



## SELEKTOR REPREZENTANCE V SPORTNEM PLEZANJU

# Če je na tekmi Janja, je vse lažje

Slovenski športni plezalci in plezalke sezono 2026 začenjajo na Kitajskem. Selektor Gorazd Hren poudarja dobro pripravljenost in dodaja: "Vsaka tekma je priložnost za vrhunski rezultat"

Nejc Strojnik

V slovenskem sportnem plezanju že desetletje resda izstopa Janja Garnbret, ki zmaga praktično, kjerkoli se pojavi. A naša reprezentanca ima v svojih rokavih še kar nekaj adutov. Na prvi preizkušnji, balvanski tekmi prihodnji konec tedna v Keqiau na Kitajskem bodo poleg prve zvezdnice tega športa od Slovencev nastopili še Jennifer Buckley, Lucija Tarkuš, Anže Peharč in Timotej Romšak, medtem ko se bosta teden dni kasneje v bližnjem Wuijangu od omenjenih v steno na težavnosti tekmi podali Garnbretova in Tarkušova, na novo pa se bodo pridružili Rosa Rekar, Lučka Rakovec, Mia Krampf in Luka Potočar. Pred odhodom v deželo zmajev in cesarjev, kjer se zdaj že tradicionalno začinja svetovni pokal v sportnem plezanju, smo se pogovarjali s slovenskim selektorjem Gorazdom Hrenom.

**Reprezentanca je pomlajena, nekaj imen je novih ... Kako to vpliva na delo v ekipi?**

"Pomladitev ekipe ne vpliva drastično na delo in treninge, seveda lahko prinese neko svežino, ampak predvsem je pomembno, da dobijo mladi možnost trenirati z najboljšimi. Razmišljati je treba o prihodnosti reprezentance, pravočasno razvijati potencial in predvsem pomagati mladim, da bo njihov prehod v 'prvo ligo' lažji. Sicer imamo vedno močan podmladek, ampak predvsem pri dekletih, in zdaj, ko so jasno ločene smernice med disciplinami, je morda ta luknja pri fantih še opaznejša, kar je tudi eden od razlogov, da na določene treninge povabimo koga več."

**Kako pa so potekale priprave na letošnjo sezono?**

"Po zadnji tekmi je sledila pavza, da si spočijejo od naporov, tako fizično kot psihološko, in tudi mi gremo malo narazen, ker smo sicer veliko skupaj. Kmalu zatem se je začelo pripravljalo obdobje. Mislim, da je potekalo dobro, naredili smo ogromno treningov skupaj, imeli smo kar nekaj trening kampov z dobrimi reprezen-

tancami. Predvsem so se s Francozi zelo dobro ujeli, z njimi že nekaj let sodelujemo. Zelo se tudi potrudimo okoli teh kampov, zato se pridružijo še nekatere druge reprezentance. Vse skupaj je potekalo zelo dobro, tudi rezultati mednarodnih simulacij so dali zelo pozitiven feedback, zato računam, da smo pred prvimi tekmovanjem dobro pripravljene. Je pa res, da skozi dolgo sezono še dodajamo formo skozi tekme, vrhunec pa planiramo okrog Koprā in evropskih prvenstev. Verjamemo pa, da lahko tudi prej naredimo kak odmevni rezultat."

**Veliko poudarjate priprave s tujimi reprezentancami. Zakaj so te tako pomembne?**

"Dodajo še tisto piko na i, ko vsak vsakega še malo porine naprej. Te priprave, ki so nekoliko dlje od tekmovanj, dajo zelo dober feedback, kje smo, kaj še potrebujemo, kaj še lahko dodamo. Če pa gre že v startu tako pozitivno, kot je šlo zdaj, se tudi samozavest zelo dvigne. In to se vidi, vsi se kar precej veselijo prve tekme."

**Janja Garnbret bo letos nastopila na petih tekmah svetovnega pokala. Kaj pa ostali člani reprezentance?**

"Definitivno bomo na vseh tekmah. Mogoče je Janja z mislimi že malo v naslednji sezoni ali celo sezoni kasneje, vsi ostali pa jemljejo vsako tekmo zelo resno. Želja po dokazovanju je zelo velika, zato jim vsaka tekma pomeni enako, ni pomembno, ali je olimpijska sezona ali ne. Vsi si želijo dokazovanja - in to je priložnost. Po začetnih informacijah in štartnih listah pa izgleda, da bo konkurenca res prava."

**Kakšno je trenutno zdravstveno stanje reprezentance?**

"Za sezono smo izgubili Vito Lukan, ima strgan biceps. Sicer se ji je to že enkrat zgodilo in je šlo takrat hitro na bolje, ampak trenutno jo zelo boli in bo morala opraviti še dodatne preiskave, ker jo muči še nekaj drugega in ne more trenirati. Na pripravah se je poškodovala tudi Katja Kadič, ki si je strgala labrum v rami, tako da bo tudi nekaj časa odsotna, pri njej je vprašanje, kako dolgo. Potem je tu še Lovro Črep, ki se vrača po operaciji."

**Kako gledate na letošnji tekmovalni spored? Vam ustreza?**

"Želel bi si bolj ločeno balvansko in težavnostno sezono. Nisem najbolj navdušen nad koledarjem, mislim, da so balvani malo preveč zgoščeni iz tekme v tekmo. Nam ustreza, da lahko vmes pridemo domov, naredimo še kak trening in gremo naprej, letos bo tega zelo malo. Je, kot je, sam bi pa drugače razporedil."

**Kakšni so cilji za letošnjo sezono?**

"Cilji so vedno visoki in mislim, da upravičeno. Če je na tekmi Janja, je to seveda lažje, ampak tudi ko je ni, cilji ostajajo enaki. Vedno pravim, da je vsaka tekma svoj cilj, in letos, ko ni svetovnega prvenstva in olimpijskih kvalifikacij, bo to še bolj izrazito, vsaka tekma bo pomenila enako. Če pa me vprašate, kje bi si najbolj želeli uspeti, je odgovor preprost, v Koprū. Seveda si želim tudi uspešno evropsko prvenstvo v Španiji in Franciji. Mislim, da imamo v težavnosti zelo močno žensko ekipo. Rad bi, da postane uvrščanje v finale neka stalnica in da potem iz tega napadamo vrhunske rezultate. Pri Luki Potočarju, ki bo edini v težavnosti na pomembnejših tekmah, mislim, da je dobro pripravljen, na treningih je pokazal dobro formo, manj je bilo napak kot lani v zaključnih delih smeri. Bomo videli na Kitajskem, ampak računam, da lahko poseže visoko. Tudi pri puncih v balvanih, Janja Garnbret in Jenny Buckley sta zelo konstantni, Lucija Tarkuš je zmagala na državnem prvenstvu, na izborih je bila zelo dobra, tako da upam na velik rezultat. Ne smemo pa pozabiti na Anžeta Peharca, zelo je izkušen in dobro pripravljen. Res pa je, da bom tukaj malo zadržan, ker je bil tudi lani odlično pripravljen, pa se ni izšlo, kot smo pričakovali. Upam, da se letos to obrne v pozitivno smer."

**"Sicer imamo vedno močan podmladek, ampak predvsem pri dekletih"**



Slovenski selektor Gorazd Hren je pred sezono 2026 precej optimističen.  
Foto: Nejc Strojnik