

MOJIH PET MEDALJA U 2009 god.

Kada se završila glavna atletska sezona u 2008 godini, već sam počeo razmišlati kako da moje dve atletičarke Amela Terzić i Teodora Simović koje su ostvarile norme za Svetsko prvenstvo maldih juniora u Bressanone Italija i Olimpijski festival mladih Evrope u Tempereu Finska, dovedem do nivoa da trče finalne trke na ovim takmičenjima. Znao sam da ih već tada u kvalifikacijama očekuje za njih finale, s obzirom na takmičarke iz Etiopije, Kenije, Maroka, Velike Britanije, Rusije... državama koje imaju dugu tradiciju osvajanja medalja i kvalitetnih mladih atletičara. I ako su samo njih dve ispunile kriterijume za velika takmičenja, polagao sam nade i u svoju treću pulenku Azru Eminović da može ispuniti kriterijume za odlazak na Univerzijadu u Beogradu a pre svega na Evropsko prvenstvo mladjih seniorki u Kaunas Litvanija.

Azra Eminović – bronzana medalja na 10 km 33:47,0

disciplina	lični rekordi	pionirka 2002	pionirka 2003	ml. juniorka 2004	ml. juniorka 2005	st. juniorka 2006	st. juniorka 2007	ml. seniorka 2008	ml. seniorka 2009
800 m	2:10,88	2:14,63	2:11,35	2:11,08	2:11,57	2:10,88	-	-	-
1 500 m	4:15,77	4:22,92	4:22,83	4:21,85	4:15,77	4:16,20	4:34,76	4:30,19	4:28,03
2 000 m	6:07,63	-	-	-	6:07,63	-	-	-	-
3 000 m	9:17,90	9:28,85	9:22,77	9:17,90	9:22,02	9:21,43	9:49,30	9:43,0	9:40,76
5 000 m	16:00,92	-	-	-	16:05,38	-	-	-	16:00,92
10 000 m	33:47,0	-	-	-	-	-	-	-	33:47,0

Šema razvoja rezultata Azre Eminović

Azra Eminović je bila jedna veoma kvalitetna juniorka. Pobednik EYOF – a na 3 000 m i srebrna na 1 500 m, treća na Juniorskom prvenstvu Evrope u Kaunasu Litvanija, šesta na Svetskom prvenstvu Evrope za juniorke u Pekingu. Rekorder je po broju osvojenih balkanskih titula (13 zlatnih medalja).

Zadnje dve godine vidi se nagli pad razvoja Azre Eminović. Razloga je puno, ali osnovni je operacija urođenih čukljova, koštanih izraslina na peti obe noge. Posle dve Azrine operacije bilo je veoma teško planirati njen rezultat. Ali pre svega moje strpljenje, podrška, mojih kolega da je uopšte zadržim u Atletici, njena upornost okrenuli su situaciju u suprotnom smeru. Ja s obzirom da sam imao dve kvalitetne juniorke želeo sam da ispitam da li juniorski program kojih je trasirao Ivica Možek može biti primenjen i kod seniora. Tražio sam od tadašnjeg selektora Marka Ćosića, a kasnije i Dragiše Kuzmanovića da se Azra pripoji programu Terzićke i Simovićke odnosno da treniraju zajedno. Naišao sam na njihovo razumevanje, i ako je bilo od nekih ljudi. Zašto ona na Kopaoniku, Ulcinju, Sremskoj Mitrovici...??? Zimske pripreme smo sprovodili veoma dobro, i ako se ona često žalila na različite bolove, a imala je i povredu ramena.

Azra je 50 dana pre nastupa na ovim takmičenjima bila odsutna od kuće, pripreme su tekle od Kopaonika preko Sremske Mitrovice do Beograda. Ovo je za mene bio eksperiment kako će se sve ovo odraziti na rezultat i plasman na prvenstvu Evrope. Primetio sam da je ona posle ovih velikih pauza izgubila mnogo na brzini, eksplozivnosti i snazi. Bila mi je želja da bude u sistemu za velika takmičenja. Tako da sam joj i promenio disciplinu. Ona je spletom okolnosti ispunila normu na 10 km 34:43,80 u Čačku “prvenstvo Centralne Srbije”.

Azra je 50 dana pre nastupa na ovim takmičenjima bila odsutna od kuće, pripreme su tekle od Kopaonika preko Sremske Mitrovice do Beograda. Ovo je za mene bio eksperiment, kako će se program oko priprema za velika takmičenja uticati po sistemu kako rade Juniora. Rezultati su na kraju pokazali da je on primenljiv ili ga treba sprovoditi.

Azra je trčala 5 km – 16:00,90 i bila peta na Univerzijadi, ali kada je trebalo pogoditi pravu formu ona je u Kaunasu na 10 000 m – 33:47,0 bila treća i to je jedan od najvrednijih rezultata naše atletike. Posle Evropskog prvenstva u Kaunasu prestao sam da treniram Azru Eminović.

Simović Teodora 2 000 m steep l cez 6:47,43

Teodora Simović je čist proizvod selekcije u Novom Pazaru. Nju sam primetio na našim opštinskim krosevima. Kao veoma žilava devojčica, uporna, radna dobila je moju naklonost. Njena upornost, poslušnost, inteligencija a pre svega strpljenje, dovele su je da je odmah osetila čari pobe, medalja i svega lepog što atletika pruža.

Ona je 2008 god. odlično istrčala. 3 000 steep l cez – 10:30,69 i osvojila titulu prvaka Balkana. Opremio sam se da trči steep l cez iz jednog jedinog razloga a to je da kokurenciju na 1 500 m i 3 000 m smanjim. I to je bio pravi pogodak. Ona je već 2007 godine u mojoj glavi planirana za visok plasman na EYOF – u, tako da sam već tada od nje očekivao dobre rezultate.

Već dve godine ona je bila u juniorskom programu Ivice Možeke, i ako je tokom zimske pauze zbog povrede prvo zgloba a onda i pokosnice propustila kros sezonu. Ja sam se lično uplašio da li može otići na ova dva velika takmičenja: Svetsko prvenstvo u Bresanonu Italija i EYOF - u Tempere Finska.

Glavno takmičenje za Teodoru je bio EYOF, jer smo procenili da tamo može ući u borbu za medalju. Pripreme su bile naporne i ona je kao Azra bila 50 dana van kuće, skocentrisana na trening. Testovi na treningu nisu pokazivali njenu dobru pripremljenost. Ali sam bio ubedjen da će u Tempereu biti prva. Iz trke u trku bila je sve bolja. Na Svetskom prvenstvu u Bressanoneu Italija, izborila je finale, što je bio i naš glavni cilj. U finalu u žaru za što bolji plasman osvojila je 10 mesto. S obzirom da je posle Svetskog prvenstva odmah bio EYOF, temperature su bile velike, nekoliko dana boravili smo u

staroj bazi u Kragujevcu. Ona nam je dobro došla da na miru odradimo nekoliko bitnih treninga, malo se osveže i skupe nove motive posle praznjenja u Bressanoneu.

U Finskoj nas je dočekala temperature oko 20° C. Pravi uslovi za dobro trčanje. 20. Jula u finalu je bilo 14 takmičarki. Trka je krenula mirno. U trećem krugu video sam da Teodora dobro deluje, grupa je bila velika, skoro sve takmičarke. Teodora je napravila jaku promenu. Grupa se razbila, napravila je prednost od skoro 200 m. Međutim slabo preskakanje suvih prepona dovelo je do gubitka zlatne medalje u poslednjih 300 m. To je bila prva medalja reprezentacije Srbije u svim sportovima na EYOF – u, a srebro za Teodoru samo mali znak i putokaz da je na pravom putu da napravi dobru karijeru. Rezultat na 2 000 m – 6:47,32 je novi državni rekord. Zbog sticanja iskustva na prvenstvu Evrope za starije juniore u Novom Sadu trčala je 5 000 m – 16:58,89 i bila sedma sa ličnim rekordom.

disciplina	lični rekordi	pionirka 2007	pionirka 2008	ml. juniorka 2009
800 m	2:14,58	2:14,58	2:16,13	-
1 500 m	4:27,90	4:39,20	4:31,71	4:27,90
1 500 m steep l. cez	4:51,88	5:09,20	4:51,88	-
2 000 m steep l. cez	6:47,43	6:53,30	-	6:47,43
3 000 m steep l. cez	10:30,69	10:44,87	10:30,69	10:50,51
3 000 m	9:34,19	10:00,21	9:34,19	9:45,58
5 000 m	16:58,89	-	-	16:58,89

Šema razvoja rezultata Teodore Simović

Amela Terzić treća na Svetskom prvenstvu ml. juniora u Bressanonu Italija na 1 500 m, prva na 3 000 m i bronzana na 1 500 m na EYOF – u Tampare

Amela Terzić je rođena u Priboju na samoj granici sa Bosnom i Hercegovinom u selu Zabriljica. Za vreme ratnih sukoba njena porodica je izbegla u Nemačku. Tamo je završila prvih sedam razreda škole.

S obzirom da se u Nemačkoj poklanja velika pažnja fizičkom vaspitanju i sportu uopšte. A vrši se i selekcija. Ona je prošla kroz sve sportske igre (fudbal, košarka, odbojka...) ali je pokazala talenat za trčanje. Ona je to zavolela i takmičila se u različitim disciplinama.

Nakon sređivanja situacije u Srbiji, cela porodica se vraća u Priboj. Amela je natavila da trenira u AK "Priboj" kod Vlade Pirljanina, čuvenog trenera i putovala je dva puta nedeljno na treninge,

Te 2008 god. bile su Sandzačke igre u Goraždu. Pošto je Priboj nije nastupao na igrama Amelin otac Benjamin je tražio da Amela trči za Novi Pazar. Ekipu novog Pazara na igrama predvodi Ermin Ziljkić. Za to vreme ja sam se spremao sa Azrom Eminović na Kopaoniku za Svetsko prvenstvo za juniore u Peking. Tada je Amela trčala kao mlđa pionirka 400 m – 62", što me je zainteresovalo. S obzirom da je porodica iz vrlo poslovnih razloga želela da ide da živi u Bosnu, oni su se posle razgovora sa mnom odlučili da dodju u Novi Pazar.

Septembra 2006 god. Amela ulazi u moj trenažni proces. Ona je vrlo savesna, odgovornam, precizna, strpljiva... osoba.

disciplina	lični rekordi	pionirka 2006	pionirka 2007	st. pionirka 2008	ml. juniorka 2009
600 m	1:35,18	1:40,97	1:35,18	1:36,31	-
800 m	2:05,61	2:35,58	2:16,02	2:08,57	2:05,61
1 500 m	4:16,71	-	4:48,37	4:25,92	4:16,71
3 000 m	9:17,90	-	-	9:33,63	9:17,90

Šema razvoja rezultata Amele Terzić

Već Septembra 2008 god. započeo sam pripreme sa Amelom Terzić, gajio sam potajno nadu da može da osvoji medalje. Ponekad se snovi ostvaruju, ponekad se prognoze ispunjavaju. Čak i one koje se izreknu u šali, kad se izgovore kao pusta želja. Do 10 juna kada smo započeli završne pripreme na Kopaoniku, proliveno je bilo mnogo znoja po hladnom i toplom vremenu. Imao sam već proveren sistem rada sa Darkom Radomirovićem, Azrom Eminović, tip putem su krenuli Amela i Teodora. I Amela je bila preko 50 dana odsutna od kuće.

Prve kontrolne trke su ukazivale da smo na pravom putu. 3 000 m Senta 9:27,71, ali prvi signal da se može do finala na svetskom prvenstvu bilo je prvenstvo Srbije za starije juniore u Novom Sadu, gde je Amela istrčala 1 500 m – 4:18,35 što je bio treći rezultat u Svetu za mlađe juniorke, a prvi za njeno godište. Znao sam da je u Bressanonu čekaju dve Kenijke, Etiopljanke, Britanke, Marokanke, Ruskinje... finale je bila želja. Kvalifikacije su pokazale da je Amela bila spremna, hrabro su upustila u borbu, rutinski je bila druga sa 4:18,04. U finalnoj trci Kenijke i Etiopljanke su pokazale da rezultati sa kojima su došle za njih ne znače ništa. Fantastična trka, odlična završnica Amele. Osvojila je bronzanu medalju sa 4:16,71. San i želje su se ostvarile. Meni su se čak i noge oduzele. San moje trenerske karijere sa početka se ostvario. Ali ovo nije bio kraj?

Čekao nas je EYOF u Finskoj. Glavno takmičenje za Amelu u 2009. Posle medalje na Svetskom prvenstvu, ona je bila favorit. Prva trka na 3 000 m za Amelu u međunarodnoj konkurenciji. Strahovito brz početak ruskinje, samo je Amela držala i još

jača njena završnica, zadnjih 1 000 m je išla 3:00. Ubedljiva pobeda 9:17,90 je i novi record EYOF – a.

Sutra dan na 1 500 m u veoma jakoj konkurenciji osvojila je bronzanu medalju. Pobjedila je irkinja sa 4:13,80. Mislim da nismo imali dosta vremena za oporavak, da bi plasman bio bolji, a i rezultat pobjednice pokazuje koliko je bilo jako i teško doći do pobjedničkog postolja. Ovo je bila Amelina treća medalja sa velikih takmičenja u 2009 god.

Posle EYOF – a nastupila je na prvenstvu Evrope za starije juniore u Novom Sadu. I ako jedna od najmlađih takmičarki, rezultat koji ima dovodi je u red favorita za visok plasman.

Kvalifikacije na 1 500 m je rutinski odradila. U finalu je bila 9, i ako je imala peh jer su joj skinuli sprintericu.

Na 3 000 m sa 9:22,44 je bila peta i tu je imala peh “pad”,

Razlog zašto je nastupila je da steknu pre svega iskustvo, takmičenje je bilo kod nas, a kasnije analize su pokazale da su takmičarke starije po tri godine od nje, pravu formu tempirale za ovo takmičenje, tako da je osvojiti medalju bilo teško...

Ovo su mojih pet medalja sa velikih takmičenja u 2009 god. četiri evropke i jedna svetska sa tri različite atletičarke i u potpuno različitim disciplinama.

Šta smo dobili posle ovo dobrih rezultata.

Ništa

- Još više problema
- Naš grad nije poštovao rezultate, niko nije nagrađen
- Osim čestitke od generalnog sekretara AS “Srbije” Slobodana Brankovića, očekujemo i nagrade
- Sve je ostalo po starom

Međutim preko 100 čestitki iz celog sveta, pre svega od trenera iz Srbije, prijatelja daju nam motiv i volju za rad, da stipljenjem i velikim radom jednoga dana to naplatimo. Što reče moj prijatelj Boško Veljović “Ako Amela ne trči zlatnu ligu onda i nije uspela”!!!