

Najsilnejšia vzpieračka sveta Ruska TATIANA KAŠIRINOVÁ má pred sebou ešte dva veľké ciele

Dvesto kíl a olympijské zlato

Popasovať sa s 50-kilovým vrecom cementu je fuška aj pre chlapa. Nie však pre Rusku Tatanu Kaširinovú. Najsilnejšia vzpieračka sveta totiž minúlu sobotu zdvihla nad hlavu takmer toľko, koľko vážia štyri veľké vrecia cementu – 193 kg. Experti o nej vravia, že bude prvá žena, ktorá prelomí 200-kilovú hranicu.

Pri pokusoch 23-ročnej Rusky na MS v Almaty kdekto zatajoval dych. V superťažkej kategórii nad 75 kg súkala jeden svetový rekord za druhým. V trhu predviedla dva (152 a 155 kg), pričom dovtedajšie vlastné maximum zlepšila o 4 kilá. V nadhode posunula už v druhom pokuse historicky najlepší výkon Číňanky Čou Lu-lu o jeden kilogram (193 kg) a na tretí ani nenastúpila. Nebol dôvod. V dvojboji prekonala svetový rekord dvakrát – najprv o šesť (340 kg) a potom dokonca o štrnásť kíl (348 kg)!

„Konečne môžem byť na seba naozaj hrdá. Zlaté medaily na MS a k nim ako bonus svetové rekordy – o tomto som vždy snívala,“ priznala 177 cm vysoká a 106 kíl vážiaca ruská bohatierka. „Úprimne: neprišla som si na šampionát iba po zlato, ale chcela som sa čo najviac priblížiť výkonom z tréningov. Som šťastná, že sa mi to podarilo.“

Kaširinová, ktorú už roky trénuje Vladimir Krasnov, zvíťazila pred Či-



Tatiana Kaširinová

FOTÓ POLSKA SZTANGA.PL/IWF

ňankou Meng Su-pching úplne suverénne: v dvojboji o 28, v trhu o 15 a v nadhode o 13 kíl! Jej dvojbojový súčet sa zapísal do histórie vzpierania ešte aj inak: naraz o 14 kg nezlepšil svetový rekord nijaký vzpierač na svete od roku 1998, keď IWF zaviedla súčasné hmotnostné kategórie.

Fanúšikov športu ohúrilo v minulosti prekonanie rôznych bariér: Banisterov prvý čas pod 4 minúty v behu na 1 míľu v roku 1954, Fraserovej prvá plavecká kraulová stovka pod 1 minútu o osem rokov neskôr, Coma-

neciovej prvá známka dokonalosti desiatka v gymnastických súťažiach OH 1976. V ženskom vzpieraní považujú za takúto hranicu 200 kg v nadhode. Kaširinovej chýba už „len“ sedem kíl...

„Patrí to k mojim cieľom,“ prezradila Ruska. „Na tréningu som zvládla už aj 195 kg, takže o dvojstovku sa budem určite usilovať.“

Juhokórejkanka Jang Mi Ran, bývalá svetová rekordérka a olympijská šampiónka v superťažkej kategórii z Pekingu 2008, Kaširinovej verí: „Ta-

SILÁČKIN DENNÝ REŽIM

Tatiana vstáva zvyčajne o 8.30, vzbápiť ide na prechádzku so svojím yorkshirským teriérom. Raňajkuje o 9.15 a o 11.00 už trénuje v posilovni. Potom nasleduje obed a oddych. O 17.00 sa začína druhá tréningová fáza, večerka okolo 20.30. Ešte sa chvíľku venuje svojim záľubám a medzi 22.00 a 23.00 sa ukladá na spánok.

tiana má na to, aby historickú hranicu prekonala. Aj Čou Lu-lu sa však k nej môže priblížiť.“

Kaširinová, rodáčka z Noginska neďaleko Moskvy, kde stále žije a trénuje, je obrovský talent. Mala len štrnásť, keď na ME 2005 do 17 rokov v Sofii získala v dvojboji bronz do 58 kg. O rok neskôr už bola juniorská majsterka Európy o dve kategórie vyššie – do 69 kg.

V osemnástich sa v Gojangu 2009 stala vicemajsterkou a v devätnástich v Antalyi 2010 majsterkou sveta v dvojboji v superťažkej kategórii nad 75 kg.

Titul z Almaty je Kaširinovej tretí, okrem toho je 5-násobná majsterka Európy a z OH v Londýne má striebro, keď iba o jediný kilogram prehrala s Čou Lu-lu. Práve olympijské zlato, jediné, ktoré v Tatianinej zbierke chýba, je pre ňu obrovská motivácia. „V Riu chcem vyhrať, nič iné ma nezaujíma,“ tvrdí Kaširinová. (gb)

Šéftrener Lukáč: Od mladíkov čakám ešte progres

Slovenská vzpieračská reprezentácia citeľne oslabená o zraneného Ondreja Kružela robila na MS v Almaty, čo mohla, padali osobné rekordy, no nádej na získanie troch miestieniek na OH 2016 v Riu de Janeiro sa jej vzdialila.

Tridsiate šieste miesto a 24-bodová strata v prvej časti kvalifikácie na poslednú (24.) „trojmiestenkovú“ pozíciu je dosť veľká, no nie nedostihnuteľná. To by však na budúcoročných MS v Houstone muselo našim vyjsť všetko nie na 100, ale aspoň na 110 percent. Z päťice nominovaných získali body v kvalifikácii traža – Matej Kováč jedenásť, Karol Samko päť a Radoslav Tatarčík jeden.

„Mafo a Rado, hoci majú len dvadsaťdva, premiéru na MS zvládli úspešne. Zlepšili si

osobné rekordy, bodovali. Na konci novembra ich ešte čakajú ME do 23 rokov v Limasole, kde nie sú bez šance na medailu. V oboch je obrovský potenciál, no zároveň je pred nimi ešte veľa roboty,“ zdôraznil šéftrener vzpieračskej reprezentácie Rudolf Lukáč. „Samko si síce v Almaty zlepšil osobné rekordy, no súťaž nedopadla podľa jeho predstáv. Chcel ešte viac. Táto trojica sa teraz v príprave zameria na zlepšenie techniky vo svojich slabších disciplínach. Ak to zvládne, očaká-

vam výraznejší progres v dvojboji bez potreby nárastu sily.“

MS nevyšli skúsenému Richardovi Tkáčovi, bronzovému na ME 2011. Tradičná opora reprezentácie, ktorá sa v Almaty po piatich rokoch vrátila zo sedemdesiatšedmičky do osemdesiatpäťky, nebodovala!

Rudolf Lukáč: „Rišo sa posledné dva týždne boril s chorobou, ktorá ho výrazne oslabil. Viem, že toto je jeho citlivá stránka, zaviedli sme preto rôzne opatrenia na zvýšenie imunity, no nestačilo to. Jeho výsledok je len dôsledok spomenutého stavu, hoci do poslednej chvíle som dúfal, že sa z toho dostane.“

Lukáš Kožienka doplatil na polročný vzpieračský výpadok (na ZOH v Soči štartoval

SLOVÁCI V ALMATY

- DO 85 kg: 21. Karol Samko 345 – osobný rekord (149+196/OR), 31. Richard Tkáč 330 (150+180).
- DO 105 kg: 15. Matej Kováč 377 – osobný rekord (168+209/OR), 25. Radoslav Tatarčík 362 – osobný rekord (173/OR+189/OR).
- NAD 105 kg: 27. Lukáš Kožienka 340 (150+190).

KVALIFIKÁCIA MUŽOV NA RIO 2016 – I. ČASŤ

6 MIESTENIEK: Čína 146, Kazachstan 139, KLR 139, Rusko 138, Bielorusko 121, Irán 119

5 MIESTENIEK: Egypt 118, Indonézia 105, Uzbekistan 102, Moldavsko 94, Bulharsko 85, Arménsko 81

4 MIESTENKY: Kolumbia a Poľsko po 69, Nemecko 63, Kórejská rep.

62, Thajsko 60, Španielsko 53
3 MIESTENKY: Albánsko 52, Francúzsko 50, Taiwan 47, Vietnam 46, Saudská Arábia 42, Maďarsko 41

Poznámka: Rozdelenie miestieniek je len predbežné, definitíva bude až po MS 2015.

v boboch) a tiež oneskorený začiatok prípravy na MS v dôsledku neplánovaného predĺženia vojenského výcviku pred nástupom do Dukly.

„Je húževnatý a verím, že na budúci rok to bude už znova Lukáš, ako ho poznáme z juniorských čias,“ dodal šéftrener. (gb)