

Tekmovanja

S cepini iz ledu v skalo

Jasna in Andrej Pečjak sta konec osemdesetih in na začetku devetdesetih začela plezati v zaledenelih slapovih, izdelovati in modificirati cepine ter navijati za fante (dekleta sprva še niso tekmovala) na naših prvih tekmah v lednem plezanju v Bohinju. Janez Jeglič - Johan je nekoč povabil Jasno, naj gre z njim na tekmo v Francijo. Potem je postal njen trener, Jasna pa odlična tekmovalka.

Jasna in Andrej sta s tekmovanji povezana ves čas, saj sta postala tudi njihova soorganizatorja, posledično pa sta tudi dva izmed pionirjev orodnega plezanja pri nas. Jasna pravi, da so začetki tega plezanja, predvsem tekmovalnega, povezani predvsem s podnebnimi spremembami in hitrim razvojem plezalne tehnike. Kako je s tem v alpinizmu, nam je pojasnil Dejan Miškovič, Aljaž Anderle, eden od naših prvih tekmovalcev v lednem plezanju in eden od avtorjev prvega plezališča za orodno plezanje v Podljubelju, pa je tovrstno plezanje izkoriščal predvsem kot trening – kaj pa plezalcem

Tina Di Batista na tekmi v Češnjici leta 2005
Foto: Branko Ivanek



preostane drugega, če so zime vedno krajše in mlačnejše, celo brez ledu!

Tekmovanja imajo pri razvoju orodnega plezanja zelo pomembno vlogo, saj so pospešila njegov razvoj, čeprav je razumljivo, da je bil vpliv vzajemen. Jasna in Andrej, Branko Ivanek - Branč, Dejan Koren - Deko, Vili Guček in nekateri plezalni ali alpinistični odseki ter klubi so že na začetku svoje cilje zastavili precej širokopotezno (in to upravičeno in uspešno) in organizirali tako državna kot mednarodna tekmovanja. Češnjica, Znojile, Ljubelj, Vipava, Zagorje ob Savi in Domžale so kraji, ki so do zdaj gostili ledne oz. orodne plezalce. Glede na to, da je bila prva tekma pri nas že leta 2005 in ker nas že od vsega začetka zastopajo izjemni plezalka in plezalci (brata Vukotič, Aljaž Anderle, Klemen Premrl, Primož Hostnik, Tanja Grmovšek, Janez Svoljšak, Maja Šuštar in drugi), upamo, da bo ta športna disciplina kmalu dobila večjo podporo, kot jo ima trenutno. Jasna Pečjak se dobro zaveda, da je orodno plezanje v več pogledih še vedno v povojih: "Reprezentanca je vsako leto imela nekaj skupnih treningov, sicer pa so tekmovalci trenirali sami. Pokojni Janez Svoljšak, nekoč naš najuspešnejši tekmovalac, si je sam organiziral treninge na domači stenici, na podlagi izkušenj s tekmovanjem in glede na različne konstrukcije pa je treningu dodajal specifične elemente, ki so mu omogočali dobre priprave in uspehe na tekmovanjih. Selektor reprezentance je zadnje leto Vili Guček, ki je za potencialne reprezentante pripravil bazični trening, skupni treningi pa se izvajajo na prvi umetni steni za orodno plezanje v Domžalah dvakrat tedensko. Mladih rekreativcev ni, saj plezanje z derezami in cepini/orodji ni primerno za najmlajše. Primerna starost je nad štirinajst let, kar pa pomeni obremenitev tudi za starše, saj so možnosti treninga le na redkih lokacijah, do koder mora vsak nekako priti sam – za starše to pomeni vožnjo otrok do plezališč."

In kaj pravi Jasna o lastnostih, ki so potrebne za dobrega plezalca z orodjem? "Dobra fizična pripravljenost (posledično višja težavnostna stopnja plezanja v skali zaradi gibanja in tehnike plezanja v previsih), na kar vpliva redni trening plezanja s cepini – zaradi

Jasna Pečjak: "Zadnja leta je organiziran skupni pokal Slovenije, Hrvaške in Srbije (SHS) z enim tekmovanjem v vsaki državi, in to na zelo različnih konstrukcijah: Ovčar Banja v Srbiji – naravna skala, Varaždin na Hrvaškem – dvorana, Domžale v Sloveniji – zunanja umetna namenska stena. Sezona tekmovanj je kar dolga, saj se začne novembra z državnimi prvenstvi, nadaljuje s kontinentalnimi pokali, od novega leta dalje pa na treh celinah poteka svetovni pokal. Vse skupaj traja štiri mesece, kar predstavlja precejšnje finančno in časovno obremenitev za šport, ki je premalo prepoznano in morda tudi premalo zanimivo za mladino."

drugačne obremenitve mišic in utrjevanja zapestij. Natančnost in občutek: s plezanjem z derezami, ko plezalec konice zabije v les, dobi občutek, s kakšno silo mora to narediti, da to vzdrži njegovo težo pri napredovanju, obenem pa, kako jih z manjšim naporom izpuliti iz lesa. Izredno pomemben je tudi trening natančne obremenitve cepinov na minimalni površini oprimka, pri čemer lege cepina kljub premikanju telesa ne sme spremeniti." ●

*Starostna meja za plezanje z orodji je pri otrocih približno 14 let.
Foto: Marta Krejan Čokl*



*Janez Svolfšak v smeri Saphira (M15-), Kolorado, ki trenutno velja za najzahtevnejši mešani vzpon v Ameriki. Januar 2017.
Foto: Sara Jaklič*

