

# IZ KRAJEVNIH SKUPNOSTI

## MOSTE

### ● Dedek Mraz med Partizanovimi malčki

Kakšno veselje, kakšna radost med cicibani in pionirji moščanskega Partizana! Prišel je namreč dedek Mraz. Kako strumno so pokazali cicibani, kaj znajo in kaj zmorejo. Njihove vaje in poskočni prevali so navdušili dedka Mraza, ki jim je nato razdelil sicer skromna darila, ki pa so prišla iz srca. Pohvalil jih je dedek Mraz ter jim položil na srce, naj bodo taki, kot so bili doslej ali pa še boljši. Celo televizija je posnela kratek izveček, ki je bil prikazan še isti večer na malih zaslonih.

M. M.

## ŠTEPANJSKO NASELJE



Naša KS je ena največjih v Sloveniji. Predlog o njeni samoupravni preobrazbi in razdelitvi je že v razpravi in že je slišati razne komentarje. O njih več kasneje.

HVASTIJA



Decembra je bila v avli OŠ Karla Destovnika-Kajuha letna konferenca zveze rezervnih vojaških starešin. Obravnavali in sprejeli so poročilo o delu organov konference v letu 1979 in delovni program za leto 1980. Po podelitvi priznanj in plaket najaktivnejšim članom ZRVS sta udeleženca jugoslovanske himalajske odprave na Mount Everest dr. Igor Tekavčič in Marjan Manfreda-Marjon pripovedovala in prikazovala diapozitive s te doslej najuspešnejše odprave, za katero so udeleženci prejeli tudi najvišjo jugoslovansko športno priznanje.

HVASTIJA

## ZALOG

### Delo KO ZRVS

Krajevna organizacija zveze rezervnih vojaških starešin Zalog je v okviru praznovanja dneva JLA organizirala skupaj z OŠ Adolfa Jakhla proslavo s kulturnim programom, ki so ga pripravili učenci, hkrati pa je ob tej priložnosti podelila najzaslužnejšim članom KO ZRVS plakete in priznanja.

Strelsko društvo Partizan Zalog pa je razglasilo rezultate ter podelilo pokale in diplome članom ZRVS, ki so tekmovali z zračno puško v počastitev 22. decembra, dneva JLA.

Člani KO ZRVS so potem imeli še letno konferenco ter sprejeli poročilo o delu za leto 1979 in načrt dela za leto 1980. Po končanem kulturnem programu, razglasitvi ter letni konferenci je bilo v prostorih KS Zalog tovariško srečanje.

V. S.

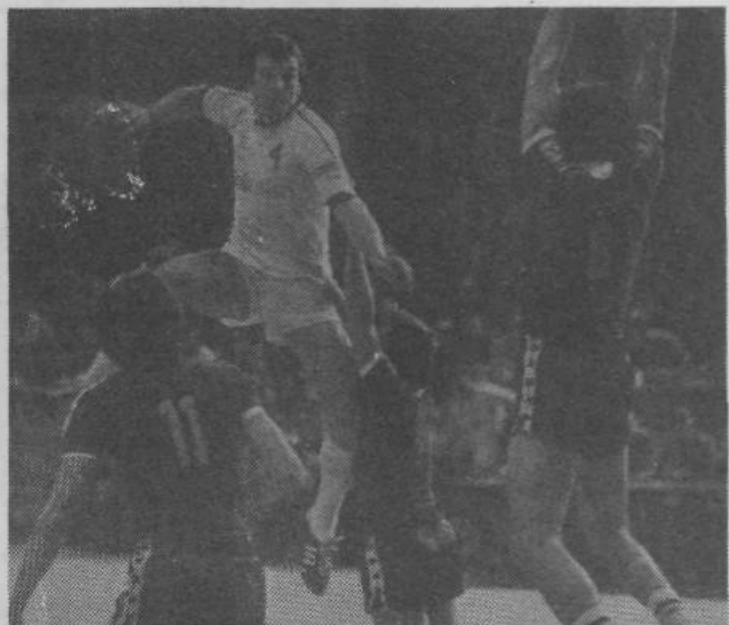
## TELESNA KULTURA ● ŠPORT ● REKREACIJA ● TELESNA KULTURA ● ŠPORT

### ● LETNA SKUPŠČINA ŠPORTNEGA DRUŠTVA SLAVIJA

## Razmahniti športno dejavnost

Število prebivalstva v vzhodnem delu naše občine hitro raste, zato je treba o razvoju telesne kulture na tem področju razmišljati že sedaj. Zaradi tega so na redni letni skupščini športnega društva Slavija sredi decembra v kulturnem domu na Vevčah razpravljali o tem, kaj bi bilo treba storiti v prihodnjih letih, še zlasti pa v letu 1980, da bi se v tem delu moščanske občine bolj razmahnili športne dejavnosti. Tako so sklenili, da bodo sedanjo atletske steze v športnem parku na Vevčah preuredili v 400 m dolgo kolesarsko stezo, ki bo prirejena tudi za mednarodne

tekme. Obenem načrtujejo gradnjo doma, v katerem naj bi imeli mlajši in starejši krajani možnost rekreacije. V njem naj bi bili telovadnica, trim kabinet ter igrišča za košarko, roket, nogomet, odbojko, tenis in steza za kegljanje. Tudi plavalnemu športu, ki je bil v letih 1960—1970 na Vevčah zelo priljubljen in množičen, bodo v prihodnje namenili več pozornosti. Krajevne skupnosti Vevče-Zg. Kašelj, Zadvor in Polje, predlagajo, da bi zaposlili poklicnega organizatorja športne rekreacije, s čimer se strinja tudi ZTKO Ljubljana Moste-Polje. D. J.



Vedno več takihle prizorov v športni dvorani na Kodeljevem privablja vedno več ljubiteljev rokometu, posebno tudi rokometnega kluba Kolinska-Slovan. (Foto: MARJAN CIGLIČ)

### ● 6. GIMNAZIJA MOSTE

## Strelsko tekmovanje

ŠSD Sloga na 6. gimnaziji Moste je v soboto, 22. decembra 1979 dopoldan, pripravilo strelsko tekmovanje. Prireditelj je potekala v počastitev dneva JLA.

Tekmovanje je bilo v šolski telovadnici. Udeležilo se ga je 18 ekip iz vseh razredov. Vsako ekipo je sestavljalo 5 članov (3 fantje in 2 dekleti). Rezultati najboljših so bili naslednji:

3.č — 254 točk, 4.a — 232 točk, 1.c — 216 točk, 4.č — 201 točk, 3.c — 161 točk.

Doseženi uspehi štejejo za šolsko tekmovanje za najboljši športni razred.

Tudi s tem tekmovanjem smo mladinci pokazali, da znamo ceniti izročila NOB in da smo se pripravljeno aktivno vključiti v SLO. MARKO PEČAUER

### ● REKREACIJA

## Hoja za vsakogar

Hoja je najpreprostejša, najdostopnejša, najcenejša in dokaj učinkovita telesna aktivnost, saj je strokovno ugotovljeno, da pri hoji deluje kar 45 velikih in malih mišic. Za hojo ne potrebujemo posebnega tehničnega znanja. »Dostopna« je vsakomur, ki je pripravljen napovedati boj pomanjkljivemu gibanju. Človek sodobnega načina življenja presedi poprečno 150.000 ur svojega življenja, kar znese nič manj kot 17 let.

Za hojo ne potrebujemo dragih športnih pripomočkov. Pomembno je le, da se oblečemo primerno letnemu času. Hodimo lahko sami ali v družbi, ki nam ustreza. Najbrž bi težko našli športno zvrst, ki lahko istočasno zaposli vse generacije skupaj. Med hojo lahko uspešno nadomestimo ves tisti čas, ko se zaradi prezaposlenosti ne moremo pogovoriti z družinskimi člani ali prijatelji.

Najbolj nam koristi hoja v naravi, kjer ni slabega zraka, pa čeprav se do tja pripeljemo z avtomobilom. Tempo, razdaljo in izbor terena si izbiramo glede na naše sposobnosti. Najboljši regulator tempa je dihanje. Težko dihanje in sopenje sta zanesljiva znaka, da moramo tempo zmanjšati. Hoditi moramo tako

hitro, da lahko še normalno dihamo skozi usta in nos. Upoštevati moramo tudi pravilo postopnosti, tako da prične mo počasi in pospešimo korak takrat, ko smo že ogreti.

In koliko naj prehodimo dnevno? Toliko, kolikor nam dovoljuje telesna pripravljenost, da se dobro počutimo. Morda le nasvet: če ste stari nad 20 let in ste se odločili za enodnevni izlet, naj bi prehodili 20 do 30 km na ravnem terenu. Vaša hitrost naj bi bila med 4—4,5 km na uro, kar naj bi trajalo 5—8 ur. To seveda velja za tiste, ki se s hojo že ukvarjajo. Sicer pa velja, da bi si morali vsaj dvakrat na teden vzeti čas za daljši sprehod, ki naj bi trajal 1—2 uri. BREDA FERINCEK



V varnih — nogah. (Foto: D. Jež)

### ● IRENA LAVRIČ

## Avtomobilistka lanskega leta

Naša občanka Irena Lavrič, članica AMD Moste, je bila v tradicionalni športni anketi Tanjuga izbrana za najboljšega jugoslovanskega avtomobilista v letu 1979. To pri nas doslej ni uspelo še nobeni ženski. Še zlasti zanimivo pa je, da bo Irena šele prihodnji mesec praznovala osemnajsti rojstni dan.

S kartingom se je pričela ukvarjati leta 1975, toda ne čisto po naključju, saj je tudi njen oče uspešen tekmovalac v tej športni panogi. Kot pravi, je oče ni nikoli spodbujal z besedami, marveč jo je vedno vzel s seboj na tekmovanja ali treninge. In nekega dne jo je zamikalo, da bi poskusila voziti. Tako se je začelo. Leta 1977 je prvokrat osvojila naslov jugoslovanske prvakinje med mladinci v kartingu, uspeh pa je ponovila tudi lani.

Vsa nasmejana nam je, sicer že nekaj dni po tem veseljem dogodku, ko je o njem že lahko kaj več razmislila, povedala:

Ne zdi se mi prav nič čudno, da je bila za najboljšega avtomobilista izbrana ženska. Nenavadno pa je to, da sem ta ženska jaz. Vsi me v teh dneh sprašujejo, če je kaj razlike med moškim in žensko pri vožnji. Jaz mislim, da je ni. Le to je: se bojiš ali ne. Moškim navadno pripisujejo več poguma.

Obiskujete tretji letnik tehnične srednje šole strojne smeri v Ljubljani. Kako na ta vaš uspeh gledajo sošolci in profesorji?

Fantje mi uspeh zavidajo, obenem pa mislijo, da je ta šport primeren le za moške. Tega gledanja sem sicer že navajena, saj je tudi poklic vodovodnega inštalaterja, za katerega sem se že izučila, neženski. Profesorji pa mislijo, da je šola prva in šele potem

šport. Obnašajo se tako, kot da se ni nič zgodilo, vendar mi s kakšno pripombo le dajo vedeti, da so o tem že slišali. Le profesorica matematike mi je čestitala k uspehu. To se mi je zdelo res lepo.

In načrti za prihodnost?



Irena Lavrič doma

Vsi mislijo, da bom začela tekmovali na rallyjih. Mene pa bolj zanimajo motorji. Imam namreč hondo, ki pa je prav sedaj pri mehaniku. Letošnje leto, ko bom pričela tekmovali med člani, bo zame zelo pomembno. Zdej bom šele videla, koliko res veljam in kakšno je moje mesto med tekmovalci v kartingu.

Besedilo in slika: D. J.

## Priznanje za Tatjano

Zveza telesnokulturnih organizacij Slovenije je na svoji redni skupščini podelila priznanja športnikom, ki so v letu 1979 osvojili medaljo na evropskih ali svetovnih prvenstvih.

Med dobitniki priznanj je bila tudi Tatjana Šušteršič iz Vlahovičeve v Ljubljani, ki je na evropskem prvenstvu paraplegikov v atletiki na Dunaju osvojila kar tri zlate medalje.

Tatjana je po poškodbi hrbtenice postala huje poškodovan invalid tetraplegik. Po poklicni rehabilitaciji se je začela aktivno ukvarjati z invalidskim športom. Udeležila se je skoraj vseh evropskih in tudi svetovnih tekmovanj ter osvajala medalje. V svojem destletnem tekmovalnem obdobju je zbrala prek 20 medalj, večina izmed njih pa je zlatih. Tatjanino vitrino krasijo še številna priznanja, medalje in pokali, osvojeni na republiških in državnih prvenstvih. Discipline, v katerih tekmuje so: hitrostna vožnja z vozičkom, slalom vožnja, met diska, met kija in met krogle. Paraplegiki se zavedajo, da

je za njihovo psihofizično kondicijo šport nadvse koristen, zato ga množično gojijo. V svojih vrstah imajo odlične



Tatjana Šušteršič

športnike, ki so že osvojili odličja na svetovnih in olimpijskih tekmovanjih. Društvo paraplegikov SRS jim pri tem pomaga, s tem da jim omogoča treninge in organizira tekmovanja.

JOŽE GLOBOKAR