

JANJA GARNBRET

Vsak dan pomisli na Los Angeles

Nova sezona prinaša pet izbranih tekem svetovnega pokala in velik izziv v skali. Že na Kitajskem je možen mejnik, petdeseta zmaga na najvišji ravni, ob tem pa ostaja fokus na dolgoročnem cilju, olimpijskih igrah 2028

Nejc Strojnik

Devetinštirideset zmag na tekmah za svetovni pokal, deset naslovov svetovne prvakinja in dve olimpijski zlati kolajni so le največji dosežki, ki jih je v svoji karieri nanizala najboljša športna plezalka vseh časov, Korošica Janja Garnbret. Mejnike, ki jih v njeni karieri ni bilo malo in o katerih bo nekoč – tako je pred časom dejala – gotovo izdala knjigo, bo lahko kmalu še oplemenitila. Pred vrati je namreč nova sezona svetovnega pokala. Že prihodnji konec tedna se bodo najboljši na svetu zbrali v Kegiau na Kitajskem, kjer bo na sporedu balvanska preizkušnja, teden dni kasneje pa se bodo v Wujiangu, prav tako v deželi zmajev, merili še v težavnosti. Na obeh prizoriščih, ki sta si lokacijsko relativno blizu, bo nastopila tudi Garnbretova, ki se je pred leti udeležila skoraj vsake tekme, v zadnjem času pa izzive izbira precej bolj selektivno. Letos jih bo v koledarju svetovnega pokala odključala pet. Ravno dovolj, da ostane v tekmovalnem ritmu, hkrati pa si pusti prostor za nekaj, kar ji v zadnjih letih pomeni vse več: plezanje v naravnih stenah. Prav ta kombinacija – tekme in skala – je postala njen način, kako ostane sveža.

"Plezanje v skali mi pomeni povsem nekaj drugega kot športno plezanje na tekmah. Tudi načrti se v naravi hitro lahko spreminjajo, tako da je načrt vedno bolj okviren, potem pa se prilagajamo, tudi vremenu," je jasna Janja Garnbret, ki jo poleg kitajskega dvojčka in njej ljubega Innsbrucka letos čakata še domača tekma v Kopru in zadnja na koledarju, težavnostna preizkušnja v Santiagu v Čilu. "Nikoli ni povsem brezskrbno. Zame je ključno, da uživam vsak dan tudi na treningu, ker tekme so le delček, ki ga vsi vidijo na televiziji ... Olimpijske igre so še daleč (leta 2028 jih bo gostil Los Angeles, op. p.), a dejstvo je, da se tudi v tem času na nek način pripravljam na to, kar me čaka. Ampak

do tja še pridemo. Letos želim izpolniti glavni cilj v skali in tekmovati na zadnjih svetovnih pokalih."

"Igre bodo hitro tukaj, boste videli"

Ko govori o sezoni v naravnih skalah, hitro postane jasno, da je njen koledar podrejen (predvsem) enemu projektu. Francoskemu Ceuseju in smeri Bibliographie (9b+), ki ostaja eden največjih izzivov v športnem plezanju. "Smo pa že lani dokazali, da je s pravim načrtom še vedno mogoče plezati v skali in tekmovati, kar doda nekaj motivacije in sproščenosti, kajti več ciljev razbije rutino," razloži. Prav tu se pokaže razlika med tekmovalnim in "pravim" plezanjem, kot mu sama pogosto reče. V skali ni urnikov, ni zagotovil, ni dveh enakih dni. In prav to ji ustreza. Rutina je namreč nekaj, čemur se zavestno izogiba. Ne zato, ker bi jo utrujala, ampak ker ve, kako hitro lahko zaduši tisto osnovno veselje, zaradi katerega je sploh začela plezati. "Uživam vsak dan, vedno najdem nekaj, kar me žene naprej. Pa to niso nujno tekme, naslovi in medalje. To je lahko že gib, ki se ga veselim, ali pa tisti, ki ga ne morem splezati in je to moj cilj naslednjega dne. Male stvari, ki na koncu lahko delajo razliko. Če nekaj delaš najraje, potem ni težko ohraniti strasti, ker strast je nekaj, kar te poganja tudi, ko je težko."

Čeprav ji plezanje pomeni več kot številke, pa se tem ne more izogniti. Ena takih je številka 50. Že na uvodni tekmi na Kitajskem ima namreč priložnost, da doseže petdeseto zmago v svetovnem pokalu. "Ko sem zmagala štirideset in je bil to rekord, sem si rekla, da se petdeset zmag sliši še bolje (smeh, op. p.). Je pa to poseben mejnik, za katerega upam, da ga dosežem. Morda bo to potem priložnost, da pogledam za trenutek nazaj in se spomnim vseh 50 zmag." Pa veliko razmišlja o tem, s čimer se bo še enkrat več zapisala v zgodovino tega športa? "Ab-

solutno en delček mojih možganov misli na to. Zdaj sem na 49., seveda si jo želim doseči na Kitajskem, se pa zavedam, da si ne smeš preveč želeli ali razmišljati le o tem. Ker potem si mogoče pod stresom, ki ga sicer ne bi bilo."

Letošnja sezona je sicer razdeljena med pet svetovnih pokalov in skalo, a obstaja še ena stalnica, ki je vedno nekje v ozadju. Olimpijske igre 2028. "Gotovo vsaj enkrat na dan pomislim na Los Angeles. Pomislim, kako bo tam, kakšna bo tam situacija, katera izmed punc kaže potencial oziroma napredek iz prejšnjih let in je lahko v Los Angelesu zelo konkurenčna. Preveč se pa s tem ne obremenjujem, osredotočam se nase, da bo plan narejen kar najbolje in da bom v Los Angeles prišla najbolj motivirana in pripravljena," je jasna. "Z Romanom (trenerjem Romanom Krajnikom, op. p.) sva po olimpijskih igrah v Parizu naredila plan za naslednja štiri leta in tudi vsaka tekma, na kateri sem, je na poti do velikega cilja. To se mogoče po eni strani sliši smešno, ker so igre še daleč, ampak saj boste videli, kar hitro bodo tukaj." Prav zato letošnjo sezono vidi kot eno zadnjih priložnosti za širši fokus. "Ti dve leti po Parizu, torej lanska in letošnja sezona, sta edini, ko sem lahko nekoliko več v skali, ampak še zmeraj ostajam v tekmovalnem ritmu. Ker naslednji dve bosta pa spel zelo intenzivni in bo fokus izključno na olimpijskih igrah."

Zakaj in predvsem na kakšen način pa sta izbrala pet tekem, na katerih bo letos nastopila? "To so tekme, na katerih najraje tekmujem. So pa balvanske tekme letos res strnjene, v mesec in pol, in ravno takrat je tisti trenutek, ko so zelo dobre razmere v Franciji za preplezati smer Bibliographie. Zato sem se odločila, da grem zdaj na Kitajsko, ker vseeno moram ostati v stiku tako v balvanih kot v težavnosti." Med prizorišči, ki jih ne izpušča, ostaja tudi Koper. Ta tekma ima zanjo poseben pomen tudi zaradi bučne podpore domačih navijačev. "Prepričana sem, da bo tudi

letos odlično vzdušje, in to je zagotovo tekma, ki mi vedno vzbudi posebne občutke in da še nekaj motivacije. Pred leti je bilo nastopanje v Kopru tudi kar stresno in je pomenilo dodaten pritisk, zdaj sem se naučila v tem uživati." Kljub temu da prizorišča, na katerih bo nastopila, na koncu izbereta skupaj s trenerjem, so prisotni določeni pritiski. "Tudi od organizatorjev sem dobila sporočila, daj, prosim, pridi, mi ti krijemo vse, ali nekaj v tem smislu. Da si me zelo želijo videti, ampak na žalost ne morem biti vsepovsod."

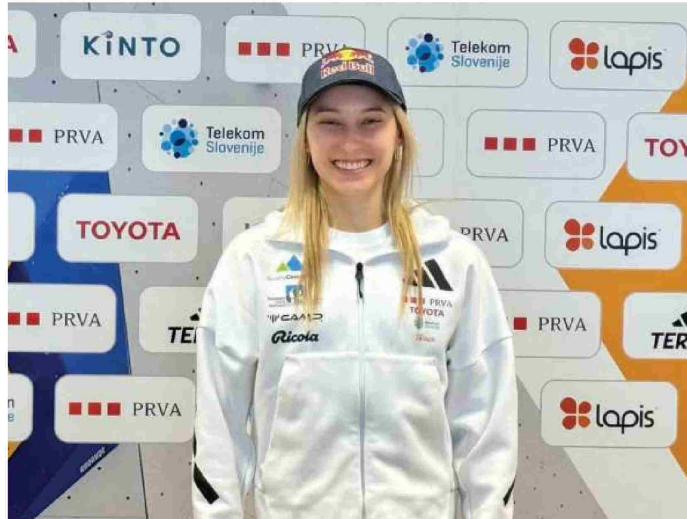
Skrivnosten novembrski projekt

Pohvalila je tudi postavljalce, predvsem tiste v težavnosti, za katere pravi, da jim vedno znova pripravijo velik izziv. "Se mi zdi, da se res trudijo, da gre šport naprej, da lahko punce pokažemo to, za kar smo trenirale." Več vprašanj kot odgovorov pa vidi pri balvanih. "Veliko je skakanja, kar je v bistvu najlažji način, da se tekmovalke po poskusih najlažje ločijo, ker eni zagotovo bo spodrsnilo, ena bo zgrešila ... kar pa se mi ne zdi najboljši način, ker tako ne najdeš najboljših tekmovalke oziroma tekmovalca." V letu 2026 z izjemo evropskega prvenstva, ki pa za Korošico ni dovolj velik izziv, ni velikega tekmovanja, prav tako je do olimpijskih iger ne zanima niti skupni seštevek v svetovnem pokalu. "Glede evropskega prvenstva sem v Münchnu 2022 naredila svoje, takrat mi je še ostajal ta cilj, ker še nikoli prej nisem postala evropska prvakinja, zdaj pa se mi zdi, da si raje najdem kak projekt v skali v tem času in tam vložim energijo." Pa seštevek svetovnega pokala, kjer je nazadnje zmigala leta 2019? "Če bi se hotela resno boriti, bi gotovo morala iti na kakšno tekmo več. Ni sicer tako, da nikoli več ne bom razmišljala o tem, mogoče pa še kdaj v prihodnosti ..."

V letošnjem letu jo sicer poleg tekmovalnega plezanja in velikega izziva v skali čakata še (vsaj) dva večja projekta. Prvi bo novembra v Ljubljani, a je okoli vsega skupaj še precej skrivnostna. "Nič še ne morem povedati, ampak bo velik spektakel, ogromno plezanja," je dejala. Če bo prvi precej javen, pa je drugi precej bolj intimen. Gre za njen novi dom, ki bo predvidoma do konca leta zrasel na Brezovici pri Ljubljani.

**"Od organizatorjev
dobim sporočila, daj,
prosim, pridi, mi ti**

**krijemo vse, ali nekaj
v tem smislu. Da si me
zelo želijo videti, ampak
na žalost ne morem biti
vsepovsod"**



Prva tekma jo čaka že prihodnji konec tedna, sezona 2026 pa ne bo naravnana samo na tekmovalne obrate.
Foto: Nejc Sirojnik