

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

● MANJ DENARJA ZA TELESNO KULTURO

Več iznajdljivosti in delavnosti

Ker v tem srednjeročnem obdobju tudi telesni kulturi ne bo mogoče nameniti toliko denarja, kot bi ga sicer za svoj razvoj potrebovala, je treba poiskati druge poti za njen napredek. Zato so telesnokulturne skupnosti ljubljanskih občin in mesta napravile akcijski program o reševanju aktualnih problemov sedanjega položaja telesne kulture v našem mestu. O tem programu je pred časom razpravljalo tudi predsedstvo naše občinske konference SZDL.

Ugotovilo je, da je v preteklem srednjeročnem obdobju telesna kultura res zaživela kot množična dejavnost, saj so se razmahnile panoge kot balinanje, kegljanje in nogomet, ko so dostopne vsem občanom. Zgradili smo tudi nekaj novih telesnokulturnih objektov, nismo pa uspeli uresničiti zamisli o pokritem bazenu na Vevčah. Ne moremo pa biti zadovoljni s telesno vzgojo predšolskih in šolskih otrok ter

srednješolcev, ki poteka v društvenih Partizan. Neustrezno je tudi organiziran vrhunski šport, katerega interese bo treba v prihodnje približati interesom združenega dela.

Novi program naj bi zagotovil racionalno načrtovanje telesnokulturne dejavnosti, smotrno izrabo objektov, boljše organiziranost strokovnih in administrativnih služb in samoupravnih interesnih skupnosti ter povezova-

nje telesne kulture z drugimi dejavnostmi. Skratka, treba bo več iznajdljivosti, delavnosti in cennejših rešitev, saj se tu odpira še nešteto možnosti. Na primer: telovadnice v šolah niso dovolj zasledene, saj jih marsikje uporabljajo le šolski otroci v okviru rednega pouka. Dalo pa bi se to organizirati tudi drugače. V krajevnih skupnostih, bi na površinah, ki ne služijo nobenemu namenu, lahko uredili prostore za rekreacijo.

Namen tega programa je namreč tudi ta, da bi naj bolj zaživele telesnokulturne organizacije v krajevnih skupnostih pa ustanavljanje športnih društev v organizacijah združenega dela.

D. J.



Start tekmovalcev razreda C/125 ccm — seniorji (Foto: M. G.)

● AMD MOSTE

KARTING DIRKE

Avto-moto društvo Moste je 23. in 24. maja v Javnih skladiščih priredilo že devetnajsto mednarodno dirko v kartingu in deseto za nagrado mesta Ljubljana. Poleg tekmovalcev iz Slovenije (iz šestih društev) so se tekmovalnja udeležili tudi tekmovalci iz Avstrije, Češkoslovaške, Danske, Italije, Madžarske in Poljske. Na 1100 metrov dolgi progi se je pomerilo 56 tekmovalcev in tekmovalk. Značilnost dirke je bilo tekmovaljevanje v razredu C: tekmovalci so nastopili z motorji na vodno hlajenje (C₁) in na zračno hlajenje (C₂).

Rezultati republiškega prvenstva:

Nacionalni razred N/90 ccm: 1. Marjan Bržan, AMD Moste, 2. Sandi Jakopič, AMD Bled, 3. Igor Vošinek, AMD Piran; razred A/100 ccm — juniorji: 1. Aleš Pepel, AMD Šlander — Celje, 2. Roman Jerneje, AMD Moste, 3. Marko Mele, AMD Moste; razred C/125 ccm — seniorji: 1. Valter Smrdelj, AMD Moste, 2. Zdravko Trobec, AMD N. Gorica, 3. Mirko Živec, AMD Moste; razred C/125 ccm — seniorji: 1. Marjan Smrečnik, AMD Moste, 2. Mirko Živec, AMD Moste, 3. Marjan Jakelj, AMD Moste; razred A/100 ccm — seniorji: 1. Anton Rotar, AMD Moste, 2. Alojz Prek, AMD Šlander — Celje, 3. Jure Btenc, AMD Šlander — Celje;

Ekipa: 1. AMD Moste 136 točk, 2. AMD N. Gorica 90 točk, 3. AMD Šlander — Celje 84 točk, 4. AMP Ptuj 71 točk, 5. AMD Piran 63 točk in 6. AMD Bled 55 točk.

Rezultati ekipne mednarodne karting dirke za nagrado mesta Ljubljana:

Razred A/100 ccm: 1. Moser (Avstrija), 2. Haarsel (Danska), 3. Larsen (Danska)

Razred C/125 ccm: 1. Mirko Živec, 2. Dorian Majnarič, 3. Valter Smrdelj — vsi Jugoslavija

Razred C/125 ccm: 1. Sadlaž (ČSSR), 2. Volin (ČSSR), 3. Vierchovski (Poljska).

Tekmovalci so dva dni navduševali okoli 3.500 gledalcev.

Zmagovalci so dobili kolajne, drugi pa pokale in spominske plakete.

M. G.

● V MOSTAH, NA SELU IN V NOVIH FUŽINAH

● KEGLJANJE...

KS Moste, Selo in Nove Fužine so v sodelovanju s kegljaškim klubom Lokomotiva konec maja na kegljišču Maksa Perca priredile v počastitev skupnega krajevnega praznika kegljaški turnir za moške in ženske ter posameznike iz vseh treh KS.

Sodelovalo je 11 moških (4 x 100 lučjačev) in 5 ženskih (2 x 100 lučjačev) ekip.

Rezultati:

Moške ekipe: 1. Centralne delavnice — ŽG Ljubljana 1725 kegljev, 2. KS Selo 1661 kegljev, 3. Obrtniki I 1643 kegljev itn. Ženske ekipe: 1. Centralne delavnice — ŽG Ljubljana 749 kegljev, 2. Skupne službe — ŽG Ljubljana 738 kegljev, 3. Strokovna služba KS Moste 555 kegljev itn. Posamezniki I moški: 1. Franc Trstenjak — Centralne delavnice 456 kegljev, posameznice — ženske: 1. Helena Gregorin — Centralne delavnice 376 kegljev.

Zmagovalcem so bili podeljeni pokali in dipolome; vročil jim jih je predsednik skupščine KS Selo Albin Mahkovec.

Turnir je bil organiziran prvokrat z namenom, da se krajani in delavci tozgov boljše spoznajo med seboj in da pričnejo z organizirano rekreacijo v tej sportni panogi.

Glede na precejšnje zanimanje in splošno zadovoljstvo nastopajočih so se domenili, da bo odalej turnir vsako leto — tradicionalen.

KOMSIJA ZA TELESNO KULTURO V KS MOSTE IN SELU

● ...IN MALI NOGOMET

Vse tri KS in Elektro instalacije Rogič so 6. in 7. junija izvedle v počastitev skupnega krajevnega praznika I. poletni turnir v malem nogometu. Nastopilo je 38 ekip.

Zmagala je ekipa Cementni izdelki Šimic, ki je v finalu z 2:0 premagala ekipo Feromoto. Oba gola je dosegel Milan Novak, ki je bil tudi najboljši strelca turnirja.

Tretje mesto je osvojila ekipa Carioce, četrto pa ekipa 820. Za najboljšega igralca turnirja je bil proglašen Izidor Kosi iz ekipe Carioce, za vratarja pa Franc Jakopin iz ekipe Feromoto.

Ena najrazburljivejših tekem je bila med ekipo organizatorja Rogič in ekipo Feromoto. Zmagal je Feromoto z 2:1.

Organizacija turnirja je bila dobra in v splošno zadovoljstvo vseh nastopajočih.

F. M.

● VELESALOM OB DNEVU MLADOSTI

V tovariškem ozračju

Totra je bila konec maja organizatorica jubilejnega 30. tekmovanja smučarjev v veleslalomu na plazu pod Prisojnikom.

Sodelovale so ekipe Saturnusa, Žita, Tikija, Papirnice Vevče in Totre. Kljub slabemu vremenu se je na Vršču zbralo 54 tekmovalcev, ki so se še zadnjič v tej sezoni pomerili med seboj. Razdeljeni so bili v tri kategorije.

Rezultati:

I. kategorija — tekmovalci do 35 let: 1. Martin Kreč, Saturnus — 32,84; 2. Sašo Mirtič, Saturnus — 33,88 in 3. Jože Peternej, Žito — 34,73.

II. kategorija — tekmovalci od 35 do 45 let: 1. Edo Lampič, Saturnus — 32,40, 2. Roman Luštrek, Totra — 33,29 in 3. Sašo Kralj, Saturnus — 33,51.

III. kategorija — tekmovalci nad 45 let: 1. Ivan Bernik, Tiki — 33,45; 2. Franc Ažman, Žito — 33,97 in 3. Milan Berlič, Tiki — 38,54.

Ekipno je bila najboljša vrsta Saturnusa, ki je imela tudi največ prijavljenih tekmovalcev. Po razglasitvi rezultatov so bile za vse tekmovalce izžrebane praktične nagrade.

BORIS ZAJC

MALI NOGOMET V DOLSKEM

● Že tretjič je pri starejših zmagal Tabor...

V Dolskem se je končal III. majski turnir v malem nogometu. Že tretjič zapored je zmagala ekipa Tabora. V finalni tekmi je prepričljivo premagala Pink panterje s 5:1. Najboljši igralec tekme je bil Igor Maver, strelca treh golov pa Drago Hadler. Za Tabor sta bila strelca še Damjan Hadler in Baširovič, za Pink panterje pa Grden.

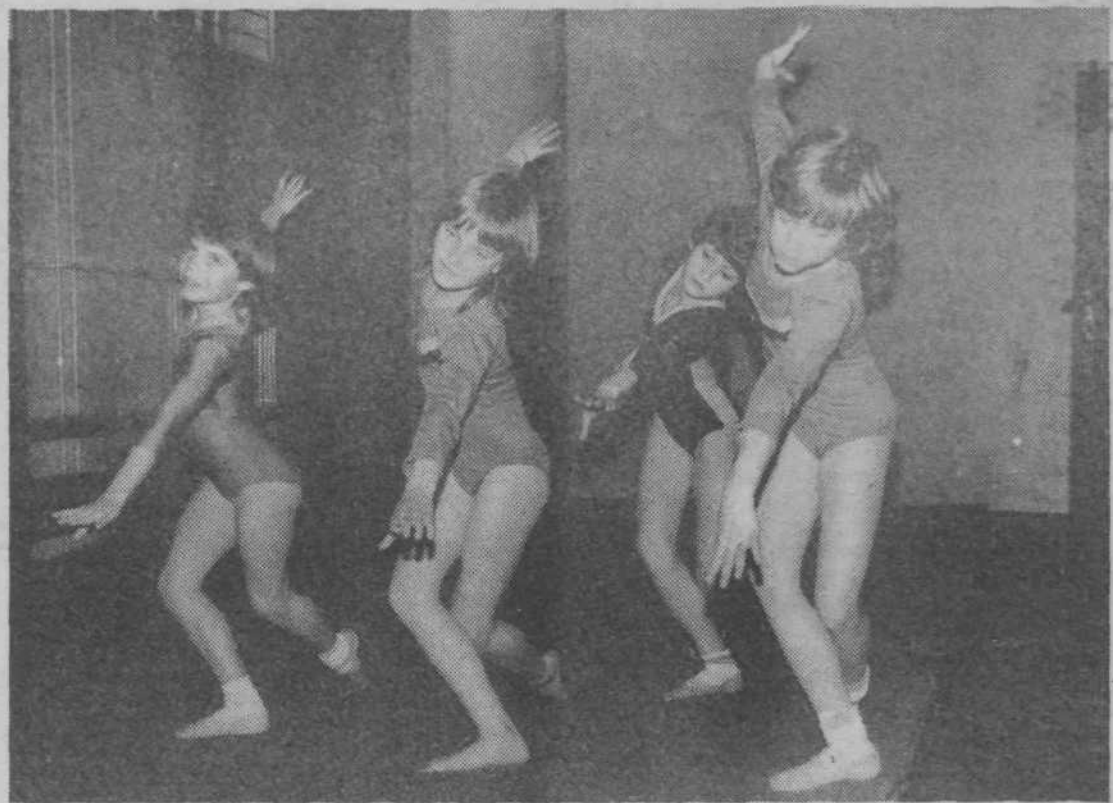
Najboljši strelca turnirja je bil Škafar (Partizan Dolsko) z 9 goli.

● ...pri pionirjih pa Partizan Dolsko

Konec maja pa je bil tudi pionirski turnir v malem nogometu. Sodelovale so ekipe Jevnica I, Jevnica II, Dol in Partizan Dolsko. Zasluženo so slavili pionirji Partizana Dolsko, ki so v finalu premagali ekipo Jevnica I z 2:1.

Najboljši igralec turnirja je bil Boris Kokalj, najboljši vratar pa Franček Zver.

IVAN ŠKAFAR



Telovadke III. selekcije pri vadbi prvin za obvezno vajo v parterju

● TELOVADKE TVD PARTIZAN ZELENA JAMA

Med najboljšimi v državi

Gimnastični strokovnjaki, ki obiščejo TVD Partizan Zelena jama, so presenečeni, ko vidijo, da telovadke, ki so v državi med najboljšimi, vadijo v tako skromnih in neprimernih razmerah. Čeprav osemnajst deklet nima možnosti za sodoben trening (manjka jim primerna dvorana in vrsta priprav), pa imajo voljo za trdo, vsakodnevno trurno vadbo, brez katere ni uspehov. Trenerji Jože Mavrič, Vida Mihelčič in Marjeta Kovač, vsi trije nekdanji telovadci, skrbijo za njihov telovadni razvoj in jim posredujejo svoje bogate izkušnje.

Telovadke iz TVD Partizana Zelena jama sodijo zadnjih petnajst let v vrh jugoslovanske gimnastike. Po poti Vide Mihelčič, Marije Težak in Majde Dokl, ki so bile od leta 1967 do 1975 članice državne reprezentance, grede zdaj štirinajstletna Nati Rogelj in petnajstletna Marija Žvab (na lanskoletnem državnem prvenstvu v Subotici sta si v konkurenci mladink delili prvo mesto, med mlajšimi mladinkami pa Marjeta Kovač in Barbara Miklič. Na letošnjem Šalamunovem memorialu, ki je bil maja meseca v Mariboru in na katerem so bile zbrane najboljše telovadke iz države, so Zelenojamčanke ponovno dokazale, da spadajo res med najboljše. Med mladinkami je bila Nati Rogelj prva, Barbara Miklič druga, Marija Žvab pa je med članicami zasedla drugo mesto. Zato trenerji mladih telovadk iz Zelene jame pričakujejo, da se bodo njihove varovanke na državnem prvenstvu v gimnastiki, ki bo od 19. do 21. tega meseca v Prilepu, dobro uvrstile.

TVD Partizan Zelena jama, ki je bil ustanovljen pred devetindvajsetimi leti, je center ženske

gimnastike v naši občini. V njem vzgajajo mlade telovadke, ki sodijo v drugo, tretjo in četrto selekcijo, to je dekleta, stara od 8 do 15 let, medtem ko za prvo selekcijo skrbijo v šolskih športnih društvih (ŠSD). V prvih desetih letih obstoja društva je v njem prevladovala moška telovadba, kasneje pa so se začeli kazati boljši rezultati pri ženskah in v občini so se dogovorili, da naj skrb za moške telovadke v prihodnje prevzame TVD Partizan Moste, v Zelene jame pa naj bi se posvetili le ženskam.

Toda telovadnica, ki je dolga 17 in široka 7 metrov, nikakor ne ustreza zahtevam sodobnega treninga. V njej ne morejo namestiti parternega podija, saj je le-ta širši od dvorane in meri v dolžino in širino 12 metrov. Tudi z zaletom za preskok, ki mora znašati 22 metrov, imajo težave, vendar si pomagajo tako, da odprejo vrata na hodnik. Vse orodje je treba vsakič na novo postaviti in ga potem seveda tudi pospraviti. Tudi garderobni prostor in sanitarije niso primerne.

Zdaj se v TVD Partizan Zelena jama ukvarjajo le z najboljšimi dekletimi iz naše občine v

športni gimnastiki, še ob šolskem polletju pa so imeli dvakrat na teden rekreacijo za predšolske otroke.

Ker pa SČTP zdaj pogosteje uporablja telovadnico kot doslej, to ni več mogoče. Tako predšolski otroci v tem delu naše občine nimajo več možnosti za rekreativno telovadbo. Nekoliko bolje je pri šolski mladini, saj na treh šolah v naši občini (Jože Moškrič, Vide Pregarc in Karel Destovnik-Kajuh) delujejo v okviru ŠSD tudi prve selekcije v gimnastiki. Navadno jih vodijo profesorice telovadbe, ki so bile včasih tudi same telovadke. Prav pa bi bilo, da bi gimnastika zaživela v vseh ŠSD, saj na ta način najlažje odkrivajo mlade, nadarjene telovadke. Prek leta je namreč v občini več izbirnih tekmovalj, ki se jih udeležijo vsa ŠSD. Najboljše telovadke potem priključijo vrsti, ki vadi v TVD Partizan Zelena jama.

Da bodo telovadke Zelene jame v prihodnje še ostale med prvimi v državi, hkrati pa dosegale boljša mesta tudi na svetovnih prireditvah, pa ni odvisno zgolj od njih in trenerjev. Treba jim bo zagotoviti tudi boljše možnosti za trening, saj smo se odločili, da sodi gimnastika v Ljubljani med prednostne športne panoge. Če bo referendum za III. samoprisepek uspel, potem bo to njihovo zadrego rešil prizidek, ki naj bi ga dodali OŠ Ketteja in Murna na Kodeljevem. V njem naj bi bila tudi gimnastična dvorana z vsemi sodobnimi pripomočki za vadbo. S tem bi se tudi povečala možnost rekreativne telovadbe, hkrati pa bi to dvorano uporabljali tudi OŠ in visoka šola za telesno kulturo.

Besedilo in slika: DARJA JUVAN

ZDRAVSTVO ● ZDRAVSTVO ● ZDRAVSTVO ● ZDRAVSTVO ● ZDRAVSTVO

Skrbimo za naše ustno zdravje

Dobro se počutimo med ljudmi, ki so polni veselja do življenja in dela. Zdrav nasmeh odpira vsa vrata in rešuje vse probleme. Vsakdanji vrh je od nas čvrsto zdravje vsega telesa, vseh njegovih organov.

Naša usta so pomemben del našega telesa. Zgodnja in spodnja čeljust, zobovje, obzobna tkiva, čeljustni sklep, mišice čeljusti in obraza tvorijo v živi povezavi z drugimi deli našega telesa harmonično skupnost žvekalnega organa. Žvekalni organ nam s svojim skladnim delovanjem omogoča grizenje in žvečenje, vpliva na dihanje, sodeluje pri tvorbi glasu, pri oblikovanju govora, pri smehu in joku ter še pri drugih izrazih našega zaznavanja, hotenja in razpoloženja. Oblika in delovanje žvekalnega organa daje našemu obrazu značilen izgled in poteze, svojskost naši osebnosti.

Zdravje tega organa izredno močno vpliva na telesno in duševno počutje vsakega od nas. Zdravo zobovje daje obrazu lepoto in privlačnost, navdaja nas s samozavestjo in odraža življenjsko silo, ki izžareva, zbuja zaupanje in prinaša življenjski uspeh.

Prizadetost tega organa, obolenja v ustni votlini, boleči, okvarjeni, manjkajoči zobje in drugi znaki zanemarjene skrbi povzročajo številne težave: bolečine, zadah, gnojna vnetja in oteklina, prebavne motnje, boleznih drugih organov, okvaro zdravja vsega organizma. Obraz dobi prizadet, nesproščen, odbijajoč, starikav izgled. Vse to vpliva tudi na splošno počutje, nas ovira pri delu in krni uspeh v življenju. Motnje v govoru lahko ogrozijo tudi naš poklic.

Redna in vztrajna skrb za zdravje tega organa se nam obrestuje z dobrim počutjem do pozne starosti. Vsak dan, po vsaki jedi smo v nevarnosti. Zato vsak dan, po vsaki jedi, zlasti pa po sladkih jedeh in pijačah skrbimo za čistoč ust in zob. Zobna krtačka, izpiranje ust, presna zelenjava, surovo sadje, primerno trdna hrana in čimmanj sladice — še posebno med glavnimi obroki — ter redni pregledi pri zobozdravniku nam varujejo in ohranjajo zdrav nasmeh.

ZDRAVSTVENI DOM LJUBLJANA ZOBOZDRAVSTVENO VARSTVO