

## Odbojkarice viškega Partizana v drugi ligi!

Odbojkarstvo sekcija Partizan Vič so ustanovili pred desetimi leti na pobudo maturantk viške gimnazije. Skupaj s svojo profesorico Boriko Kos-Graber so dekleta najprej dosegla lepe uvrstitve na srednješolskih tekmovanjih, nato pa so se na kvalifikacijah uvrstile v slovensko ligo. V teh letih igranja so se nizali uspehi in neuspehi. S trdim in neutrudnim ter borbenim delom so se viške odbojkarice v zadnjih treh letih prebile v sam vrh republiške lige in najvišje v ljubljanski ženski odbojki.

V letošnjem letu so se po končanem preventivnem delu tekmovanja odbojkarice Partizana Vič uvrstile na drugo mesto v slovenski odbojkarški ligi. Že nekaj tednov kasneje so se na zadnjih kvalifikacijah za vstop v drugo zvezno ligo Zahod, v Zvorniku pomerile z Bledom in Jedinostvom, obe vrsti premagale, se uvrstile v drugo ligo in tako po nekaj letih premora spet priborile ljubljani drugoligaško žensko odbojkarstvo.

Nedvomno so tako igralke kot njihov trener Igor Željznov in strokovno vodstvo s tem postavljeni pred odgovorno nalogo. Upravičiti zaupanje in pokazati, da uvrstitve v drugo zvezno ligo ni bila naključna, temveč sad dolgoletnega in plodnega dela.

Igralke Nika Hudoklin, Maja Hrvatina, Vesna Srdoč, Ana Velkavrh, Tanja Rozman, Ziva Oderlap, Metka Žitnik, Monika Novak, Nina Čosić, Neja Škofljek in Maja Skvarča so se torej s kvalifikacij v Zvorniku vrnile z drugoligaško uvrstitvijo. Nekaj teh igralke se je sedaj moralo umakniti v drugo vrsto, kajti Partizan Vič se je v prestopnem roku okreplil s nekaj odličnimi odbojkaricami iz drugih slovenskih klubov. Vsem ni največja želja, da bi vsaka le s svojo igro pripomogla k obstanku v drugi ligi, temveč le to, da bi jim to uvrstitev uspelo tudi obdržati.

Nedvomno je pred odbojkaricami Partizana v prihodnji prvenstveni sezoni težka naloga. Prvo tekmo bodo že 15. oktobra odigrale v Splitu, kjer se bodo pomerile s istoimensko vrsto. Prvo tekmo na domačem terenu v telovadnici Štu-



Naporni treningi se morajo nekega dne obrestovati. Odbojkarice viškega Partizana pa v en glas zatrjujejo spremenjen rek, da sreča spremlja hrabre v besedah »sreča spremlja tudi vztrajne«. (Foto: Lado Čuk)

dentskega naselja pa bodo imele proti vrsti Gradačca. Gotovo je, da so odbojkarice po skrbnih in napornih pripravah pred sezono dobro pripravljene. Seveda pa bodo predvsem na tekmah v Ljubljani potrebovale tudi pomoč občinstva.

»Trenutno si želimo, da bi ljubitelji športa in predvsem odbojke z naših tekem odhajali z dobrimi vtisi in se v telovadnico študentskega naselja vračali. Pri vsaki tekmi nam bodo v

veliko pomoč, hkrati pa v spodbudo, da je v Ljubljani nekdo, ki stoji za nami, spremlja našo igro, da so to naši someščani, zaradi katerih smo tudi dolžne ponesti po Jugoslaviji glas o dobri in predvsem o športni ljubljanski ženski odbojki,« zatrjujejo v en glas odbojkarice viškega Partizana, ki se bodo torej na prvi tekmi v Ljubljani pomerile proti Gradačcu 22. oktobra.

MOJCA LOVŠIN

### IZ PARTIZANA VIČ

## III. - Dakijev kolesarski maraton

11. 9. 1983 je kolesarska sekcija Partizan Vič že tretjič uspešno izpeljala Dakijev maraton. Kljub izredno slabemu vremenu se je maratona udeležilo 274 kolesarjev iz domala vseh koncev Slovenije. Prva sta na cilj prišla Andrej Šivec in Iztok Melanšek, ki sta progo dolgo 130 km prevozila v treh urah in 55 minutah. Najštevilnejša je bila ekipa Gorenje Velenje, ki je tudi prejela pokal za najmožnejšo udeležbo. Vsi kolesarji so prejeli kolajne, podeljenih pa je bilo tudi več kot 100 nagrad. Nagrade so prispevale razne delovne organizacije in posamezniki. Celo Mestno gle-



dališče ljubljansko je prispevalo dva abonmaja. Pohvaliti gre tudi izredno prizadevne člani PARTIZANOV: Velike Lašče, Sodražice, Nove vasi in Vrhnike, ki so ob progi delili čaj in organizirali redarsko službo. Svoje delo pri zavarovanju trase so odlično opravili člani narodne zaščite Škofljica, Iga in Podpeči. Vojaki VP 2050/22 so skrbeli za morebitne poškodbe kolesarjev, pomagale pa so tudi dekleta Mestne organizacije Rdečega križa. Radio zvezo med vozili so uspešno oddržali radioamaterji iz Vnanjih gor. Vojaki kasarne Notranjskega odreda so pripravili na Blokah imeniten golaž, ki je kolesarjem prijetno teknil. Za kolesa pa je skrbel Rogov mehanik Vinko. Na koncu so si bili vsi kolesarji edini, a je bil maraton imenitno organiziran in že navajili svojo udeležbo na IV. Dakijevem maratону.

PARTIZAN VIČ

## Aerobika v Partizanu Trnovo

Aerobiko bi lahko označili tudi kot obliko zabavnega pristopa k vadbi. Le v malokateri človekovi dejavnosti se dobi nekaj za nič vložena. To velja tudi za pridobivanje spretnosti in fizične kondicije. Samo z napornim delom pri vadbi bomo pridobili in ohranili vzdržljivost. Ni pa nobenega razloga, da bi bila vadba neprijetna, da bi postala mučenje zaradi prepričanja, da je treba nekaj storiti za zniževanje telesne teže, ohranitev zdravja in lepote.

Tudi z metodami, ki porodijo veselje, torej z zabavnim pristopom je možno doseči dovolj veliko intenzivnost in trajanje, da bi bil trening učinkovit. Ne zmore vsakdo dovolj odločnosti in volje, da bi se sam podal na plavanje ali tek. Veliko lažje in prijetneje je teči ali igrati v družbi. Športne igre pa so prav zaradi spremenljivih in dinamičnih situacij tako privlačne, kajti veselje nad rezultati ali samo dogajanjem premaga odpor do znoja in napora.

Prav na tem zabavnem pristopu je zastavljena tudi pri nas nova, vendar že vsem znana oblika rekreacije - aerobika. Silen hrup, ki spremlja njen prodor v naše življenje nas je moral opozoriti nanjo. Ni nekaj novega, razgibalne in gimnastične vaje, ki tvorijo njeno vsebino so že dolgo znane v telovadnicah, kjer se krepijo mišice in razvija sposobnost za estetsko usklajevanje gibov. Novo je, da potekajo vaje v ostrejšem tempu, kar spodbudi k delovanju tudi dihalca, srce in ožilje, ne le mišic in tako povzroča tudi aerobni učinek. Še bolj novo pa je, da poteka vsa dejavnost ob glasbi, ki vzbuja ugodje in

potegne vadečega s svojim prijetnim ritmom za seboj. In v tem je zabavni pristop, ki smo ga maloprej spoznali, ta je pritegnil predvsem žene in dekleta, čeprav je aerobika namenjena tudi moškim. Marsikatera je šele z aerobiko prvič stopila v dvorano ali telovadnico. Tako se je razgibala in oznojila, ter skozi gibanje občutila svoje telo. Vsaka vadbeni ura je zaradi tega prijetno doživetje.

Prav zaradi te privlačnosti, ki vabi v krog prijateljev športne rekreacije vse več ljudi, so se tudi v Partizanu Trnovo, na Ziberlovi 40 odločili, da bodo v svoj program vključili še tečaj aerobike. Pričeli se bodo v mesecu oktobru.

F. V.

## Rekreacijsko plavanje v centralnem kopalisku Tivoli

Podobno kot v preteklih letih komisija za rekreacijo pri ZTKO Ljubljana Vič-Rudnik tudi v sezoni 1983/84 organizira za občane redno vadbo v centralnem kopalisku Tivoli.

Rekreacijsko plavanje v sezoni 1983/84 se bo pričelo v ponedeljek, dne 14. novembra 1983 in bo potekalo vsak ponedeljek od 17.00 do 19.00 ure vse do ponedeljka 16. aprila 1984.

Stalne vstopnice po ceni 460,- din, ki so prenosljive. Občani Viča jih lahko dvignejo na ZTKO Ljubljana Vič-Rudnik, Trg MDB 14 - klet od ponedeljka, 3. oktobra 1983 dalje.

Predsedstvo komisije za rekreacijo  
JOŽE KOTNIK

## PLAVALNI KLUB LJUBLJANA

## Pričenja z akcijo plavanja za male šolarje

V plavalnem klubu Ljubljana so se odločili, da bodo z načrtno akcijo, ki bo trajala vse leto, naučili plavanja kar največ otrok iz osnovnih šol s širšega področja Kolesarje. V akcijo bi vključili učence prvih in drugih razredov naslednjih šol: Marjan Novak-Jovo - Vič-Bičevje, X. SNOUB Ljubljana - Trnovo, Oskar Kovačič, France Bevk, Majda Vrhovnik, Vrhovci in Prule.

Tritedenski plavalni tečaj, začetni in nadaljevalni bodo v hali Tivoli. Vsi, ki bodo uspešno opravili tečaj in bodo pokazali več nadarjenosti in zanimanja se bodo nato lahko vključili v redno vadbo pri PK Ljubljana.

O začetku posameznih tečajev bomo še poročali.

## Redna vadba v TVD Partizan Velike Lašče

Redna vadba se je pričela 20. septembra.

Vadba poteka po naslednjem urniku:

- ponedeljek	od 17. do 19. ure	- mali nogomet
- torek	od 18. do 19. ure	- vadba otrok od 4. do 7. leta
	od 19. do 20. ure	- kondicijski trening
- sreda	od 19. do 21. ure	- splošna rekreacija - ženske in moški
- četrtek	od 19. do 20. ure	- namizni tenis
	od 20. do 21. ure	- aerobika gimnastika (ženske - vadba se prične 20. oktobra)
- petek	od 16. do 18. ure	- mali nogomet
- sobota	od 17. do 18. ure	- »Na tekmu se dobimo«
- nedelja	od 9. do 11. ure	- kegljanje



## Končana plavalna sezona

Plavalna sezona v odprtih kopaliscih se je končala. Kopalisce na Kolesarji je bilo odprto od 15. maja do 12. septembra, torej skoraj štiri mesece. Izjemno dolgo vroče poletje, ki se je potegnulo še v septembrske dni je bilo kot nalašč za kopanje željne kopalce, pa tudi za klubsko blagajno. Na Kolesarji so v vsej sezoni prodali 39.771 vstopnic, h katerim pa je treba pri-

## Gozdni tek smučarjev tekačev

Na startu VI. teka smučarjev tekačev, ki ga že šesto leto zapored prireja smučarski klub Brdo, se je kljub slabemu vremenu zbralo 148 tekačev v vseh kategorijah. Pokrovitelj teka v naravi je bila KEMOFARMACIJA, ki je prispevala pokal ekipnemu zmagovalcu.

Na krajši, tri kilometre dolgi progi, je startalo 19 pionirk in 30 pionirjev. Najhitrejša pionirka je bila Kokalj Nataša - TSK Olimpija, med pionirji je pritekel prvi v cilj Rajko Novak - SK Kamnik.

Drugi start je bil namenjen ženskam, ki so tekle na osem kilometri progi. Na startu je bilo 21 tekmovalk v konkurencah: nad 30, pod 30 let, ter kategorizirane tekmovalke. Najhitrejša na tej progi je bila Kirstl Mojca - AK Olimpija. V mlajši kategoriji je slavila Marička Kovač iz Vrhnike, v starejši konkurenci pa je bila najhitrejša Darinka Erzetič - TVD Kranj.

Zadnji so startali moški pod 40 let starosti ter tisti, ki so že preživeli to starostno mejo. Na dvanajst kilometrov dolgi progi je teklo 76 tekačev - tekmovalcev v obeh kategorijah. V prvi skupini je bil najhitrejši lanskoletni zmagovalac Branko Kranjc iz Titovega Velenja, v drugi pa prav tako lanski zmagovalac Ivan Bertol. V tej skupini je teklo nekaj kategoriziranih tekmovalcev, ki se tekmovalno ukvarjajo z atletiko ali s tekomo na smučeh. Med njimi je slavil Mitja Beber - SK Brdo.

Najstarejša udeleženka letošnjega teka je bila Helena Žigon (55), najstarejši udeleženec Bogo Puc (55).

Tekmovalne proge so bile dobro označene, poleg tega so ob tekmovalni progi bili postavljeni še člani - mladinci Narodne zaščite, katero je uspešno organiziral Marko Podobnikar.

Na koncu bi se zahvalili delovni organizaciji KEMOFARMACIJI, ki nam je pripomogla pri izvedbi tradicionalnega teka.

Prilagam seznam rezultatov gozdnega teka in prosimo, da ga objavite zaradi udeležencev.

FRANCI ŠPACAPAN

### Rezultati (najboljših deset v svoji skupini)

Mlajše pionirke (3 km) 1. Urška Fačun (SK Logatec), 2. Mateja Gantar (SK Brdo), 3. Taja Kuhar (SK Brdo), 4. Maja Klavara (Bled), 5. Mojca Lenaršič (K Brdo), 6. Cvetka Perme (SK Brdo), 7. Darija Zimšek (SK Brdo), 8. Vesna Markoja (SK Brdo), 9. Nataša Krmel (SK Brdo), 10. Ksenija Prelec (SK Brdo).

Starejše pionirke (3 km): 1. Nataša Kokalj (TSK Olimpija), 2. Mateja Jeršin (TSK Olimpija), 3. Darija Sedaj (TSK Olimpija), 4. Andreja Jeršin (TSK Olimpija), 5. Marta Eržen (Hotedersčica), 6. Gaja Kobal (TSK Olimpija), 7. Mojca Gusenik (SK Logatec), 8. Alenka Gerlica (SK Brdo).

Mlajši pionirji (3 km): Blaž Filipič (Ljubljana), 2. Samo Krmelj (SK Brdo), 3. Marko Dolenc (SK Brdo), 4. Gregor Prezelj (SK Logatec), 5. Marko Leskovec (SK Logatec), 6. Jure Smole (SK Logatec), 7. Boris Zelenc (SK Logatec), 8. Marko Krmelj (SK Brdo), 9. Boštjan Lipovec (SK Brdo), 10. Matjaž Filipič (SK Brdo).

Starejši pionirji (3 km): 1. Rajko Novak (SK Kamnik), 2. Pavle Dornik (TVD Dol), 3. Rok Petermel (AK Olimpija), 4. Iztok Doljšak (SK Brdo), 5. Robi Smrajc (OS Brdo), 6. Uroš Suhadolc (SK Brdo), 7. Gašper Senk (OŠ Milan Mravljica), 8. Gašper Doljšak (SK Brdo), 9. Gašper Gantar (SK Brdo), 10. Robi Dolenc (KS Brdo).

Ženske do 30 let (8 km): 1. Marička Kovač (Vrhnika), 2. Silva Šimec (SK Brdo), 3. Simona Čerin (Klinični center), 4. Ana Knific (SD Color), 5. Milojka Cigale (SK Logatec), 6. Duša Strasser (SK Brdo), 7. Klementina Lukanovič (SD Strahovica), 8. Mojca Semrov (SK Logatec), 9. Mojca Fečur (SK Logatec), 10. Judita Sovan (SK Logatec).

Ženske nad 30 let (8 km): Darinka Erzetič (TVD Kranj), 2. Albona Gabrijan (SD Ježica), 3. Helena Žigon (SK Brdo), 4. Hilda Bregar (Emona), 5. Terezija Filipovič (RPD Dolga pot), 6. Martina Roje (RPD Dolga pot), 7. Zlata Švarc (TVD Narodni dom), 8. Polona Petermel (TVD Narodni dom), 9. Majda Hočvar (Avtomontaža).

Kategorizirane tekmovalke (8 km): 1. Maja Kirstl (AK Olimpija).

Moški do 40 let (12 km): 1. Branko Kranjc (Velenje), 2. Ivan Urh (KS Črna), 3. Stane Lamprečnik (SK Črna), 4. Fonzi Grad (Partizan Dol), 5. Janez Umek (SD Kokrica), 6. Franc Groznik (Partizan Vič), 7. Bojan Trojar (SD Strahovica), 8. Iztok Kordiš (SK Krplje), 9. Jože Krizman (Moste), 10. Janez Zupan (SD Strahovica).

Moški nad 40 let (12 km): 1. Ivan Bartol (SD Zadvor), 2. Brane Kušar (Podutik), 3. Stefan Kovač (Partizan Vič), 4. Radovan Riedl (Partizan Vič), 5. Bine Lenaršič (SK Brdo), 6. Aljaž Macarol (SK Brdo), 7. Jože Justin (Ljubljana), 8. Uroš Lampe (SK Ježica), 9. Milan Bahar (Partizan Sentvid), 10. Jože Štine (Novoteks).

Kategorizirani tekmovalci (12 km): 1. Mitja Beber (SK Brdo), 2. Janez Blazič (AK Domžale), 3. Peter Hajdinak (AK Domžale).

Ekipna uvrstitev: 1. SK Brdo, 2. SK Logatec

(Foto: D. H.)