dni in 2 uri za posamezniki, je bilo jasno, da bo ekipa Orca Team tudi v primeru zmage prišla na cilj s kakšnim dnevom zaostanka za zmagovalcem solo dirke. Torej je bilo na Juretu, da nas pričaka na cilju s hladno osvežilno pijačo.

Kasneje sva se s Tomažem »preselila« še v hitrejšo skupino, saj sem imel tu še enega prijatelja, ki sem mu zaželel srečno pot in izboljšanje svojega četrtega mesta na RAAM – to je Američan Dave Haase. Zelo prijazen fant in tudi odličen kolesar, ki je že dvakrat osvojil 4. mesto na RAAM-u. Naj omenim še to, da se mi je zdel Juretov najhujši nasprotnik Gerhard Gulewitz zelo »napaljen« na svoje kronometrskem kolesu, hkrati pa malo lahkomišeln, saj je imel na njem le en manjši bidon tekočine?

Ko smo se ustavili na mestu uradnega starta, sva Juretu še enkrat zaželela srečo in pognala proti mestu, kjer so po okoli 50km čakala spremljevalna vozila. Tu sva še enkrat pomahala prihajajočim tekmovalcem in se vrnila proti Oceansideu oz. proti našem motelu. Tam naju je čakal Miran, večji del ekipe se je namreč vrnil v Los Angeles, kjer so morali dvigniti avtomom oz. naš dom za naslednjih 10 dni. V dveh dnevih do starta smo nato opravili še kontrolni pregled avtov in koles, sestanek ekip, veliko shoppinga in pred startom smo bili več ali manj pripravljeni. Več ali manj zato, ker nam je manjkalo nekaj poglobitnih zadev, najbolj pomembno (in tudi boleče, kot se je izkazalo kasneje) nam je manjkala navigacija oz. naše GPS naprave niso

imele naložene trase dirke. Organizatorji nam niso znali/mogli pomagati v zadnjih urah pred dirko in tako smo bili obsojeni na Potne knjige in na Miranovo iznajdljivost pri vnašanju točk v GPS od časovne postaje do postaje. Jaz sem se letos odločil, da bom samo dirkal in se ne bom obremenjeval z ostalimi zadevami in zato nisem izgubljal živcev na to temo (žal, saj sem jih toliko več izgubil kasneje). Če odmislimo te »manjše« probleme, je bilo vzdušje v ekipi odlično. Plan je bil tak, da se prva dva dni menjava na točno določenih točkah, saj sem traso odlično poznal in sem delo razporedil tako, da sem nekaj večjih klancev prevozil sam. To pa seveda ne pomeni, da je imel Tomaž veliko lažje delo – California in Arizona sta vse preveč razgibani za to. Točno določen razpored smo imeli nekje do Flagstaffa, kasneje pa naj bi se smene nadaljevale na 3 ure podnevi in 4 ure ponoči (zaradi več spanja za počivajočega kolesarja).

Nekaj minut pred startom smo z ekipo ponovno stopili skupaj in si zaželeli vse naj-naj. Zadnji napotek, ki sem ga imel za vse, je bil naj se NIKOLI, pa še ob ne vem kakem problemu (ki bodo gotovo prisotni, kot so vedno), NIKOLI, ne išče krivca za tako ali drugačno napako. In seveda, moramo se truditi, da bo le-teh čim manj in da bodo čim manjši.

Zgodba z RAAM 2008 – 2. del

petek, 18 julij 2008

Zaprto vožnjo in del dirke do mesta, kjer nas je čakal spremljevalni avto z Miranom in Irmo, sva odpeljala oba s Tomažem, za slučaj, da bi imel eden od naju defekt (drugi bi nadaljeval vožnjo, medtem, ko bi prvi počasi nadaljeval po prazni gumi do avta). Švicarje, ki so startali 2,5 minute pred nama sva ujela in prehitela že pred srečanjem z avtom, medtem, ko sta nam Američana (startala sta 30sekund pred nama) malce ušla. Ko sva se približala mestu srečanja, sva si podala roki in naprej sem se podal sam, Tomaž pa se je namestil v avto, v katerem naj bi me spremljal do prve časovne postaje.

Do le-te me je čakalo še kar nekaj trdega dela (beri: klancev), za spremembo od svojih solo poskusov, pa sem si za letos zadal, da (vsaj od začetka) ne bom prekoračil utripa 160/minuto. Tako mi je že na prvi klanec prehitel en od Švicarjev (ljubkovalno smo jima rekli kar »Rikola«), jaz pa se nisem oziral nanj in sem nadaljeval v svojem tempu. V nadaljevanju, ko smo prišli na manj strm in bolj razgiban teren, pa tudi vročina se je hitro dvignila, sem ga prehitel nazaj in po nekaj kilometrih prehitel tudi člana ameriške ekipe. Ta pa je še pred daljšim (8milj oz. skoraj 13km) klancem predal »štafeto« svojemu

partnerju, ki je bil že na pogled specialist za klance (s kolesom vred je verjetno tehtal okoli 50kg). Ta mi je v prvih metrih vzpona priletel mimo, da je kar zapihalo, jaz pa se nisem dal motiti in sem se držal svojega določenega utripa (no ja, morda nekaj utripov preko 160...). Sem se pa zelo zabaval, ko sem videl, kako z vsakega ovinka pogleduje nazaj ali ga bom ujel, kot bi bila na cestni dirki, nekaj 100m pred ciljem, ne pa da je bila pred nami še celotna širina ZDA oz. skoraj 4.800km!

Do prve postaje američana nisem uspel ujeti in sem kot drugi (od dvočlanskih ekip) predal smeno Tomažu, ki ga je čakalo še kar nekaj kilometrov vzpona, potem pa spust v dolino, ki sem ji po izkušnjah iz prejšnjih RAAM-ov rekel ljubkovalno »pečica«. Po startu v Oceansidu na okoli 22°C in nadaljevanju na vročini okoli 30–35°C se v dolgem uživaškem spustu spustiš v puščavo s 45–50°C. Tako je vsaj bilo leta 2006, letos pa nam je vreme prizaneslo s hudo vročino, tako da je termometer v avtu kazal le 38°C. V mestecu po koncu spusta nas je čakal avtodom, ki se je moral do tu pripeljati po popolnoma drugi trasi kot tekmovalci in spremljevalni avti. Z Irmo sva hitro »presedlala« v avtodom (Irmo je v avtu zamenjala Joca, ki je seveda hotela spremljati Tomaža. Mi smo jih prehiteli in se podali do predvidene točke za menjavo. Tu smo parkirali in se v miru pripravili na menjavo. Seveda sem se jaz medtem že najedel in bil pripravljen za naslednji del dirke, ki me je popeljal po dobro znani trasi iz leta 2003 in mojega prvega nastopa na RAAM. Vozil se bom točno po delu poti, kjer sem tega leta prehitel tako Larsena kot Jureta in prevzel vodstvo na dirki, ki sem ga takrat držal globoko v Arizono (in bi ga verjetno še dlje, če ne bi bilo nočnih problemov s pomanjkanjem bencina in iskanjem črpalke...). V glavnem, komaj sem čakal, da se vsedem na kolo in pritisnem na pedala.

Vročina je pa kar precej zdelala Tomaža, saj so nas iz avta klicali ali bi bilo možno priti nekaj km nazaj in menjavo narediti prej. Žal to zaradi puščavskih razmer ni bilo možno (na obeh straneh ceste je bil dolge kilometre nazaj pesek in ni bilo nobene možnosti parkirati avtodom). Tako je Tomaž moral stisniti zobe in jih tudi je. Sicer sta ga Švicarja dohitela, toda ni jima pustil, da bi ga pustila zadaj. Mrak se je že spustil tako, da je bila klima idealna za kolesarjenje, pa še malo vetriča v hrbet – idealka! Nekaj minut pred našimi je mimo priletelo nekaj štiričlanskih ekip, ki so mi bili dobrodošla »tarča«. Po mojem se je za mano kar pokadilo, ko sem Tomaža potrepljal za odlično vožnjo in pritisnil na gas! Kljub temu, da se je trasa stalno vzpenjala, hitrost ni padla pod 35km/h, večino časa pa je bila kar

okoli 40km/h. Prehitel sem že dva člana štiričlanskih eki in dohiteval tretjega, ko nas je ustavil sodniški avto in nas opomnil, da mora imeti spremljevalni avto ponoči stalno prižgane vse 4 utripalke (poleg vedno delujočih opozorilnih luči na strehi). Seveda je pridiga trajala nekaj minut, tako da mi je ekipa ušla daleč naprej, prehitela me je celo ena od prej prehitenih ekip. Seveda mi je zadeva malo dvignila pritisk, ampak, ko sem startal naprej sem postanek hitro nadoknadil, ujel najprej eno in nekaj kasneje še naslednjo ekipo. To je bilo pa res luštno! Mi je bilo kar malo težko pri srcu, ko sem moral predati »štafeto« Tomažu...

Tudi Tomaž je odlično nadaljeval in prvo noč sva odpeljala res odlično. Zgodaj zjutraj me je čakal legendarni klanec RAAM-a – Yarnell Grade. Do zdaj sem ga vedno vozil po temi, tako da sem se kar veselil zgodnjeg jutranjega vzpona. Menjavo sva opravila kakih 5–6km pred začetkom vzpona, da bi se lahko malo ogrel. Nekaj minut pred Tomažem je mimo nas priletel član 8-članske ekipe, ki mi je bila zdaj dobra »tarča«. In sem se mu pod klancem že zelo približal, tudi mislil, da ga bom kmalu ujel, potem pa so izvedli hitro menjavo in naslednji član ekipe mi je spet povečal razliko. Pa sem se mu ponovno začel približevati, ko oni – ponovno menjava. Cel klanec so se menjavali nekje na 3–4 minute, pa vseeno niso mogli pridobiti kake velike prednosti. Ko so videli, da mi dobro leti, so me celo sami začeli vzpodbujati (ko sem po vsaki menjavi prehitel kombi in kolesarja, ki je ravnokar končal menjavo). Tudi Pete Penseyres, rekorder RAAM-a v povprečni hitrosti, ki je bil član omenjene ekipe, ni mogel verjeti, da sem se vzpenjal z enako hitrostjo kot 4 člani njegove ekipe, ki so vozili na (kratke) menjave. Še bolj so pogledali, ko sem jih po spustu na ravnini prehitel in so potrebovali kar dolgo (do naslednjega vzpona pred Prescottom), da so me prehiteli nazaj. Tu pa se je že zelo poznalo, da vozim že skoraj 3 ure in moči, da bi jih ponovno držal v klanec, ni bilo več.

Še spust v Prescott in tu me je že čakal Tomaž, ki je nadaljeval vožnjo, sam pa sem se usedel v spremljevalni avto, saj naslednji dve Časovni postaji avtodom ni smel slediti kolesarjem, ampak je moral po drugi poti na časovno postajo Flagstaff. Tomaža je čakal izjemno težak vzpon na Mingus Mountain, ki ga je odpeljal odlično, potem pa eden od najlepših spustov na dirki. Še nekaj menjav in vmes kar nekaj vzponov in približali smo se Flagstaffu, kjer naj bi nas čakal avtodom, čakalo nas je pa še vse kaj drugega – prva resnejša napaka in s tem prva ZELO napeta situacija na dirki...

Nadaljevanje sledi...

Zgodba z RAAM 2008 – 3.del

petek, 25. julij 2008

Smemo je pred krajšim spustom pred Flagstaffom prevzel Tomaž, jaz pa sem se preznojen namestil v avtu in se pripravil, da tu preživim slabe pol ure do prihoda na TS in tuširanja v avtodomu. Malo morgen!

Priletimo mi (oz. Tomaž, mi pa za njim) v Flagstaff in nekje v centru mesta zgrešimo en odcep. To navigatorji pogruntajo skoraj takoj in po 100 metrih ustavijo Tomaža in mu povejo, da smo zgrešili, morali bi še eno križišče naravnost ter da naj počaka, da avto obrne (ker nismo mogli niti smeli obrniti na ozki cesti z dvojno sredinsko črto). Obrnemo mi kakih 500m naprej, a Tomaža ni bilo nikjer več. Mi gas naprej po trasi in molimo, da ni kje zašel, saj ga v mestu ne bi nikoli več našli... In ga zagledamo kake pol km pred nami kako veselo dirka po ulicah mesta in kričimo po megafonu naj počaka! Zavije on desno, kjer bi moral naravnost (kasneje je povedal, da mu je smer zaupal voznik avtodoma neke 4-članske ekipe), mi pa za njim. Seveda ga zaradi semaforjev in gužve na cesti nismo ujeli še vsaj 2 km, takrat je pa števec kazal že več milj, kot jih je bilo do časovne postaje. In smo se ustavili in tuhtali, kaj če smo postajo zgrešili – škoda časa za preveč narejene km, če se bomo morali kasneje vrniti? In smo se odločili za obrat in nazaj v mesto. V GPS smo vnesli ulico in McDonalds, ker je bila časovna zraven enega od teh in GPS nas je veselo vodil do cilja, kjer ni bilo niti McDonaldsa, še manj pa časovna postaja. Zdaj nas je pa že skrbelo in smo poklicali šefa ekipe Mirana, kje so. Oni so nas pa zaskrbljeni čakali na TS, saj bi morali biti po časovnici že zdavnaj tam. Žal tudi oni niso imeli točnega naslova TS in si z GPS-om nismo mogli kaj dosti pomagati. Smo poskusili še nekaj variant, od katerih nas je ena pripeljala na avtocesto – Tomaža smo poslali peš nazaj, mi pa gas do prvega izhoda, pa okoli in nazaj po njega. Čas je pa DIRJAL!!! Jaz sem bil že spet preznojen, tokrat zaradi živčnosti. Tomaž je pa raztural s svojo mirnostjo, nisem mogel verjetni, da to prenaša s tako mirnostjo. Vsakič, ko smo se nova ustavili je mirno čakal na nova navodila in se potem (tokrat že bolj počasi in s pametjo) peljal o navodilih... Ko smo končno prišli do TS, smo sigurno izgubili najmanj dobro uro, raje sploh ne razmišljam o tem točno koliko smo izgubili časa.

Tomaž je nadaljeval svojo menjavo, jaz sem odšel (na žal krajši kot sem predvideval) počitek v avtodomu, ekipa se je malo zamenjala in leteli smo naprej. Vsaj jaz z zelo zmanjšano motivacijo, saj sem bil prepričan, da smo izgubili najmanj prvo mesto, morda pa so nas prehiteli celo »Rikole«?

SH... Ko sem se ponovno usedel na kolo v močnem stranskem vetru, so mi motivacijo malce podžgali fantje iz Brazilske 4-članske ekipe s katerim smo se »bodli« že kar nekaj časa (in se potem še do cilja). Enega sem prehitel brez problema in nadaljeval s svojim tempom, dokler mi ni po ravnini priletel mimo njegov sotekmovalec s kronometrskim kolesom. Če ne bi bilo še enega nepredvidenega postanka (navigatorji so kar nekaj časa razmišljali ali smo na pravi poti oz. kje hudiča je TS?), bi imel pred sabo dobrodošlo tarčo, tako pa sem rabil kar precej časa, da sem se brazilski ekipi ponovno približal. Veliko moč mi je dala novica, ki pa sem ji komaj lahko verjel, da so namreč Američani prišli na TS v Flagstaff še vedno več kot pol ure za nami. Je pač tako da, ko si na RAAM-u v vodstvu, imaš komaj kaj podatkov o svoji prednosti, pa še te le za nekaj postaj nazaj. Izkazalo se je, da sva prejšnjo noč s Tomažem povečala prednost pred drugouvrščeno ekipo na več kot 2 uri! Se je izgleda splačalo dirkati s 4-članskimi in 8-članskimi ekipami...

No, in sva naslednjo noč spet letela kot »skirce«, jaz sem bil še posebej motiviran na delu mimo Mexican Hata, kjer sem leta 2005 prehitel Jureta Robiča in (čeprav ne za dolgo) prevzel trenutno prvo mesto na dirki. Colorado sva kar hitro preletela, čeprav je zadeva vse prej kot ravna, pa še vroče je bilo in tudi veter je hotel nekaj nagajati. Se je pa obrnil, ko sem zapustil Colorado Springs in kar nekaj časa brez naprezanja vozil 40+ km/h. Izgubljanja raje ne bom več omenjal, v glavnem sva kar hitro prišla do New Mexica in novega dela proge z novimi klanci. Meni se je Tomaž malo smilil, pa še skrbelo me je, da bomo težko naredili menjavo na načrtovanem mestu, ker so bile ceste ozke in brez kakršnih koli parkirišč, kjer bi lahko parkirali avtomobila. Pa smo našli pravo mesto in tudi jaz sem bil deležen prelepe pokrajine na višini 2.500+m. Sem hitro ponovno dobil »pacienta«, t.j. brazilskega kolesarja, saj so ne dolgo nazaj prehiteli izmučenega Tomaža in Miran (šef) se je takoj od začetka menjave veselil, kako jim bomo zdaj vrnil z obrestmi. In res sem kmalu zagledal v daljavi kolesarja, ki se mi je počasi približevali (oz. sem se jaz njemu). Tu klanec še ni bil konstanten, ampak je bil lepo razgiban teren, kjer se je dalo hupserje fino preleteti na veliki šajbi. Na en od hupserjev sem mu res priletel mimo tako, da je izgledalo kot da stoji na mestu, v veliko Miranovo veselje, seveda...

Pripravljen na vročino brez spodnje majice me je pred vrhom najvišjega prelaza RAAM-a (na višini 3.300+ metrov) hotelo kar malo tresti, saj se je začel spuščati mrak. Tako sem bil kar vesel, da nisem na solo RAAM-u, kjer bi se moral na brzino preobleči in nato preznojen nadaljevati spust v dolino.

Užitke spusta sem tako prepustil Tomažu, enako »vajo« smo ponovili sredi noči, ko je bil za mano zadnji in tudi najtežji vzpon v New Mexicu (sem imel kar precej problemov obrniti prenos 34–27!) – na vrhu nekaj preko 3.000m pa je bilo samo 3°C... Tomaž me je zamenjal in se spusti v dolino zamotan v oblčila kot Eskim, jaz pa sem se prepustil toploti avtodoma, mrzlemu tušu (menda nisem omenil, da tople vode v avtodomu nismo imeli, brrrrr) in palačinkam, ki mi je na željo spekel Vinko. Potem pa ponovno malo v meževo deželo, naslednji dan so nas čakale neskončne planjave Kansasa.