



Lani presenetila, letos ima še višje cilje

Športna plezalka Rosa Rekar, lani članska svetovna podprvkinja v težavnosti, novo sezono začenja na Kitajskem. »Lanski dosežki so me zelo presenetili, pričakovanja pred letošnjo prvo tekmo pa imam večja kot lani,« pravi dvajsetletna Gorenjka.

MAJA BERTONCELJ

Kranj – Pretekli konec tedna se je na Kitajskem začela sezona v **športnem plezanju**. Najprej so bili na vrsti balvani. Danes pa se bo s kvalifikacijami prav tako na Kitajskem, a v Vudžiangu, začela še prva tekma v težavnosti. Na njej bo sezono začela Rosa Rekar, 20-letnica iz Most pri Žirovnici. Lani je presenetila, ko je postala članska svetovna podprvkinja v težavnosti in se v svetovnem pokalu redno uvrščala v finale, na šestih tekmah kar štirikrat, in bila peta v skupnem seštevku. Z njo smo se pred odhodom na Kitajsko pogovarjali pod steno v Kranju, kjer v Plezalnem klubu FA trenira pod vodstvom Anžeta Štremflja.

Kako ste zadovoljni s pripravljanim obdobjem in kako so potekali zadnji treningi?

Treningi potekajo normalno, kot po navadi, ni nobenih posebnosti. Osredotočena sem na to, da ostajam mentalno stabilna, da se ne bi obremenjevala preveč s tekmo, ampak sem predvsem pozorna na svoje plezanje. Pripravljalo obdobje je potekalo normalno. Imeli smo tudi nekaj reprezentančnih treningov, priprave v Innsbrucku v Avstriji, v Brnu na Češkem in v **Kopru**. Sicer sem trenirala večinoma tukaj v Kranju, naredili smo tudi trening na Prevaljah ter v **Kopru**.

Kako dobro pripravljeni se počutite?

Občutek imam, da sem malo bolj pripravljena kot na začetku lanskega leta. Problem prve tekme je, da nihče ne ve točno, kje je – vsaka prva tekma je malo posebna in drugačna kot potem preostale.

Boste v sezoni tekmovali samo v težavnosti?

Udeleževala se bom samo tekem v težavnosti. Že lani sva se s trenerjem odločila, da bom trenirala samo težavnost, ker sta treninga balvanskega in težavnostnega plezanja kar precej različna. Da bi lahko še večji napredek naredila v težavnosti, sva se odločila, da se bom posvetila samo tej disciplini. Mi bolj ustreza. Nikoli pa ne bom rekla, da ne bom več tekmovala v balvanih, saj mi jih je dobro plezati in kdaj jih tudi treniramo. V balvanih imam še veliko prostora za napredek, potrebovala bom nekaj več časa, da bom pripravljena.

Kakšna so pričakovanja, cilji?

Pričakovanja so večja kot lani na začetku sezone. Bom videla, kako mi bo šlo na prvi tekmi. Cilj je uvrstitev med prve tri, potem pa bi rada skozi celotno sezono ohranjala konstantno formo. Ne glede na vse moj pristop ostaja enak. Osredotočam se

na svoje plezanje, na proces in na to, da na vsaki tekmi pokažem svoj maksimum in ob tem uživam.

Kako gledate na lansko sezono, ki je bila vaša najuspešnejša doslej?

Lanski dosežki so me zelo presenetili. Nisem si predstavljala, da se bo zgodilo že tako hitro, da bom postala svetovna podprvkinja, a tisto tekmo se je res vse poklopilo. Prav tako tudi nisem pričakovala, da bom imela toliko uvrstitev v finale na tekmah svetovnega pokala. Lansko sezono sem nabrala ogromno izkušenj. Naučila sem se bolj obvladovati pritisk, vsako tekmo sem izkoristila kot priložnost za učenje in veliko odnesla tudi s tekem, kjer ni šlo vse po načrtih. Te izkušnje so mi dale največ in verjamem, da sem zaradi njih napredovala kot tekmovalka.

Konkurenca z Janjo Garbret na čelu je zelo močna. Je Janja tudi v težavnosti premagljiva?

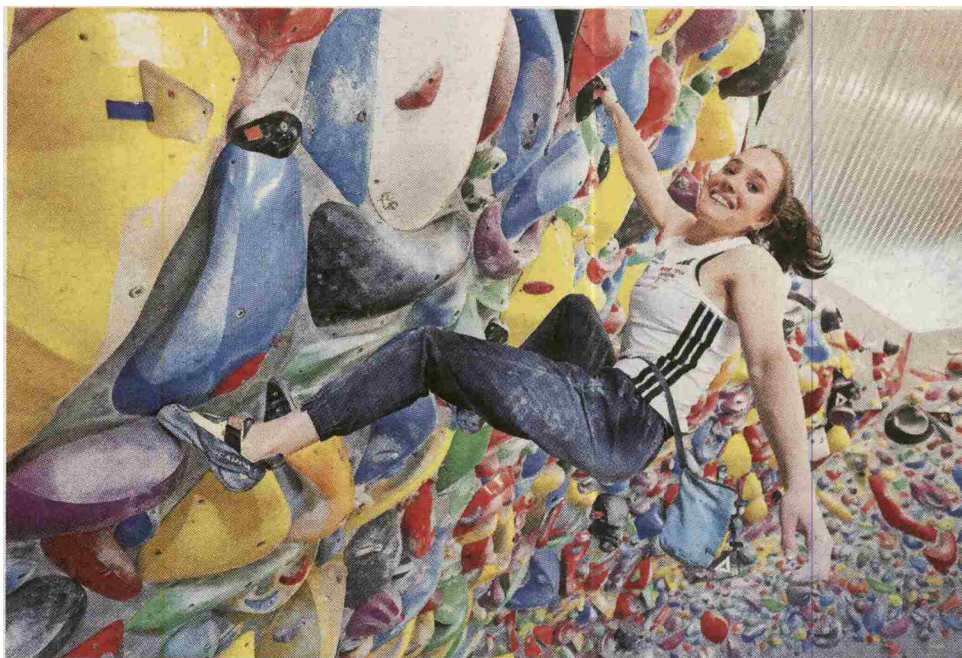
Janja je zelo močna, zelo dobro pleza tako balvane kot težavnost. Če že je premagljiva, je to zelo težko. Ona je že od majhnega moja vzornica, velika inspiracija.

Kako preživljate prosti čas?

Nekaj prostega časa imam, saj mi trening ne vzame celotnega dne. Se pa trenutno posvečam predvsem plezanju in zato bo tudi štu-

dij še počakal. Poleg treninga pa grem zelo rada v hribe, malo naokrog, rada pečem, kuham ... Prehrana me nasploh zelo zanima in morda bi v prihodnosti delala tudi kaj v tej smeri.

Rosa Rekar trenira pod budnim očesom Anžeta Štremflja. »Zdi se mi, da je start v sezono nekoliko težji. Ko enkrat dosežeš to, kar je Rosa lani, so pričakovanja zagotovo drugačna. Že ponoviti takšne rezultate bi bilo vrhunsko. Trenirala je dobro, tekme pa bodo dale najboljšo sliko,« je spregovoril o pričakovanjih. Dodal je še, da je v težavnosti dobro pripravljena še ena njegova varovanka, Mia Krampl, ki bo prav tako tekmovala na Kitajskem.



Rosa Rekar so lanski dosežki presenetili. Na začetku letošnje sezone pa ima občutek, da je še bolj pripravljena. / Foto: Tina Dokl



S trenerjem Anžetom Štremfljem iz kranjskega Plezalnega kluba FA uspešno sodelujeta že zadnjih nekaj let, pred tem je trenirala na Jesenicah pri Tjaši Kosič. / Foto: Tina Dokl