

Liepāja

Liepāja sporto 2023





Visi notikumi vienkopus
kalendars.liēpaja.lv



Pasūtītājs: Liēpājas Sporta pārvalde.
Redaktore: Anda Pūce.
Dizains un makets: Nils Sēlietis.
Korektore: Skaidrīte Gertnere.
Izdevniecība: "Kurzemes Vārds".
Iespiests: tipogrāfijā "Ulma".
Autortiesības: © SIA "Kurzemes Vārds".

Kurzemes Vārds

Izdevumā izmantoti Ģirta Gertsona, Egona Ziverta, Toma Svīlāna, Agra Briča, izdevniecības "Kurzemes Vārds" arhīva, Liēpājas domes, sporta institūciju un sacensību organizatoru publicitātes attēli un foto no sportistu personīgajiem arhīviem.
Pasaules sporta notikumu foto – RED BULL CONTENT POOL; Joe Camporeale (USA TODAY SPORTS); Erik Kabik Photography (MPI/Capital Pictures); Matthieu Mirville (ZUMA Press Wire); Chine Nouvelle (SIPA); Eduardo Munoz Alvarez (AP Photo); David Gray (AFP); Dan Himbrechts (AUSTRALIA AND NEW ZEALAND OUT/EPA); Vladimir Pirogov (REUTERS); Alfredo Falcon (ZUMA Press); Federico Gambarini (DPA); Ezra Acayan (AP); Jussi Nukari (IMAGO); Johann Groder (AFP); Miłosz Kozakiewicz (ZUMA Press); Shane Healey (Pro Sports Images); Marijn De Keyzer (AFP); Philip Fong (AFP); Anna Szilagyi (EPA); Kimmo Brandt (EPA); Matt Slocum (AP Photo); Paul Kitagaki Jr. (ZUMA Press Wire).

Speciālizdevums
"Liēpāja SPORTO 2023"

Projektu atbalsta

Liēpāja

LIEPĀJA – GADA PAŠVALDĪBA SPORTĀ

“Liepāja! Uzvara!” – tā pēc Liepājas valstspilsētas domes priekšsēdētāja Gunāra Anšīņa aicinājuma vienbalsīgi trīsreiz sauca publika “Trīs zvaigžņu balvas” pasniegšanas ceremonijā, kur līdzās sportistiem, komandām, federācijām un notikumiem Liepāja tika sveikta kā “Gada pašvaldība sportā”.

Lai piedod Madona, Sigulda, Valmiera un Rīga, bet tām nebija nekādu cerību uzvarēt pilsētu, kurā dzimst vējš un lielas uzvaras! Iegūtā balva pamudināja palūkoties uz to, kas ļāvis Liepājai izaugt par īstu sporta pilsētu.

MECENĀTU GRŪDIENS UN BŪVES, KAS NENĀCA VIEGLI

Liepājas domes priekšsēdētāja vietnieks Salvīns Roga, kurš bija klāt balvas saņemšanas brīdī, piekrīt: “Es domāju, ka nešaubīgi Liepāja var sevi saukt par Latvijas sporta galvaspilsētu, vispirms jau sportisko un aktīvo liepājnieku dēļ. Sports jau nav tikai sporta skolas, kas strādā ar bērniem un jauniešiem, tie ir arī sporta notikumi un pasākumi, tas ir tautas sports un entuziasti, kas paši veido sporta dzīvi – turnīrus, iniciatīvas. Turklāt to nu jau ir tik daudz, ka visus nemaz nevaram atbalstīt.”

Savukārt Liepājas domes priekšsēdētājs G. Anšīņš uzsver, ka sporta infrastruktūras ziņā Liepāja ir vadošā Baltijā un tik daudzveidīgas iespējas ir reti kurai citai pilsētai. Lūgts atskatīties uz to, kā Liepāja izaugusi par sporta pilsētu, mērs saka: “Lai kā mēs uz to skatītos tagad, domāju, ka nozīmīgs atskaites punkts Liepājas kā sporta pilsētas izveides ceļā, ko mēs, iespējams, dažbrīd nenovērtējam, ir “Liepājas metalurga” devums. Tās ambīcijas uzcelt pilsētā ledushalli, kas būtībā ļāva veidoties hokeja tradīcijām, kādu iepriekš te nebija, bija ļoti nozīmīgs solis Liepājas sporta vēsturē. Un tas bija brīdī, kad uzņēmums jau bija investējis sporta infrastruktūras objektos un sakārtojis stadionus, kur trenējās futbolisti. “Liepājas metalurģ” atstāja nopietnu nospiedumu Liepājas sportā, jo uzturēja vairākas profesionālās komandas pilsētā, un šis noteikti ir unikāls mecenātisma piemērs valstī, kas bija pamatā tam, lai arī pašvaldība tālāk attīstītu sporta jomu.”

Viņš atceras, ka Liepājas Olimpiskā centra projekts savulaik pat pašvaldības deputātiem, nemaz nerunājot par iedzīvotājiem, likās “kā kosmos”, bija ļoti liela neticība gan būves mērogam, gan tam, kā sportisti sadzīvos vienā ēkā ar kultūras cienītājiem, bija debates, kā to nofinansēt, un tāpēc ļoti nozīmīgs bija politiskā ceļā iegūtais valsts atbalsts.

Kad vēlāk tapa vieglatlētikas manēža, atkal bija pārmetumi, ka tāda jau ir tepat Kuldīgā, bija diskusijas, kāpēc tā jāceļ tik tuvu olimpiskajam centram un vai vajadzīgs savienojums ar skolu. Tagad redzams, ka tas bija pareizais risinājums. Arī ar tenisa halli nemaz negāja tik vienkārši, jo nebija pārliecības par finansējumu. Nozīmīgs solis bija arī izveidotais Sporta veselības centrs. Tāpat

piepūšamā futbola halle tika uzcelta laikā, kad būvniecības izmaksas pamatīgi auga un pilsētai nācās atteikties no ambīcijām uzbūvēt pamatīgu sporta būvi, jo nebija arī valsts atbalsta. “Es pats biju skeptisks par šo risinājumu, jo tas likās tāds nepārliecinošs, tomēr tagad redzams, ka halle ir piepildīta ziemas sezonā, turklāt ne tikai ar bērniem, bet tur notiek arī profesionāļu spēles futbola virslīgai un izlasēm,” G. Anšīņš ar gandarījumu saka.

BĀZE BURU SPORTAM UN PLUDMALE ZEM JUMTA

“OC Liepāja” valdes loceklis Mārtiņš Grundmanis, kura vadībā tiek apsaimniekota pašvaldības sporta infrastruktūra, norāda: “Tā daudzveidība, ko Liepājā varam sportistiem piedāvāt, noteikti ir mūsu galvenā priekšrocība.” Taču galvenais izaicinājums tagad ir esošās sporta būves uzturēt un attīstīt, ejot līdzīti laikam. “Vienmēr var kaut ko uzlabot, pielikt klāt, lai būtu vēl labāk,” viņš saka.

“Protams, daudzi priecātos par sporta veidu dažādošanu pilsētā, par vēl kādu jaunu sporta bāzi, piemēram, pludmales sports tagad ir pieprasīts,” M. Grundmanis paraksturo pieprasījumu attiecībā uz sporta infrastruktūru. Tāpat pērn paveiktais ar seguma nomaīņu un apgaismojuma sakārtošanu stadionā “Daugava” tagad būtu jāturpina, uzlabojot inventāru vieglatlētiem. Kas attīstības projektos būs dienas kārtībā šogad, vēl līdz galam nav skaidrs, jo budžeta situācija ir saspringta un grūti pateikt, ko izdosies realizēt, tomēr ideju “OC Liepāja” ir daudz.

“Mēs izjūtam aizvien lielāku sabiedrības spiedienu attiecībā uz kvalitatīviem brīvprātīgo sporta laukumiem, tādiem vajadzētu būt katrā mikrorajonā. Skaidrs, ka ar vienu minipiču Jūrmalas parkā nepietiks, jo vecāki ar bērniem grib iziet uzspēlēt futbolu arī citur. Vēl gribētos sporta bāzi pludmales volejbolam un tenisam, jo Liepājā ir izveidojusies liela šo sporta veidu kopiena. Nesezonā mums ir tikai viens smilšu laukums manēžā, ar to nepietiek, tāpēc liepājnieki brauc uz Lietuvu vai Rīgu. Redzu, ka tādai bāzei būtu jātop, jāautājums, vai pašvaldības finansētai vai kā privātai iniciatīvai, vai partnerībā,” par to, kā Liepājai vēl trūkst, savukārt saka S. Roga.

G. Anšīņš, lūgts minēt kādu ambiciozu sporta sapni, saka, ka priecātos, ja izdotos izveidot sporta bāzi burātājiem, jahtsmenjiem

un tiem ekstrēmo sporta veidu pārstāvjiem, kas sporto uz ūdeņiem. Viņaprāt, šāda sporta infrastruktūra Liepājai ļoti pietāvētu, bet tas “droši vien ir nākamais etaps, kad mēs būsim gatavāki”.

LAI KATRS BĒRNS ATRASTU SEVI SPORTĀ

Jautāts par izaicinājumiem, ar kuriem viņš pats saskaras, strādājot pašvaldībā tieši ar sporta nozari, vicemērs saka: “Mums jānotur augstā kvalitātes līnija, ko paši sev esam izvirzījuši. Nozīmīga ir treneru tēma, jo tieši treneri ir izšķirošais elements bērnu un jauniešu sportā, tāpēc ir ļoti svarīgi, lai treneri būtu attīstīties gribīgi, lai māca dzīves gudrības, ir psihologi un motivētāji, māca mīlēt sportu un dzīvi.

Mēs esam uzsākuši darbu, lai bērnus vēl vairāk iesaistītu sportā, tāpēc vairāk vajadzīgi arī treneri, kas būtu gatavi strādāt ar vispārējo fizisko attīstību jau agrīnā vecumā. Kā tagad mums ir peldēšanas nodarbības skolās, varētu būt arī slidošana, citi sporta veidi, kas attīsta pamatprasmes. Tas palīdzētu bērniem attīstīties un augt veselīgiem un kustīgiem. Uz to būtu jāiet tieši sasaistē ar vispārīglokojošām skolām. Mērķis ir iesaistīt pēc iespējas vairāk bērnu, lai vēlāk viņi var izvēlēties gan sporta skolu, gan interese izglītību un mainīt šo viegli.” G. Anšīņš vēl norāda, ka būtu jāpārdomā, vai bērnam, sākot sportot, vajadzētu tik strikti specializēties konkrētā sporta veidā, lai gan ir speciālisti, kas šo teoriju stingri atbalsta.

Savukārt populārākajos sporta viedos, pēc S. Rogas domām, būtu jānodrošina pilna piramīda – no bērnu grupām līdz profesionālām komandām, un rūpju netrūkst arī šajā nebūt ne vieglajā procesā.

Mērs piebilst: “Būtiskākais ir tas, ka mēs nevaram šajā darbā šķirt valsti no pašvaldības, mums kopā ir jāsaprot, ko Latvijā darām sporta nozarē. Neesam tik bagāti, lai visās jomās panāktu izcilību, tāpēc jāizvirza prioritātes. Diskusijās ar Izglītības un zinātnes ministriju, kurai tagad uzticēta sporta finansēšanas reorganizācija Latvijā, esam panākuši progresu, tālāk jau jāiesaistās profesionāļiem, bet esmu pārliecināts, ka pārstrukturizācija būs.” Tad, kad šis jautājums būs sakārtots attiecībā uz bērniem un jauniešiem, kļūšot arī skaidrāks, kas notiek ar profesionālajām komandām augstākajā līmenī un pašvaldības iesaisti to atbalstā.



Liepājas domes priekšsēdētāja vietnieks Salvīns Roga (no kreisās) un mērs Gunārs Anšīņš lepojas ar Liepājai piešķirto “Trīs zvaigžņu balvu” kā gada labākajai pašvaldībai sportā.

TOS, KURI IEKUSTĒJUŠIES – NEAPSTĀDINĀT!

G. Anšīņš teic, ka Liepājas pašvaldības galvenās rūpes tomēr ir saistītas ar iespēju nodrošināšanu sportot liepājniekiem pašiem. Kustīgs un veselīgs liepājnieks ir galvenā prioritāte, turklāt sabiedrības kopējā veselība noteikti dod arī ekonomisku labumu pilsētai un valstij. Viņš izceļ vērienīgo, pašvaldības īstenoto projektu “Vesels. Aktīvs. Laimīgs”, kura laikā ar Eiropas Savienības atbalstu pilsētā notika daudz sportisku aktivitāšu. “Man šķiet, ka tagad ikvienam redzams, ka liepājnieki aktīvi sporto un tas notiek ļoti daudzveidīgi,” mērs saka. Viņam gandarījums, ka pilsētas ielās ikdienā var sastapt skrējējus, vingrotājus, kas izkustoties noteikti ir laimīgi, var redzēt jauniešus, kas ar sporta somām plecos dodas uz treniņiem, arī velosipēdistiem ir savi izaicinājumi, tāpat starp profesionāļiem skaļi skan Liepājas vārds.

Liepājas domes Vides, veselības un sabiedrības līdzdalības daļas vadītāja Elīna Tolmačova stāsta, ka projekts, kas rosināja liepājniekus būt aktīviem, skaidri parādījis – interese par šāda veida piedāvājumu ir, jo mikrorajonos uz vingrošanu pie treneriem vidēji sapulcējās 15–20 cilvēku grupas, kas ir arī optimāls skaits. “Mūsu galvenā doma bija cilvēkiem dot impulsu kustēties, un tas tiešām ir izdevies. Vislabākais piemērs laikam ir senioru grupa, kas projektā strādāja kopā ar treneri Daci Dieviņu un Kristīnu Petermani. Tagad, cik zinu, viņi turpina treniņus, bet nu jau par savu naudu. Un līdzīgi ir ar citām auditorijām. Nav tā, ka cilvēkus interesē tikai bezmaksas iespējas, daudzi izveido paradumu un turpina būt aktīvi, kas arī ir lielākais ieguvums,” viņa saka.

Vēl kāda iecere, kas atšķir Liepāju no citām pašvaldībām, ir pašiem sporta klase vispārīglokojošajā skolā. Piemērs, kā spor-

tam kļūt par nozīmīgu izglītības komponenti. Sporta attīstības biedrības “Spurts” līderis un sporta klases izveides iniciators, treneris Maksims Bogdanovs uzsver, ka negrib, lai šo klasi sauc par projektu. “Projektam ir sākums un beigas, bet mūsu mērķis ir ambiciozāks, jo gribam radīt sporta kultūru pilsētā, sabalansējot to ar izglītību,” viņš skaidro. Maksima sapnis ir atsevišķa skola sportistiem, kādas ir skandināviem, tāpēc viņš kopā ar domubiedriem nedomā apstāties pie tā, kas uzsāks Liepājas Raiņa vidusskolā, bet virzīties uz priekšu – pamazām, bet noteikti. “Mums ir lieliska sporta infrastruktūra, labas sporta tradīcijas un visi apstākļi, lai būtu līmenī,” treneris saka, piebilstot, ka tikpat būtiski ir arī tas, ka pilsētas vadītāji par šo ideju nav jāpārliecina, ka viņiem ir izpratne, cik būtiski pilsētai ir šādu sporta kultūru veidot.

NEPAZAUDĒT AMBĪCIJAS BŪT VISLABĀKAJIEM

G. Anšīņš piebilst, ka oficiālajās sarunās un neformālajās tikšanās reizēs labi redzams, ka Liepāja tiek uztverta kā nopietns partneris visaugstākajā līmenī, ko apliecina arī tas, ka pie mums regulāri notiek dažādu sporta veidu nacionālā izlašu treniņnometnes un vērienīgas starptautiskas sacensības. Jā, tās saņem arī pašvaldības atbalstu, un budžetā šiem mērķiem rezervēts ne mazums līdzekļu, bet tāda ir pieredze visā pasaulē un tas ir veids, kā atvilināt uz Liepāju pēc iespējas vairāk ļaunu, nodrošinot arī darbu vietējiem uzņēmējiem.

Vai pārējās jomas Liepājā tiek sportistiem līdzīgi? S. Roga uzsver: “Mēs priecājamies, ka sporta pasākumi atved uz Liepāju viesus, īpaši klusajā sezonā. Pamatā viesmīlības nozare spēj apkalpot šo pieprasījumu, un tirgus jau visvairāk sakārto, jo tur, kur trūkst, piedāvājums uzrodas, reaģējot uzņēmējiem. Protams, ir īpaši notikumi, kā rallijs vai citi

starptautiskie pasākumi, kad ir saspringtāk, bet pakāpeniski viss sakārtojas. Ceram uz iespēju nākotnē sarīkot Jaunatnes olimpiādi, un tas noteikti būs izaicinājums, bet nevaram pieprasīt uzbūvēt jaunu viesnīcu, turklāt tādas jau pamazām arī parādās. Līdz ar to redzam, ka viss dabīgi noregulējas un kopumā ar servisu nav milzīgu problēmu, ir daudzveidīgs piedāvājums gan cenu ziņā, gan daudzveidībā.”

Latvijas Olimpiskās komitejas prezidents Jānis Buks atzīst, ka ir mazliet neobjektīvs pret Liepāju, jo pats pa pusei ir liepājnieks, taču Liepājas pašvaldība vienmēr ir bijusi labs partneris sporta jomā. “Man ir ļoti pozitīva pieredze jau kopš Volejbola federācijas laikiem, tāpēc Liepājā notiek gan klasiskā volejbola Zelta līgas spēles, te katru gadu ir arī pludmales volejbola čempionāta posms. Ir viegli strādāt, jo pašvaldība ir atsaucīga un pretimnākoša, vienmēr meklē iespējas, kā varam kopā izdarīt. Arī tagad, kad ar LOK runājam par gatavošanos Parīzes olimpiskajām spēlēm un mums ir plānotas aktivitātes reģionos, noteikti skatāmiem Liepājas virzienā, jo šī pilsēta ir tālu priekšā citām izpratnē par sporta nozīmi sabiedrības attīstībā. Valmieras un Liepājas olimpiskie centri ir paraugs šādu centru attīstībai,” viņš saka. Viens no Liepājas ambiciozajiem plāniem ir sarīkot 2029. gadā Jaunatnes olimpiādi, un J. Buks tic, ka tas arī izdosies, jo pašvaldībai ir skaidrs redzējums par attīstību ilgtermiņā. “Pašvaldības vadības izpratne, Sporta pārvaldes pārdomāts darbs, uzņēmēju reakcija, veidojot savus piedāvājumus, vides uzlabošana, kas paralēli visu laiku notiek, ir faktori, kas nosaka tādu labu, pārdomātu attīstību,” saka LOK prezidents. Viņš Liepājai novēl nezaudēt tās ambīcijas, kas tai ir, un virzīties uz priekšu, lai kļūtu par otro pilsētu Latvijā.



No 2. līdz 9. jūlijam Liepājas tenisa kortos Jūrmalas parkā norisinājās starptautiskais profesionālais tenisa turnīrs sievietēm "Liepāja Open", kas ir Starptautiskās tenisa federācijas (ITF) "World Tennis Tour W60" kategorijas turnīrs ar 60 000 ASV dolāru balvu fondu. Uzvarētāju vidū šoreiz Liepājas pārstāvju nebija, tomēr mēs ticam un ceram, ka tieši no mūsu pilsētas reiz nāks kāda sportiste, kas sevi apliecinās ne mazāk izcili kā mūsu talantīgā Anastasija Sevastova.

Liepājniekiem patīk lepoties un teikt, ka pilsēta iedvesmo lieliem sasniegumiem, un nu varam sacīt, ka arī mūsu basketbolistu lieliskais starts pasaules čempionātā dzima tieši Liepājā, jo izlase te uzsāka sagatavošanās ciklu un pārbaudes spēlē tikās ar Zviedrijas valstsvienību. Liepājnieks Kristaps Porziņģis diemžēl palika uz soliņa traumas dēļ, bet izlase ar 87:77 pieveica zviedrus. Rolands Šmits sameta 17 punktus, Artūrs Strautiņš pievienoja 14. Tālāk jau Lukas Banki vadītie puīši nebija vairs apturami, un Latvijas starts čempionātā priecēja līdzjutēju pulkus.



Naktis visu dara neparastāku, arī sportu. Tāpēc tādas tradīcijas kā "Orientēšanās nakts" un "Nakts velobums" septembrī ir liepājnieku iecienītas. Šoreiz tās norisinājās Eiropas Sporta nedēļas laikā un reizē bija arī kā velo sezonas noslēgums.



Jāņa Čakstes laukums Liepājas centrā pērn divreiz pārtapa par virtuālu brīvdabas sporta arēnu, jo tieši tur pie lielajiem ekrāniem pulcējās liepājnieki, lai kopā skatītos vispirms pavasarī Latvijas hokeja izlases spēles pasaules hokeja čempionātā un vēlāk rudenī – basketbola valstsvienības mačus pasaules kausā. Prieks par katriem gūtajiem vārtiem, bēdas par katru neiemesto grozu, bet visam pāri milzu lepnums par mazās Latvijas vīriem, kas līdzvērtīgi ar citiem cīnās pasaules elitē. Īsta vitamīnu deva mūsu patriotismam!



"Fight Night Liepāja" jau trešo reizi pulcēja labākos bokserus, kikbokserus un MMA cīņas pārstāvjus no visas Baltijas un citām valstīm. Pasākums tiek organizēts kā milzu šovs, ar gaismām, sportistu iznācieniem, mūziku un skatītājiem pie galdiņiem, un tas ikreiz raisa lielu publikas interesi.



Rogainings ir komandu sporta pasākums, kurā komandām noteiktā laika posmā jāatrod pēc iespējas vairāk kontrolpunktu ar lielāku vērtību, un šī neparastā orientēšanās pērn bija arī Liepājas sacensību kalendārā. "Liepājas kanālu rogainings" pulcēja azartiskus aktīvā dzīvesveida piekritējus, kas priecājās par iespēju šādi pavadīt brīvo laiku.

FIA Eiropas rallija čempionāta posms Latvijā "Tet Rally Liepāja" ir vēl viena stabila Liepājas vērtība, kas gadu no gada aug savā kvalitātē un nemainīgi bauda gan sportistu, gan skatītāju interesi.



14. oktobrī Liepājas Olimpiskā centra arēnā norisinājās spēka, ātruma un izturības sacensības "Liepāja Throwdown 2023". Uzvaras laurus plūca un galveno balvu – ceļojošo kausu – šogad ieguva sporta klubs "CrossFit Rīga", izcīnot visvairāk augstāko vietu un punktu visās kategorijās, bet, tā kā Liepājā netrūkst krosfita cienītāju, sacensības piesaistīja gan daudz sportistu, gan līdzjutēju uzmanību.



"Dobrecova kaus" ir jau ļoti zināma tradīcija Liepājas sportā, taču šķiet, ka šīs ir vienas no tām sacensībām, ko nevar nepamanīt pat tie, kas par sportu vispār neinteresējas, jo dienās, kad turnīrs notiek, ap visiem stadioniem spieto vecāki, skan fanu taures un laukumos rosās desmitiem mazo futbolistu. Pilsētā valda kājbumba!



Ar saucieniem "Latvija! Latvija!", aplausiem un priecīgiem sveicieniem simtiem liepājnieku sagaidīja ar motocikliem cauri pilsētai izvizinātos Latvijas hokeja bronzas valstsvienības varoņus, mūsu Lāčplēšus – Rūdolfu Balceru, Robertu Mamčicu, Miku Indraši un Georgu Golovkovu, un arī Aleksandru Cicurski, treneri, kurš uzaudzinājis ne vienu vien Latvijas izlases un NHL spēlētāju.





AIVIS TINTS,
Liepājas Sporta pārvaldes vadītājs

Uz aizvadīto gadu Liepājas sportā, kam galvenokārt veltīts šis nu jau tradicionālais izdevums "Liepāja Sporto", kas nāk klajā kā īpaša dāvana visiem sporta laureātiem, ko šogad sveicam, tāpat mazajiem sportistiem, kas aug, progresē un sapņo sasniegt virsotnes, un visai Liepājas sporta saimei, kas nesautīgi darbojas, tiecoties uz aizvien jauniem mērķiem, varam skatīties ar lepnumu.

Man prieks, ka gads nesīs labus panākumus daudziem Liepājas sportistiem. Īpaši rosīgs tas bijis cīņas sportā, kur sportisti, šķiet, ieguvuši jaunu uzrāvienu un liek pilsētas vārdam izskanēt pasaulē. Tāpat jauniešu hokejs ieraudzījis jaunus mērķus, uz kuriem tiekiet, un, kaut arī nav viegla šī iekļaušanās Somijas līgā, tā ir būtiska, lai audzētu mūsu jauno hokejistu konkurētspēju. Man prieks, ka treneri ir veiksmīgi pamainījuši fokusu un šis darbs nes augļus. Hokeja kopienai tas ir būtiski, jo īpaši pēc bažām, ka būsim zaudējuši Liepājas hokeju, zūdot pieaugušo profesionālajai komandai, kas spēlēja augstākajā valsts līgā.

Bērnu un jauniešu sports kopumā, manuprāt, ir Liepājas sporta spēks. Jaunais sportists mums ir priekšplānā, viņam cenšamies sniegt vislabākos apstākļus mūsu iespēju robežās, tam seko rūpes par treneriem un infrastruktūru. Šiem trim galvenajiem faktoriem arī cenšamies veltīt vislielāko uzmanību, sniedzot atbalstu un arī finansējumu. Latvijas mērogā mēs esam paraugs citām pašvaldībām, un sistēma, ko esam izveidojuši, mērķtiecīgi strādājot daudzu gadu garumā, ir patiešām laba. Daudzi kolēģi brauc pie mums pēc pieredzes, lai ko līdzīgu ieviestu citur Latvijā.

Fokuss uz jauno sportistu, uz iespēju visiem bērniem izvēlēties brīvā laika nodarbes, kas vēlāk var pārvērsties par viņu sporta veidu, iespējams, pat profesionālo karjeru, manuprāt, ir ļoti nozīmīgs, jo redzam, ka arī pieaugušie labprāt turpina sportot savu iespēju robežās, un šādi kustīgi iedzīvotāji ir pilsētas bagātība.

Man pašam šis bija pirmais pilnais gads Liepājas Sporta pārvaldes vadītāja amatā, un sākums, ja atceraties, bija ar skaļu paziņojumu, ka katram trenerim jāpelnā vismaz 1000 eiro. Tagad ar prieku varu teikt, ka uz to veiksmīgi virzāmies – ir izdevies pārliecināt pašvaldību, ka treneri ir viena no prioritātēm bērnu un jauniešu sporta sistēmā, gluži tāpat kā pedagogi izglītībā. Pirmie Latvijā ieviesām atbalsta sistēmu treneriem par darbu ārpus treniņiem, kas saistīts ar sportistu pavadīšanu uz sacensībām, un tagad to pārņemt vēlas daudzi mani kolēģi no citām pašvaldībām.

Bet lielākais izaicinājums, protams, ir ierobežotais budžets, kas liek nemitīgi lauzīt galvu, kā ar to naudu, kas mums ir, panākt maksimālu rezultātu. Taču es domāju, ka tas daudz neatšķiras no tā, kā strādā treneri – arī viņiem ik dienu jādomā, kā tikt pie iespējami labākā rezultāta tajos apstākļos, kādi ir.

2024. gadā turpināsim to, ko esam iesākuši, tāpat, protams, turpināsim uz klausīt trenerus un meklēt risinājumus, ko vēl varam ieviest, lai palīdzētu uzlabot treniņu apstākļus.

Man prieks, ka esam aizklauvējušies līdz pat ministrijai un virknē jautājumu jau varam paust savu viedokli augstākajā līmenī. Tas dod cerību, ka tiksīm uz klausīti un Latvijas sporta sistēmā patiešām sāksies reālas pārmaiņas, kas visiem palīdzēs nākotnē strādāt labāk un jēdzīgāk. Risinājumi tam, kā valsts un uzņēmēji var atbalstīt sportu, ir noskatāmi citās valstīs, atliek tikai pašiem izdomāt, kurš no tiem der Latvijai, un to ieviest. Tomēr vienmēr uz valsti gaidīt nevaram, pamatā nāksies lietas darīt pašiem, un pēc iespējas labāk.

Bet galvenais, ko gribu uzsvērt, ka mūsu darbam jānorit sadarbības zīmē. Tieši sadarbība starp sportistiem un treneriem, treneriem un sporta skolu direktoriem, visiem kopā ar Liepājas Sporta pārvaldi, būs ceļš, kas var aizvest pie rezultātiem. Ja kaut kas neiet tā, kā vajag, jāpaskatās apkārt, jāpadomā un jāmeģina ieraudzīt iespēju, tad varam kopā par to runāt un rast vislabāko risinājumu, kāds konkrētajos apstākļos var būt.

Šis ir olimpiskais gads, un sportiskajā ziņā, protams, ceram, ka olimpisko saimē būs arī kāds mūsējais. Tāpat mums kā pilsētai jāsakomplektē spēcīga komanda bērnu un jauniešu olimpiādei, kas šovasar notiks Valmierā. Visiem sportistiem novēlu tiekties uz vislabākajiem rezultātiem, un lai izdodas tos sasniegt, liekot visiem liepājniekiem būt lepnem!

Sporta sacensības kā svētku kūka

Liepājas Sporta pārvaldes sabiedrisko attiecību un mārketinga daļas vadītājs MĀRTIŅŠ KIRMA norāda, ka **Sporta pārvalde sporta organizācijām piedāvā finansiālo atbalstu nu jau trīs dažādos virzienos.** Viņam vaicājām, kas jāņem vērā, lai to saņemtu.

– **Kādas atbalsta iespējas sporta organizācijām piedāvā Liepājas Sporta pārvalde?**

– Šogad varam runāt jau par trim iespējām saņemt pašvaldības līdzfinansējumu sporta organizācijām. Ir divas dotāciju programmas, viena ir Liepājas sporta organizāciju darbības nodrošināšanai, attīstībai un arī licencētu sporta izglītības programmu īstenošanai, otra – iespēja saņemt līdzfinansējumu sporta sacensību rīkošanai Liepājā, un šajā programmā var pieteikties arī sporta organizācijas, kas nebūzējas tieši mūsu pilsētā, bet vēlas te organizēt kādu pasākumu.

Dotācija Liepājas sporta organizācijām ir atbalsts gan ikdienas darbam, gan sportistu dalībai sacensībās, tostarp dalības maksām, ceļa izdevumiem, nakšņošanai, arī inventāra vai aprīkojuma iegādei, ja tas nepieciešams, lai uzlabotu treniņu apstākļus. Otra dotācijas daļa ir tieši kvalitatīvas sporta izglītības nodrošināšanai bērnu un jauniešu treniņu grupām.

Visās programmās pieteikšanās notiek tiešsaistē – Liepājas pašvaldības mājaslapā liepaja.lv, kur norādīti pieteikšanās termiņi, dokumenti, kas jāpievieno. Papildu informācija atrodama domes mājaslapas sadaļas "Sports" apakšsadaļā "Atbalsts sporta organizācijām", tāpat vienmēr var pieteikties konsultācijai Sporta pārvaldē un saņemt palīdzību pieteikuma aizpildīšanā.

– **Kā Liepājas sporta organizācijas lie-**

lākoties tērē pašvaldības piešķirto dotāciju?

– Organizācijas šo dotāciju tiešām tērē, lai piedalītos dažāda mēroga sacensībās, tāpat sportistu apdrošināšanai, biedru naudām lielākās organizācijās, lai nodrošinātu iespēju piedalīties plašākās aktivitātēs. Arī infrastruktūras nomas maksa un inventāra iegāde ir ļoti populāri tēriņi.

– **Kādos gadījumos dotācija netiek piešķirta? Ko ņemt vērā tiem, kas vēlas saņemt atbalstu?**

– Ir būtiski saprast, ka piesakoties jāizpilda visi nolikumā izvirzītie kritēriji. Sāpīgākais no tiem, iespējams, vairākām organizācijām ir prasība, ka vismaz gadu jābūt atbilstoši reģistrētai biedrībai un jānodrošina treniņu norise Liepājas pilsētā. Nereti ir tā, sanāk kopā domubiedru grupa, uzsāk aktivitātes, redz, ka sportistiem ir panākumi, ir interese arī no citiem un būtu jāattīsta sava darbība tālāk, bet, lai to izdarītu, vajadzētu arī atbalstu no pašvaldības, un tikai tad, jau pēc kāda gada, saprot, ka jāreģistrējas. Es ieteiktu šādiem domubiedriem uzreiz veidot savu organizāciju, citādi būs jāgaida vēl gads, lai pieteiktos un vispār varētu pretendēt uz pašvaldības atbalstu.

– **Vai pieteikumos dotācijai un sacensību organizēšanai var redzēt arī to, cik pārdomāta ir sporta organizācijas darbība?**

– Noteikti. Tāpēc es vēlos aicināt sporta organizācijas izmantot arī citas, pašvaldi-

bas piedāvātās iespējas attīstīt darbību, piemēram, piedaloties NVO izaugsmes inkubatorā, kas jau otro gadu darbojas Liepājā. Pēc būtības sporta klubs ir tāda pati organizācija kā visas citas. Tai jābūt mērķim, stratēģijai, jāapzinās savi resursi, jāplāno darbs un jāstrādā ar saviem biedriem un sabiedrību, jāpārdomā publicitāte, tāpēc daudz ko no šāda veida mācībām var izmantot arī sporta klubu darbā. Pieteikumos, īpaši sporta sacensību organizēšanai, var ļoti labi redzēt, kur darbs ir pārdomāts, kur ir spēcīga komanda, sadalīti pienākumi, kur ir skaidrs mērķis, kāpēc organizācijai ir svarīgi šīs sacensības sarīkot. Ko tās dos biedriem, pilsētai? Tāpēc ir svarīgi kopā izveidot spēcīgu organizatorisko komandu, kas tiks galā ar šo darbu.

– **Vai organizācijas apzinās atbildību līdzfinansētāja jeb pašvaldības priekšā, kad saņem atbalstu?**

– Visām organizācijām ir jāapzinās, ka šis nav garantēts sacensību pamatfinansējums, kas gandrīz vai pienākas katru gadu tiem, kas kaut ko dara. Piešķirot atbalstu, īpaši saspringta budžeta apstākļos, mēs gribam redzēt progresu, gribam redzēt, ka tiek piesaistīti citi atbalstītāji, ka ir risinājums arī tad, ja naudu nepiešķirs vai tās būs mazāk, nekā organizācija plāno. Tāds reāls skats uz situāciju un skaidrs plāns, kā risināt finansiālos jautājumus. Ir jāsaprot, ka naudas visiem nekad nepietiks un ka vienā gadā, iespējams, saņemsiet lielāku atbalstu, jo nāksiet ar jaunu, svaigu ideju, bet nākamajā gadā jau mēs gribēsim redzēt, kā paši šo ideju esat attīstījuši un domājuši, kā vēl piesaistīt citus atbalstītājus, nevis tikai paļāviesies, ka jāprasa pašvaldībai mazliet lielāka summa nekā pērn, jo izmaksas pieaugušas. Līdzfinansējuma mērķis ir atbalsts organizācijas iniciatīvai, konkrētām pozīcijām sacensību budžetā, bet tas noteikti nevar būt vienīgais finanšu avots, jābūt plānam, kur vēl rast naudu.

– **Kāds padoms noderētu sporta organizācijām, lai to projekti būtu pēc iespējas kvalitatīvāki?**

– Sporta sacensības pēc būtības ir produkts, un tieši no šī skatu punkta organizācijām būtu jādomā par tām domāt. Un ne tikai rīkojot lielu starptautisku ralliju, bet arī organizējot salīdzinoši mazas nišas sporta veida pilsētas mēroga sacensības. Kā vienā, tā otrā gadījumā tas ir publisks pasākums, kam piesaistīta pašvaldības nauda, tāpēc nevar to darīt ar attieksmi "kā sanāks, tā sanāks" vai domu, ka atbalsts pienākas, jo "es taču Liepājā darbojos".



No šī gada sporta organizācijas var pieteikties arī pašvaldības dotācijai, lai īstenotu licencētas sporta izglītības programmas.

2024. gads Liepājas sportā

AIRĒŠANAS SLALOMS

- Liepājas čempionāts airēšanas slalomā (6.–8. septembris)

BADMINTONS

- "Liepāja Junior Open" (16. marts)
- U-17 grupas sacensības "Victor Latvia International" (19.–21. aprīlis)
- Liepājas atklātais čempionāts (25. maijs)
- Liepājas Senioru tūre (27. jūlijs)

BASKETBOLS

- Liepājas čempionāts basketbolā vīriešiem (pavasaris un rudens)
- Ielu basketbola čempionāts "Bruģa bumba" (maijs – augusts)
- Turnīrs "Sunset Basket Cup" veterāniem (26.–28. jūlijs)
- Krastu mačs basketbolā (augusts/septembris)

FLORBOLS

- Liepājas čempionāts florbolā (pavasaris un rudens)

FUTBOLS

- Liepājas čempionāts telpu futbolā (pavasaris un rudens)
- "Blāķenes" dienas futbola turnīrs (18. maijs)
- Liepājas čempionāts futbolā (vasara)

- Futbola turnīrs "Dobrecova kauss" jauniešiem (vasara)
- Futbola turnīrs "Ziemas kauss" jauniešiem (ziema)
- Ziemas nakts futbola turnīrs amatieriem (20. decembris)

EKSTRĒMIE SPORTA VEIDI

- Festivāls "MAD Liepāja" (24.–25. augusts)

HOKEJS

- Liepājas čempionāts hokejā "Livonijas hokeja līga" (pavasaris un ziema)
- Liepājas čempionāts hokejā jauniešiem (pavasaris un rudens)

SPĒKA SPORTS UN VINGROŠANA

- Sacensības "Liepāja Throwdown" (23.–24. marts)
- Bodibildinga sacensības "Liepāja Classic" (1. oktobris)
- Liepājas čempionāts svaru stieņa spiešanā guļus – Latvijas kausa izcīņas Kurzemes posms (5. oktobris)
- "Ostudio turnīrs" sporta vingrošanā (26. oktobris)
- "CF Liepāja" funkcionālā fitnesa sacensības (16. novembris)
- Baltijas Ziemassvētku kausis ielu vingrošanā (30. decembris)

ORIENTĒŠANĀS

- Liepājas telpu orientēšanās sacensības (17. februāris)
- Seriāla "Pilsētas leģendas" posms "Liepājas rogainings" (20. aprīlis)
- Liepājas orientēšanās nakts (20. septembris)

TEHNISKIE SPORTA VEIDI

- Motokross "Baltijas kauss" (17. marts)
- Baltijas kausa izcīņa "Cross Country" (23. marts)
- Ūdensmotociklu čempionāts "Liepājas kauss" (jūlijs/augusts)
- FIA pasaules rallija čempionāta posms (18.–21. jūlijs)
- Ātruma festivāls "Kurzeme" (septembris)

PELDĒŠANA UN SKRIEŠANA

- Sporta sērijas "Plus" duatlona un triatlona sacensības (februāris un jūnijs)
- Liepājas "Mūzikas pusmaratons" (29. jūnijs)
- Liepājas atklātais peldējums (10. augusts)
- Sporta sērijas "Plus" sacensības "Dzelzgriezējs" (24. augusts)
- Drosmes skrējiens (14. septembris)
- XVII Latvijas ziemas peldēšanas čempionāts (23. novembris)

KIKBOKSS UN CĪŅAS

- Cīņu šovs boksa, kikboksā un MMA "Fight Night Liepāja 4" (26.–27. aprīlis)
- Liepājas atklātais čempionāts kikboksā bērniem, kadeti un junioriem (24.–25. maijs)

PLUDMALES SPORTS

- Liepājas pludmales tenisa līga (jūnijs – augusts)
- Pludmales cīņu turnīrs "Beach games Liepāja" (13. jūlijs)
- Liepājas pludmales volejbola līga (jūnijs – augusts)
- DEPO Open Baltijas čempionāts un Latvijas Jaunatnes čempionāts pludmales volejbolā (23.–28. jūlijs)

- Liepājas čempionāts pludmales tenisā (24.–25. augusts)

SPORTA DEJAS

- Liepājas kausa izcīņa sporta dejās "Dzintarlāse" (6. aprīlis)
- Sacensības "Vēju ritmi" (5. oktobris)
- Sacensības sporta dejās "Dzintarlasīte" (30. novembris)

VELOBRAUKŠANA

- Izaicinājums "Veloaktīvs" (aprīlis – septembris)
- Liepājas velodiena (27. jūlijs)
- Sacensības "Nakts velobums" (27. septembris)

CITI SPORTA VEIDI

- Minigolfa turnīrs "Liepāja Open" (24.–25. februāris)
- Liepājas atklātais čempionāts šahā (1.–2. jūnijs)
- Liepājas čempionāts novusā (februāris – decembris)
- Liepājas čempionāts šautriņu mešanā (janvāris – decembris)

SPORTS CILVĒKIEM AR ĪPAŠĀM VAJADZĪBĀM

- Dažādu sacensību cikls nedzirdīgajiem un vājdzirdīgajiem "Sportosim kopā" (februāris – decembris)
- Miniturnīri bočes spēlē "Bocce Liepāja" (janvāris – decembris)

→ 7. lpp.

Sporta sacensības kā svētku kūka

Varam sacensību organizēšanu salīdzināt ar kūku cepšanu. Ja jums padodas cept gardas kūkas, tad sākumā jūs mīlojaties pats, cienājat savu ģimeni, draugus. Vēlāk kāds no viņiem ierosina, ka jūs gardās kūkas vajadzētu pārdot, jo ir interese arī no paziņām, citiem cilvēkiem. Un te ir būtiski, ka jūs pats saprotat, vai esat gatavs cept tās kūkas pēc pasūtījuma, uz klausīt klientu ieteikumus, veikt izmaiņas, lai kūkas viņiem patiktu vēl labāk. Jums jāpadomā, kā citiem izstāstīt, ka tagad savas kūkas cepat arī pārdošanai un kur to darāt, kā izskaidrot un kādos kanālos informēt, kas tās par kūkām un kam domātas. Jums jāsaprot, kā tiksiet galā, ja pasūtījumu skaits pieaugs, vai jūsu krāsns izturēs, vai jums ir palīgi, kas varēs putot krēmu, kamēr jūs mīcāt mīklu. Un tad jums būs skaidrs arī ceļš, pa kuru esat gatavs iet. Iespējams, sāksiet piedāvāt meistarklases jaunaigiem pavāriem, lai nodotu savu pieredzi. Varbūt jūsu mērķis ir savas konditorejas atvēršana? Bet jums ir jāsaprot, ko darīsiet, ja, piemēram, kādā brīdī sapratīsiet, ka jānopērk jauna krāsns, kas ir lielāka un labāka. Droši vien prasīsiet kādam atbalstu, bet jums būs skaidri jāpasaka, kādu tieši krāsni pirsiet, cik tā maksās un ko tieši tā mainīs jūsu darbā. Un būs jābūt rezerves variantam situācijai, ja aizdevumu krāsni nesaņemsiet.

– Kas ir minimums, par ko vajadzētu padomāt organizācijai, ja tā grib sarīkot kādas foršas sacensības Liepājā ar pašvaldības atbalstu?

– Pieteikumā tiešām prasām tādu obligāto minimumu, un es izceltu trīs būtiskas lietas.

Vispirms tas ir sacensību nolikums – jo detalizētāks, jo labāk. Tas pēc būtības ir kā recepte tai manis pieminētajai kūkai. Un šī recepte

pat nav jāizdomā no nulles, tiešsaistē ir pieejami neskaitāmi sacensību nolikumi, kurus var adaptēt savām sacensībām, var arī izmantot nolikumu no sacensībām, kurās pats esat piedalījies un tās jums patika.

Mēs, tāpat kā jebkurš atbalstītājs, gribam, lai sacensības būtu pēc iespējas plašākas, tāpēc nepieciešams kaut kāds komunikācijas plāns – kampaņa, kā sabiedrība par tām uzzinās. Lūdzam uzrakstīt, ko darīsiet sociālajos tīklos, medijos, kāda vēl būs informācija. Obligāta ir prasība ielikt informāciju par sacensībām Liepājas pasākumu kalendārā, un piekandinām, ka pašiem jāseko līdzi, lai visur būtu korekti datumi un laiki, un ka pats organizators ir par to atbildīgs. Un tas ir svarīgi gan attiecībā pret potenciālajiem sacensību dalībniekiem un apmeklētājiem, gan arī atbalstītājiem, jo, protams, ir jānorāda, ka pasākumu atbalsta Liepājas pašvaldība. Būtiski arī, lai informācija būtu savlaicīga, tāpat ar atbildību jāizturas pret līdzfinansētāju un jāinformē, ja ir kādas izmaiņas sacensību norisē vai kas cits mainās.

Vēl es aicinātu sporta organizācijas padomāt par atgriezenisko saiti ar sacensību dalībniekiem un atbalstītājiem. Atsauksmes no sportistiem nereti palīdz nākamajā gadā uzlabot sacensību organizāciju, tāpat tas noder, lai veiktu kaut kādas izmaiņas. Tikai retais Sporta pārvaldei pavaicā vērtējumu, palūdz komentāru vai atsauksmi, paprasa, ko vajadzētu pamainīt, bet saruna ar atbalstītāju ir arī veids, kā runāt par projekta turpinājumu, kas būtu darāms citādi, lai sasniegtu labākus rezultātus.

Raimonds Strokšs:

"Cilvēki nesaprot, kas tuvojas Latvijai..."

Pirmo reizi Latvijā šovasar jūlijā notiks FIA Pasaules rallija čempionāta (WRC) posms – "Tet Rally Latvia". Autosporta forums, kuram pēc sava apjoma līdz šim nekas nevar līdzināties.

Tēlaini izsakoties, "Apollo 11" misijā astronauti sasniedza Mēnesi, bet "RA Events" direktora RAIMONDA STROKŠA "Apollo 12" nu lidos Mēnesim garām, uz Sauli.

– Vienpadsmit tevīs organizēti Eiropas čempionāta posmi. Divpadsmitajā atnācis tas kosmos, uz ko tava komanda tiecās. Kādas ir sajūtas, bija to vērts?

– Aiz muguras ir milzīgs darbs, cilvēku resursi, enerģija, laiks, arī Liepājas un valdības resursi. Tas viss summējās šajā pasākumā, par kādu pat sapņot bija grūti. 11 gados ieguldītais darbs atmaksāsies ar uzviju ar šo vienu gadu, vienu pasākumu. Vēl jau ir jāizdara, es vēl skatos uz to tā...

– Kā WRC un ERC atšķiras no organizatoriskā viedokļa?

– Atšķirība ir dramatiska, varbūt ne tik ļoti kilometru ziņā, kaut gan 300 kilometri sporta režīmā (WRC) pret 180 kilometriem (ERC) arī ir daudz, cik visā pārējā – prasības, apjomi, iesaistītie cilvēki, viss ir daudz komplicētāks.

– Rallijs iet cauri pusei Latvijas – no Rīgas uz Liepāju, izvijoties pa Kurzemi. Vai arī organizatoru komanda ir divas reizes lielāka?

– Vairāk nekā divas reizes. Piemēram, tikai viens aspekts. ERC faktiski ceļu policijas atbalstu nevajadzēja. Tagad vajag kādas 40 ekipāžas katru dienu. Atšķirība radikāla.

– Ja sadalītu gatavošanos WRC pa posmiem, kādi tie būtu?

– Pie WRC strādājam

jau divus pārbaudes gadus. 2022. gadā pārbaudījām vienu pusi maršruta, 2023. gadā otru. Pēc pērnā gada ERC posma visu fokusu pārslēdzām uz WRC. Šobrīd mums jau ir par 98 procentiem absolūti skaidrs, kur brauksim, cikos brauksim, kas kur atradīsies, kur būs atklāšana, kur degvielas uzpilde. Visu zinām jau pusgadu iepriekš, kas ir būtiska atšķirība no ERC posma organizēšanas. Nākamais solis ir visam pretī salikt cilvēkus, darbaspēku. To darīsim līdz februāra beigām.

Martā mums būs vēl pēdējās korekcijas atbilstoši finanšu iespējām. No aprīļa līdz jūlijam ir tikai un vienīgi pasākuma realizēšana, ieskaitot atbildēšanu uz e-pastiem, saraksti ar komandām, Starptautisko automobiļu federāciju (FIA), skatītājiem.

– Cilvēku iesaiste arī palielinās, tuvojoties sacensībām? Cik daudz pieaug jūsu mazā pastāvīgā komanda?

– Ikdienā mēs esam aptuveni 20 cilvēki, kas strādā pilnu laiku, pasākuma dienās tie būs vairāki tūkstoši cilvēku. Tāda interese un vilkme, kāda ir šim pasākumam, nav bijusi nekad manā pieredzē. Saņemam no cilvēkiem vēlmi iesaistīties, palīdzēt.

– Cik lielā mērā iesaistās FIA un "WRC Promoter" cilvēki?

– Iesaistās, ļoti. Viņi mūs konsultē, piemēram, ieteica maršruta korekcijas. Izlabojām. Viss ir jāsaskaņo arī ar "WRC Promoter". Tur ir liela televīzijas sadaļa. Viņi piekorigē, piemēram, pasaka,

ka starp diviem konkrētiem ātrumposmiem dienas vidū ir nepieciešama lielāka pauze, jo lidmašīnai nepieciešams nolaisties, uzpildīt degvielu, pacelties. Tehniskā specifikācija smalki zināma tikai viņiem.

– Kas ir pats grūtākais, organizējot šāda līmeņa pasākumu?



– Grūtākais ir spēt padomāt par visu, atcerēties visu, paredzēt visu. Esam daudz darījuši, ir pieredze, bet ir jāparedz lietas, kas ir jaunas. Piemēram, mums ir nesalīdzināmi vairāk skatītāju. Tas nozīmē, ka ir jāmodelē, kā viņi pārvietosies, vai neizveidosies sastrēgumi, vai tas netraucēs sportistiem pārvietoties starp ātrumposmiem.

– Autosportista pieredze droši vien ir neatverama, esot organizatora ādā?

– Simts procentu. Ja pats esi braucis, tev ir viedoklis. Tev ir viedoklis par trasī, ceļiem, seguma kvalitāti, laika intervāliem. Neesmu vairs aktīvs sportists, bet tas noteikti palīdz.

– Kādā intervijā tu izteicies, ka vēlētos kādu dienu atgriezties sacīkšu trasē.

– Es ļoti gribu braukt rallijā! Šobrīd, pie šīs slodzes, man pat nav laika iziet ārā paskriet, bet tad, kad būs īstenots šis megaprojekts, pirmā lieta, ko mēģināšu sakārtot, būs pabraukt rallijā.

– Kā ir ar finansēm? Vai pietiek naudas? Vai redzi, ka šajā ziņā viss būs kārtībā?

– Teikšu atklāti – es vēl nezinu. Bet es zinu, ka ir jāiet uz priekšu. Pasākuma budžets ir vislielākais, kāds jebkad bijis. Bet vēl ir daudz nezināmo, tāpēc atbildēt uz jautājumu, vai pietiks naudas, nevaru. Piemēram, cik iekasēsīm par biļetēm, cik daudz būs sporta ekipāžu, vai pietiks ar 40 policijas vienībām vai vajadzēs 60? Martā es gribu ieraudzīt vēlamos ieņēmumus un vēlamos izdevumus un saprast, kur es esmu. Mana galvenā vēlme, lai pēc šī pasākuma es esmu nomaksājis visus rēķinus kā minimums. Esmu apsollis arī Latvijas valdībai, ja šis pasākums nopelnīs naudu, tad es to atskaitīšu atpakaļ Valsts kasē. Bet primāri ir nepalikāt mīnusos, jo ieguldīt tik milzīgu enerģiju un nevarēt nomaksāt rēķinus... tā ir ļoti slikta sajūta. Es būšu laimīgs, ja spēšu nomaksāt rēķinus un atmaksāt valstij naudu.

– Cik liels ir WRC Latvijas posma budžets?

– Kopējais ļoti aptuveni ir starp trīssarpus un četriem miljoniem eiro.

– Tas ir lielākais sporta pasākums, kādu jebkad esat rīkojuši?

– Jā. Man joprojām ir pilna pārlicība, ka liela daļa cilvēku nesaprot, kas tuvoja Latvijai. Tas ir tornādo. Cilvēki tā vērīnīgumu sapratīs tikai tad, kad tas būs beidzies.

– Biļešu tirdzniecību esat salikuši pa posmiem, biļetes būs dārgākas, tuvojoties sacensībām. Lētākās palika pagājušajā gadā. Kāda ir skatītāju atsaucība, spriežot

pēc pārdotajām biļetēm?

– Mēģinājām sabiedrībai un rallija faniem pateikt vienu lietu – iedevām superīgu cenu ilgākam periodam. Pirmo reizi, kopš organizēju autosporta pasākumus, nesaņēmu nevienu sliktu komentāru. Lai cilvēki var braukt ar bērniem, lai var braukt ar ģimenēm. Tas ir izdevies! Mans vēstījums ir tāds – mums ir svarīgi zināt, cik jūs būsīti, skatītāji, lai mēs pretī varētu sagatavot servisu: stāvvietas, tualetes, ātrumposmu skatu punktus. Ja biļetes pirktu vien pēdējā mēnesī, komforta nebūtu neviename. Cilvēki mūs sadzirdēja, daudzi iegādājās biļetes. Tālāko stratēģiju balstīsim uz kaimiņu pieredzi – mums ir laba sadarbība ar Igaunijas WRC posma organizatoriem, lai prognozētu iegādāto biļešu skaitu. No ārzemniekiem vislielākais iegādāto biļešu skaits ir no Lietuvas, Somijas un Igaunijas.

– Vai trīs atslēgvārdi sekmīgam WRC posmam Latvijā ir pacietība, neatlaidība un izturība?

– Es vēl pieliktu klāt stūrgalvību. Šo 11 gadu laikā man ir bijis simts iemeslu to visu noliekt malā un dzīvot citu dzīvi. Esmu bijis stūrgalvīgs un neesmu apstājies pie problēmām. Mani ir grūti apstādināt, ja esmu ko ieņēmis galvā.

► Ints Grasis

Eiropas rallija čempionātā liela uzmanība pievērsta televīzijas translācijām, filmējot arī no gaisa. WRC gadījumā televīzijas cilvēku iesaiste ir vēl rūpīgāk izplānota un vēl jaudīgāka.



12 jautājumi rallija pilotam Mārtiņam Seskam

Autosportists **Mārtiņš Sesks** kopā ar savu partneri Renāru Franci pagājušo gadu pabeidza kā FIA Eiropas rallija čempionāta vicečempioni.



VIZĪTKARTE

Mārtiņš Sesks

- Dzimis 1999. gada 18. septembrī.
- Autosportista izaugsmes ceļu sāka agrā bērnībā bagija un kartinga trasēs, vēlāk brauca dažāda ranga rallija sacensībās, pamazām audzējot pieredzi.
- Panākumi: Latvijas junioru čempions, Eiropas junioru čempions, WRC junioru vicečempions, Latvijas čempions, tagad arī ERC vicečempions.
- Ikdienā brauc ar "Toyota C-HR", ko sauc par rallija automašīnas ielas versiju.

1. Kurai valodai visvairāk līdzinās rallija stenogramma?
Matemātikas valodai.
2. Lielākā rallija lēģenda tavās acīs ir...
...titulētākais WRC rallists francūzis Sebastians Lēbs.
3. Rallija ātrumposmā nekad nedrīkst...
...aizdomāties!
4. Jebkurā automašīnā visgrūtāk saremontēt...
...elektroniku, tā noteikti ir vissarežģītākā.
5. Ikdienas satiksmē uz ceļa tevi visvairāk kaitina...
...neapdomīgi autovadītāji, kas nekoncentrējas uz ceļa notiekošajam.
6. Pēc kritiena visgrūtākais ir...
...stabili piecelties.
7. Mobilo telefonu nedrīkst nepacelt, ja zvana...
...telefons noteikti jāceļ vienmēr, jo tu nekad nezini, kurš tev var piezvanīt.
8. Ja uzvaras dziesma, tad...
...tā ir Latvijas valsts himna.
9. Kāds ir tavs padoms puikām, kas kādreiz gribētu braukt rallijā?
Vispirms kārtīgi apdomāt, vai tiešām ir tam gataus, jo tad, kad tas sākas, atpakaļceļa vairs nav.
10. Ja nebūtu rallija, tad tu būtu...
...lidmašīnas pilots.
11. Sieviete pie automašīnas stūres – tas ir...
...loti dažādi, atkarīgs no autobraucējas pašas.
12. Blondīnes vai brunetes?
Brunetes.

Sportistiem nav laika gatavot

Svarīgākais, lai atgūtu spēkus pēc nozīmīgiem startiem, ir relaksējošas procedūras un atslodze, tāpēc laiks, ko vienkārši pavadīt atpūšoties, sportistiem ir vitāli nepieciešams. **Bez tuvinieku atbalsta, ko mūsu uzrunātie sportisti nosauca par nākamo spēka avotu, trešais bija ēdiens. Tāpēc dažiem Liepājas sporta saimes pārstāvjiem lūdzām atklāt arī kādu viņu iecienītu recepti.**

Džudo treneris Vladimirs Ševkovs smeļ, ka viņš jau nu gan neesot īstais, kam prasīt padomu ēdienu gatavošanā, jo par kulināriju interesējoties visai maz un esot gaužām pieticīgs – ēdot visu ko. Restorānos gan patīkot kaut ko jaunu nogaršot, tur ļaujoties arī eksperimentiem. Ja tomēr kaut kas jāgatavo pašam, tad pirmais, kas nāk prātā, ir grilēts steiks vai ribiņas, ko pasniedz ar grilētiem dārzeņiem. Ribiņas sanāks gardas, ja tās vispirms apvārīs garšvielās, tad siltām uzklās marinādi, kas var būt, piemēram, no adžikas vai citas asas mērces, citronu sulas un olīveļļas, un atstās marinēties uz nakti. Nākamajā dienā var droši grilēt, vēl apsmērojot ar marinādi.

Vieglatlēti Irīnai Štūlai-Pankokai pieder vārdi, ka bez kafijas nav kūkas un bez kūkas nav kafijas, tomēr kā gardumu, ar ko sevi labprāt apbalvo, viņa min šokolādi. Bet kad vaicājam, kādai tad jābūt viņas kūkai, sportiste samulst, jo nemaz nevarot nosaukt kaut ko konkrētu. Brīdi padomājusi, viņa piemin bezē ruleti ar ogām, to laikam pēdējā laikā sanācis ēst biežāk, bet izcept tādu gan viņa pati neprastu. "Sportistiem taču nav laika gatavot," sporta veterāne smejas. Ja nu kāds grib mēģināt bezē ruleti izcept, tad vajadzēs olas baltumus saputo ar cukuru, pievienot šķipsniņu sāls un šļuku etiķa, bet krēmam saldaiss krējums jāputo ar maskarponi un cukuru, savukārt pildījumam nepieciešamas svaigas sezonālas ogas. Ruletes cepšana gan ir neliels pārbaudījums, tāpēc padomus labāk pašpikot internetā, tāpat tās tīšana prasīs pirkstu veiklību, bet pat tad, ja rulete nesānās kā bildē, tas būs gana gards deserts.

Bobslejists Matīss Miknis teic, ka ilgstošā prombūtnē no mājām ēdot gandrīz visu, ko sportistam ceļ galdā, jo treniņu un sacensību laikā svarīgi ēst pilnvērtīgi un sabalansēti. Esot tūlumā, viņam visbiežāk kārojas kaut kas no tradicionālās latviešu virtuves, bet tie noteikti nav pelēkie zirņi ar speķa mērcīti, drīzāk karbonāde ar kartupelišiem, ēdiens, ko mājas viesībās mēdz celt galdā gandrīz katrā latviešu ģimenē. Un recepti taču visi pat no galvas zina! Cūkgaļu izklapē plānu, apsāla un uzber piparus, panē miltos vai rīvmaizē un sakultā olā, cep uz karstas pannas. Ja grib, lai gaļa mīkstāka, var cepeškrāsnī to pasutināt kopā ar saldo krējumu. Bet varbūt jūsu mājās ir kādi savi kniņi, kas liek karbonādēm garšot tā, kā nekur citur?

Latvijas gada futbolists Jānis Ikaunieks atklāj, ka ēdiens, ko pats sev gatavo visbiežāk, ir lasis ar citronu vai omlete. Tajā viņš liek daudz šampinjonu, dažādas sēklas un sieru. Dārzeņus? Nē. Gurķi var sagriezt un tāpat uzlikt uz šķīvja. Bet tāds iemīļots gardums, ko Kuldīgas liepājnieks dabū, kad sanāk atbraukt pie mammas, ir viņas gatavotie biezpiena plāceņi. Tos gatavo, biezpienu samaisot ar olām, miltiem, cukuru un mazliet cepamā pulvera, tad veido plāceņi, ko mazliet apviļā miltos un liek sakarsētā eļļā. Ēd karstus. Jancim garšo ar ievārījumu vai medu.

Liepājas Sporta spēļu skolas volejbola organizatore Inguna Valdmane ikdienā ir aizņemta darbā un treniņos, tāpēc viņas arsenālā galvenokārt ir receptes, kas ātri un vienkārši pagatavojamas. Tagad, ziemā, tāda, piemēram, ir taizemiešu stila zupa, kurā liek saldētos dārzeņus, kokosriekstu pienu, sviestā strauji apceptas garmelītes, rīsu nūdeles, buljonu un saldskābo čili mērci. Vēl ģimenē ir iecienīta kartupeļu pica. Tai izvāra apaļus kartupeļus ar mizu, tad tos liek uz cepešpannas un saspiež ar glāzi plakanus, veidojot picas pamatnes. Tālāk jau klasiski – liek virsū, ko katrs vēlas. Derēs siers, tomātu mērce, kupinātas desiņas, vistas gabaliņi, sēnes, tomātu šķēlītes, marinēti gurķi, sīpols un jebkas cits, kas garšo un ko var sakombinēt kopā.





Pagājušā gada vasaras beigās Latvijas līdzjutēju sirdis patīkami trīsēja mūsu valsts vīriešu basketbola izlases panākumu dēļ. Valstsvienība savā debijā pasaules čempionāta finālturnīrā izsita no cīņas planētas grandus Franciju, Spāniju, Itāliju un Lietuvu, tikai par nieka tiesu piekāpjoties vēlākajai čempionei Vācijai. **Uz izlases komandtiltiņa līdzās galvenajam trenerim Lukam Banki bija arī mūsējais – basketbola kluba "Liepāja" galvenais treneris ARTŪRS VIŠOCKIS-RUBENIS**, kura vadībā pavasarī Latvijas Basketbola līgā Liepājas basketbolisti tika pie bronzas medaļām.

Mērķis ir tikai viens – kvalificēties olimpiskajām spēlēm

– Pasaules kausa izcīņā Latvijas izlase progresēja no spēles uz spēli.

– Jā, mums izdevās lielisks ceļojums un izdevās arī sasniegt nebijušus augstumus, tomēr galvenais treneris Luka Banki jau čempionātā pēc lielām uzvarām uzsvēra – mums jāpaliek piezēmētiem un jābūt pateicīgiem par to, kur esam un ko esam sasnieguši, bet tagad jāiet tālāk. Kā savā intervijā Luka minēja – misija vēl nav galā, tā turpinās. Tāpēc izaicinājums būs paņemt labāko no iegūtās pieredzes un likt lietā, turpinot darbu, tiecoties uz nākamā mērķa – olimpiskajām spēlēm un pašmāju Eiropas čempionātu.

Mums jau uzkrāta liela pieredze, kā īsā laikā sagatavot komandu. Man bija iespēja ar Arni Vecvagaru mēģināt kvalificēties pasaules čempionātam, tagad ar Luku Banki, Jāni Gailīti un Oskaru Ernštreitu strādājam jau kopš pirmskvalifikācijas cikla.

Pozitīvi ir tas, ko Luka kopš pirmās dienas mēģina pasniegt gan publikai, gan komandai, proti, mums ir izveidots savs stils, savī principi. Tās nav sadarbības, tie ir principi, kas veido mūsu basketbola identitāti. Latvijas izlases identitāti. Neatkarīgi no tā, cik maz mums ir laika un kādas ir personālijas, visi šos principus zina. Līdz ar to katra *loga* sākumā tikai jāatkārto tas, kas ierakstīts mūsu DNS.

Cenšamies spēli kontrolēt no aizsardzības, ļoti svarīgas ir atlēkušās bumbas,

svarīga ir bumbas kustība uzbrukumā, svarīgs ir temps, groza aizsardzība no lielajiem spēlētājiem, komandas pašatdeve.

Šie principi ir daļēji taktiski, daļēji mentāli, un tie nemainās, tie ir tikai jāatsvaidzina. Tas dod iespēju katru reizi maksimāli labi sagatavoties cīņai, jo nekad nesākam no nulles punkta.

– **Vai piekriti, ka spēles kvalitāte, pārlicības un sapratnes līmeņi ir tie trīs lielumi, kas izlasei jāva nokļūt vienā līmenī ar pasaules grandiem?**

– Mana pieredze rāda, ka komandu sporta veidos tu vari daudzārt darīt vienu un to pašu, bet rezultāti atšķirsies, jo mainās personālijas, fiziskā forma, laika apstākļi, jebkas.

Lai sasniegtu augstus rezultātus, jāsakrīt daudzām lietām. Šajā gadījumā šīs trīs lietas salikās, izveidojās ļoti spēcīga komanda. Es negribētu teikt, ka tā bija tikai tā komanda, kas aizbrauca uz pasaules čempionātu. Mums izdevās izveidot šādu komandu katrā [atlases] *logā* neatkarīgi no personālijām.

– **Cik aktīva tagad, gada sākumā, ir izlases treneru korpusa komunikācija? Kā notiek šis darbs, vai arī tev ir iespēja kādu spēlētāju ieteikt?**

– Pēc pasaules čempionāta mums bija sarunas par izlases cikliem, par to, vai misiju turpinām, kādā sastāvā turpinām. Mēs, protams, gribējām to darīt visi kopā.

Tad Luka uz ilgu laiku lika mūs mierā. Pēc ilgās un intensīvas kopā būšanas vajadzēja nelielu atvaļinājumu citam no cita. Taču no decembra, varbūt pat vēl agrāk, sākām apzināt spēlētājus, sekot līdz viņu sniegunam.

Mums ir 50–60 spēlētāju saraksts, kuriem nemitīgi sekot līdzī. Tagad mēs, Luka, Jānis un es, esam sadalījuši to, kurus vērot padziļināti. Mums "Zoom" platformā bijušas vairākas tikšanās, lai apspriestu, kā kurš izskatās, dalāmies ar idejām, domām.

– **Ir zināmi olimpiskās kvalifikācijas turnīra datumi, norises vieta Rīga un pirmie pretinieki – Gruzija un Filipīnas. Vai par mērķi šajā turnīrā ir lieki jautāt?**

– Mērķis ir tikai viens – kvalificēties olimpiskajām spēlēm.

– **Sportā ir savā ziņā bezjēdzīgi spriest par to, kā būtu, ja būtu, tomēr līdzjutējiem šī spēle patīk, un daudzi pērn sprieda, kā būtu, ja izlasē spēlētu arī liepājnieks Kristaps Porziņģis. Kā, tavuprāt, mainītos izlase?**

– Uzskatu, ka ar Kristapu laukumā izlase nemaina savu būtību, savu stilu. Ja paskatāmies viņa karjeru NBA un arī izlasē, Kristaps ir viens no tiem, kurš ļoti dabiski iekļaujas spēles zīmējumā. Viņš nevelk deķi uz sevi, bet bumba dabiski atrod viņu. Viņš ir nesavtīgs spēlētājs, bet ar ļoti augstu pārlicību par savām spējām. Līdz ar to viņš ir tāda tipa spēlētājs, kurš padara citus labākus, tāpēc ar Kristapu ierindā mums noteikti būtu aug-

stāks meistarības līmenis. Viņš ieviestu daudz variāciju, lai mēs savā spēles modelī varētu iegūt vēl lielāku efektivitāti gan uzbrukumā, gan aizsardzībā.

Protams, nespekulēsim par to, kā būtu, ja būtu, bet Kristaps ir nozīmīga izlases daļa un ar Kristapu Latvijas valstsvienība ir vēl daudz spēcīgāka.

– **Pagājušais gads tev bija zīmīgs ne tikai ar palīdzēšanu Latvijas izlasei sekmīgi startēt pasaules kausa izcīņā, bet arī ar BK "Liepāja" aizvešanu līdz Latvijas čempionāta bronzas medaļai. Kas jāva tikt pie šī panākuma?**

– Gribētu teikt, ka mums izdevās izveidot spēcīgu un saliedētu komandu, kurā katram spēlētājam bija skaidra loma. Komandu sportā ir būtiski, ka spēlētāji saprot savu vietu, ka treneris saprot, kā spēlētājus izmantot. Līdz ar to visi cīnās un mēģina dot to labāko, lai uzvarētu.

Komanda sasniedza kolektīvo mērķi, un spēlētāji sasniedza savus individuālos mērķus. To pierāda mūsu spēlētāju izķeršana pēcsezonā.

Spēcīga bija arī treneru komanda. Katrs zināja savu lomu, savu atbildību. Arī treneri pēc sezonas tika pie jauna darba un jauniem izaicinājumiem. Ceļā līdz medaļām bija daudz grūtību, ko spējām atrisināt, noliekot nost liekās emocijas un ego.

– **Pēc komandas sastāva un štāba vērienīgajām izmaiņām bija bažas, ka nespēsiet palikt iepriekšējā sezonā izcīnītajās pozīcijās. Vai var teikt, ka komanda labi pārvarējusi smagāko (pār)būvēšanas posmu?**

– Mums, treneriem, ir liels izaicinājums no nulles izveidot jaunu komandu. Sezonai gatavojamies ar bažām, bijām piesardzīgi. Treniņos redzējām, cik daudz lietu vēl jāslīpē. Mums vairākām spēlēm izdevies labi sagatavoties psiholoģiski, taktiski, fiziski. Tajās spēlēs, kurās noķeram savu ritmu, kas balstās komandas principos, ir atnākuši arī panākumi.

Taču mums ir kāpumi un kritumi – trīs uzvaras, trīs zaudējumi, trīs uzvaras, trīs zaudējumi. Trūkst stabilitātes, vēl trūkst iekšējā komandas spēka neatslābināties, kad uzvaram, nesalūzt, kad zaudējam. Nesākt trakot.

Komanda ir jauna, ir pāris pieredzējuši spēlētāji, bet kopējā augsta līmeņa pieredze nav liela. To krājam, process nav viegls, bet tieši šis process, kas veido komandu, ir interesants un izaicinošs.

– **Ko "Liepāja" dara citādāk un labāk nekā pārsezonā?**

– Mūsu organizācija visu laiku mainās un aug. Mums šogad pievienojusies Ketrīna Veinberga, viņa atbild par sociālo mediju kontiem un dažādām aktivitātēm. Gribam uzbūvēt spēli kā ļoti kvalitatīvu basketbola produktu un veidot arī ļoti izklaidējošu vidi. Lai cilvēki ir gatavi nākt un maksāt naudu par produktu. Tas prasa finansiālus resursus.

Jāizceļ "Rīgas zelti", kas rāda piemēru ar savām mārketinga aktivitātēm. Arī mēs neatpaliekam, mācāmies no savām un citu kļūdām, kā arī no pozitīviem piemēriem. Augam, gribam trīs vai četras reizes sezonā atvērt abas tribīnes, lai skatītāji tās piepildītu.

Esam saglabājuši savu identitāti, būvējam komandu no latviešu spēlētājiem, lai mūsu nauda paliktu Latvijā, lai spēlētāji varētu augt un attīstīties mājās.

Artūrs Višockis-Rubenis (otrais no labās) atklāj, ka pēc pasaules kausa izcīņas finālturnīrā Latvijas izlases trīs treneri likuši cits citu mierā, bet jau pērnā gada izskaņā atsākuši aktīvu komunikāciju un valstsvienības kandidātu snieguma vērtēšanu pirms šogad paredzētās olimpiskās kvalifikācijas.



Basketbola klubs "Liepāja" pēc Latvijas čempionāta bronzas medaļu izcīnīšanas 2023. gada pavasarī zaudēja lielu daļu komandas līderu, bet ar faktiski no nulles izveidotu vienību A. Višockis-Rubenis vēlas vismaz atkārtot, ja ne pārspēt pērnā gada sasniegumu.

Šogad spēlētāju vidējais vecums nav tik zems kā iepriekšējos gados, bet mums ir 2001., 2002. gadā dzimušo spēlētāju slānis, kuriem šī ir izlaušanās iespēja.

– **Lokālpatriotiskajā Liepājā liela uzmanība tiek veltīta tam, cik komandā ir "iedzimto" un cik iebraucēju. Kā Sporta spēļu skolai veicas ar īsto liepājnieku skološanu un jaunu porziņģu, atu, mejeru, helmaņu gatavošanu?**

– Esam Liepājā atgriezuši vietējos Robertu Freimani un Kristapu Miglinieku. Gribētu arī teikt, ka tie, kuri Liepājas komandā spēlē vai spēlēja vismaz trīs gadus, arī kļuvuši par liepājniekiem. Tas pats Renārs Birkāns, kurš aizgāja uz Ventspili, šeit iegādājās dzīvokli.

Mēs pilsētai radām pievienoto vērtību, jo uz šejieni pārceļas aktīvi un pozitīvi cilvēki, bieži vien ar ģimeni. Mums ir divu gadu līgums ar Klāvu Dubultu, kurš uz Liepāju pārcēlies kopā ar ģimeni. Viņa sieva strādā Olimpiskajā centrā, bet bērns iet bērnudārzā. Savā ziņā viņi kļūst par liepājniekiem.

Ja runājam par jaunajiem, mums ir cieša sadarbība ar Sporta spēļu skolu. Latvijā tā ir savā veidā unikāla situācija, ka klubs tik cieši sadarbojas ar sporta skolu. Mums visi treneri strādā abās organizācijās. Mums ir kopīga metodika, ideja, virzība. Cenšamies audzināt spēlētājus Liepājas basketbola klubam, Latvijas jauniešu izlasēm. Jāatzīst, ka pēdējos gados jaunieši ir nedaudz mainījušies, ne visi iztur līdz galam, jo profesionālā basketbola vide ir diezgan prasīga.

No tiem, kuri iztur, mums katru gadu ir jaunatnes izlasu kandidāti. Esam nopietni strādājuši, lai mums būtu fiziskās sagatavotības treneri, lai, sākot no U13 vecuma grupas, būtu sakārtota treniņu metodika.

Manuprāt, šeit radīti ideāli apstākļi, lai Liepājā jaunieši varētu attīstīties kā bas-

ketbolisti.

Meklējam arī nestandarta risinājumus. Piemēram, nesen sporta skola organizēja komandas saliedēšanas (izdzīvošanas) pasākumu visu vecumu grupām, treneriem regulāri notiek iekšējie semināri. Nopietni strādājam, lai mums būtu kvalitatīva vide. Ļoti ceram, ka no mūsu audzēkņiem kādreiz izaugs nākamais Kristaps, Helmanis, Ate, Freimanis.

Pievienoto vērtību radām arī ar to, ka no reģioniem aicinām pie sevis perspektīvus jauniešus, tā papildinot Liepājas vispārīgltotojošo skolu audzēkņu skaitu. Ja nemaldos, mums ir kādas desmit meitenes un zēni, kas uz Liepāju pārcēlušies no citām pašvaldībām.

– **Jau drīz pēc šī žurnāla iznākšanas klāt būs kluba basketbola sezonas kulminācija. Ko tu vēlētos tajā sasniegt, un cik šīs vēlmes ir reāli īstenojamas?**

– Mēs gribētu pirmoreiz kvalificēties Latvijas-Igaunijas līgas izslēgšanas spēlēm, kas Liepājas komandai iepriekšējos gados nav izdevies. Jāpaveic nopietns darbs, lai tas izdotos, bet saglabājam uz to cerību.

Protams, gribam atvest uz Liepāju finālspēles. Panākumi "Užavas" kausā, izcīnītas medaļas – tie ir mūsu mērķi.

Ceļš ir ļoti tāls, jāizveido komanda, kas spēj nebūt svārstīga, kā jau teicu iepriekš. Laika nav daudz, mums jau katru regulārās sezonas spēli ir kā *play-off* mačs.

Savā ziņā tas rada spiedienu, bet bez tā nevar. Ja gribi dzīvēt kaut ko nopietnu sasniegt, vienmēr jāreķinās, ka saskarsies ar spiedienu. Jāiemācās ar to tikt galā, jāiemācās uzvarēt spiedienu apstākļos, jāiemācās sasniegt savus mērķus un nest kopīgu atbildību par rezultātu.



"Tā ir nirvāna!" – brīdī, kad Latvijas hokejisti pērn tika pie bronzas medaļām pasaules čempionātā, kļiedza televīzijas komentētāji. Prieks un emocijas burtiski kausēja ledu, un, kā tobrīd sākuši smaidīt, tā bronzas varoņi to nepārstāja darīt visu ceļu no Tamperes Somijā līdz laukumam pie Brīvības pieminekļa Rīgā un vēl mazliet.



Pasaules kausa izcīņā basketbolā īpašu interesi piesaistīja Baltijas derbijs, kurā Latvijas izlases stāšanās pretī brāļiem lietuviešiem mazliet biedēja mūsu "sesto spēlētāju" pie TV ekrāniem, un tāpēc vēl jo lielāks bija prieks par mūsējo izcīnīto uzvaru Manilā pār Lietuvas valstsvienību.



Deniss Vasiljevs ir Latvijas daiļslidošanas zvaigzne, kas nenogurstoši turas starp labākajiem šī sporta veida pārstāvjiem un priecē ar patiešām emocionāliem priekšnesumiem.



Kristaps Porziņģis šosezon Nacionālajā Basketbola asociācijā Bostonas "Celtic" rindās ir burtiski neapturams un grauj rekordus pēc rekorda. Gadās arī pa kādai traucēšanai, bet kopumā Velnciema puika ir viens no komandas līderu kodola, kam treneris uzticas, un rezultāti ir acīm redzami – *ķeltiem* šosezon izdodas spēlēt mājās gandrīz bez zaudējumiem.



Gada izskaņā Andorā notikušajā "WTA 125" tenisa turnīrā uz cietā seguma laukumiem sacensību ritmā pēc meitiņas Aleksandras piedzimšanas atgriezās liepājniece, agrākā Latvijas labākā tenisiste un pasaules 11. rakete Anastasija Sevastova. Viņa, ceturtdaļfinālā piekāpjoties spānietei Marinai Basolsai, pēc šīm sacensībām atgriezās WTA rangā, ieņemot 665. vietu. Šī bija Nastjas iekļaušanās pasaules tūrē, kur viņa pēdējoreiz spēlēja 2022. gada sākumā.



Priekulnieks Madars Razma ir vienīgais Latvijas pārstāvis visaugstākās raudzes šautriņmešanas sacensībās. Londonā notikušajā pasaules čempionātā otro kārtu pārvarējušais M. Razma pēc uzvaras pār beļģi Maiku de Dekeru izteicās, ka vēltījies divus gadus, lai iegūtu izsētā spēlētāja statusu. Trešajā kārtā viņš piekāpās savam draugam, līdzšinējam pasaules čempionam Maiklam Smitam, kurš arī drīz no turnīra izstājās, līdz ar to zaudējot titulu.



Matīss Miknis turpina priecēt liepājniekus ar savu sniegumu ledus ceļos. Bobsleja četinieka viņš tagad startē jaunā sastāvā kopā ar Emīlu Cipuli, Dāvi Sprīngi un Kristu Lindenblatu un decembrī Insbrukā tika pie bronzas medaļas pasaules kausa izcīņā.



Alpu kalnos latvieši galvenokārt redzami atpūtnieku statusā, taču Miks Zvejnieks apliecina, ka kalnu slēpošanas slaloma trasē spēj "spridzināt" arī Latvijas pārstāvis.

Distanču slēpotāja Patrīcija Eiduka pēc 10 kilometru pievarēšanas pasaules kausa izcīņā Somijā nokrita zemē, apliecinot, ka visi spēki atdoti trasē. Izaicinošo "Tour de Ski" sacensību sēriju šī gada sākumā viņa pabeidza 8. vietā 23 gadu vecumā, izpelnoties treneru uzslavas. Šī jaunā sportiste mūs vēl pārsteigs!



Ceļu putekļos Polijā un citviet Eiropā sevi pārliecinoši pierādījuši mūsu rallija ekipāža – pilots Mārtiņš Šeks un stūrmans Renārs Francis. Liepājnieku duets par sevi liek runāt pasaules līmenī, un mājiniem tikai jātur īkšķi, lai izdodas kāpināt ātrumu un sasniegt panākumus, kas vēl priekšā.

Latvijas sportisti pasaules arēnās

Latvietis starp Šveices sienāžiem

“Iespējams, ka pagājušais gads bija vislabākais manā līdzšinējā karjerā,” par aizvadīto gadu saka liepājnieks ar rucavnieka saknēm – KRISTERS TOBERS, kurš 2023. gadā stiprināja Latvijas futbola izlasi un no sava pirmā ārzemju kluba Polijā pārcēlās uz Šveici, kur izcīnīja vietu Superlīgas komandas “Grasshoppers” pamatsastāvā.

– Kā tu raksturotu aizvadīto gadu?

– Kā pa viņiem, jo bija gan veiksmes, gan neveiksmes, bet kā futbolistam man tas, iespējams, bija labākais gads, jo es aizvadīju 90 procentus spēļu, visu sezonu nospēlēju izlasē, vēl izdevās parakstīt labu līgumu Šveicē un iekarot vietu pamatsastāvā. No tāda aspekta sezona bija laba, izdevās arī no traumām izvairīties.

Slikti noteikti bija tas, ka mums izlasē nebija daudz par ko priecāties un ka mana Polijas komanda izkrita no augstākās līgas, kas klubam ar tādu vārdu bija liela neveiksme. Bēdīgi, ka mans Polijas posms beidzās uz tādas rūgtākas nots, jo tā bija mana pirmā ārzemju kluba pieredze.

– Ja klubam būtu gājis labāk, tu būtu palicis Polijā?

– Nē, nebūtu. Jau janvārī mēs izrunājām ar kluba vadību, kā to redzam – es no savas puses, viņi no savējās. Paspiedām roku un vienojamies, ka atstrādāšu līgumu līdz beigām pēc labākās sirdsapziņas, un es sāku meklēt jaunus variantus. Viņi no savas puses apsolīja nelikt šķēršļus spēlēšanai, ja pats nopelnīšu sev vietu, un tā arī vasarā draudzīgi šķīrāmies.

– Kā tu nokļuvi Šveicē? Kādi vēl bija varianti, un kāpēc izvēle krita uz “Grasshopper”?

– Bija dažādi piedāvājumi, bet tādi reālāki, kur tikos ar treneriem un ko nopietni apdomāju, bija viena Vācijas Otrās Bundeslīgas komanda un viena Nīderlandes augstākās līgas komanda. Uz Vāciju pats ļoti gribēju braukt, man arī patika trenera redzējums, bet finansiālais piedāvājums neatbilda tam, ko komanda no manis sagaidīja. Bijām sākuši pārrunas ar nīderlandiešiem, kad ar piedāvājumu iesprucās Šveices komanda, un viņi pieslēdzās ļoti agresīvi – otrdien aģentam bija saruna ar kluba prezidentu, trešdien man zvanīja treneris Bruno Berners, un sestdien man jau bija lidmašīnas biļete uz Šveici. Izgāju medicīniskās pārbaudes un pa taisno braucu ar komandu uz nometni.

– **Ziņa par tavu pievienošanos “Grasshopper” noteikti tika pamanīta Latvijas futbola saimē, jo klubs ir zināms, spēlē augstākajā līmenī. Taču pat pievienošanās tāda līmeņa komandām mūsu futbolistiem ne vienmēr nozīmē izaugsmi, nākas piedzīvot arī vilšanās, nespēju konkurēt, mazu spēles laiku, traumas. Par laimi, tev izdevās gan sevi parādīt spēlēs, gan saņemt trenera un komandas biedru uzticību.**

– Man pašam grūti spriest, bet, iespē-

VIZĪTKARTE

Kristers Tobers

■ Dzimis 2000. gada 13. decembrī.

■ Cīrihes kluba “Grasshopper” spēlētājs kopš 2023. gada 1. jūlija, līgums noslēgts uz diviem gadiem.

■ Pozīcija laukumā: centra aizsargs.

■ Ar virslīgas komandu “Liepāja” savu pirmo līgumu noslēdza 17 gadu vecumā.

■ Gdanskas “Lechia” pievienojās 2020. gadā, kad komanda spēlēja Ekstraklases līgā.

■ Spēlētājs Latvijas jauniešu izlasēs no 2016. gada.

■ 2019. gadā debitēja Latvijas futbola valsts vienībā un pērn kļuva par izlases kapteini, savus pagaidām vienīgos vārtus izlasē guva pirmajā spēlē pēc kapteiņa apsēja saņemšanas.

■ Tirgus vērtība pēc transfermarkt.com datiem – 700 000 eiro.

jams, to veicināja gan tas, kāds es pats biju kluba maiņas brīdī, gan citu apstākļu sakrītība. Vispirms jau tas, ka pats biju pavisam citādāks, kad lidoju uz Šveici, nekā tad, kad ieradus Polijā. Toreiz aizbraucu uz Gdansku, nezinot, kas tā par komandu, nepazīstot spēlētājus, gandrīz neko nesaprotot par līgu, par pilsētu, kurā dzīvošu. Tā man bija pirmā pieredze vienam būt ārzemēs, tā pati sadzīvīko jautājumu risināšana man bija sveša, arī nodokļu sistēma. Lidojot uz Šveici, jutos emocionāli daudz stabilāk, man bija priekšstats par to, kas man vajadzīgs, kas jānokārto. Izlases biedrs Mārcis Ošs daudz palīdzēja ar saviem padomiem. Pieredzi no Polijas čempionāta arī jau varēju paņemt līdzi. Es biju daudz gatavāks uzākt sezonu jaunā klubā, nekā tas bija pirms pārcelšanās no Liepājas.

Par savu pozīciju laukumā baigi daudz nedomāju, neuztraucos – trenējos ar atdevi, laukumā darīju, ko varēju, un tad jau trenera ziņā ir, kā viņš mani redz komandā. Bet sakrīta tā, ka divi manas pozīcijas spēlētāji aizgāja prom uz Vāciju un Portugāli, palikām

trīs – es, japānis un nīderlandietis, bet viņš satraumējās. Tad klubs paņēma austrālieti un igauņi, kuru pašlaik vairāk izmanto kā labās malas aizsargu, un sanāca, ka man vienkārši vajadzēja pārliecināties darboties, kas arī izdevās, un tā baudīju aizvien lielāku trenera uzticību. Man bija labas spēles, auga pārliecība un, mijiedarbojoties dažādiem faktoriem, izdevās nostabilizēties sākuma sastāvā.

– Tagad jau tu vari salīdzināt spēlēšanu trīs augstākajās līgās – Latvijā, Polijā un Šveicē. Kā tu raksturotu katru no tām?

– “Liepāja” saistās ar tādu relatīvu mieru, jo nav tāda izteikta spiediena. Ja kāds domā, ka Latvijā izjūt kaut kādu spiedienu, tad varu teikt, ka tikai Polijā sapratu, kāds tas var būt. Noteikti Latvijas virslīgā pozitīvais, ko varu pieminēt, ir tas, ka varēju laukumā doties ar baudu. Futbola ziņā mums te gāja kā pa kalniem, bet Eirokausus noturējāmies un spēlējām. Un “Liepāja” ir Liepāja, tās ir mājas. Te ir ļoti skaisti, jūra, treniņu apstākļi lieliski, medicīniskajā un tehnoloģiju ziņā situācija ir izcila, tā ir ļoti līdzīga nodrošinājumam Polijā un Šveicē, šai ziņā latīņa ir uzstādīta ļoti augstu.

Polija, salīdzinot ar Latviju, jau ir cita pasaule, tur ap futbolu ir milzu ažiotaža, cilvēki mīl futbolu, skatās, jūt līdzi, tur tas ir kā reliģija. Futbols ir populārākais sporta veids valstī, un to var just. Ja komandai izdodas laba spēle, ir uzvaras, tad tevi gluži uz rokām nēsā, un otrādi – ja ir neveiksmes, zaudējumi, fanu spiediens ir jūtams. Spēlējot 20 tūkstošu skatītāju priekšā, jebkurai komandai ekstraklase ir norma, tagad Vroclavas “Śląsk”,

kas pērn ar mums par izdzīvošanu cīnījās, ir uz viņa, un tur 40 tūkstoši skatītāju skatās spēli stadionā.

Polijā un arī Šveicē ir tā, ka augstākajā līgā jebkura komanda var uzvarēt jebkuru un zaudēt jebkurai līgas komandai. Šveicē nereti ir nācijas piedzīvot, ka spēles ar tabulā nomināli zemāk esošām komandām ir smagākas nekā ar tabulas līderiem.

Šveices futbols ir ātrāks, kā aizsargs jūtu, ka uzbrucēji ir tehniski, ātri un ļoti dažādi. Tā, ka var no maza, ātra uzbrucēja mainīties uz klasisko Nr.9, kas ir liels, spēcīgs un var vienkārši pieturēt bumbu. Tāds ātru pāreju futbols, jā, tas laikam ir raksturīgākais Šveices augstākajā līgā. Tas spēlētājiem prasa augt kvalitatīvi, un to var redzēt, jo daudzi tālāk dodas uz Anglijas Premjerlīgu, citām labām līgām.

– Vai arī tu skaties uz šo līgumu kā uz nākamo pakāpienu savā karjerā?

– Jā, tā noteikti ir jauna pieredze uz jaunas skatuves. Runā, ka skauti vairāk braucot uz Šveices Superlīgu skatīties spēles. Turklāt “Grasshopper” ir Anglijas Premjerlīgas komandas “Wolverhampton Wanderers” fārmklubs. Zemapziņā, man šķiet, arī šim faktam bija nozīme, kad izlēmu slēgt līgumu ar Šveices klubu, jo nevar noliegt, ka kādreiz spēlēt Anglijas Premjerlīgā bija mans sapnis jau tad, kad kopā ar tēti skatījāmies futbola mačus. Bet es neatteikšos arī no piedāvājuma Vācijas Bundeslīgā! (Smejas.)

– Vai seko līdzi spēlēm Premjerlīgā? Tev ir kāda favorītkomanda?

– Godīgi sakot, pēdējā laikā es futbolu skatos maz, ja nu kādas grandu spēles. Vispār esmu futbolists, kas reti skatās spēles. Man patīk basketbols, NBA es Kristapa Porziņģa spēles paskatos, Lebrons Džeims ir mans elks no bērniības. Futbola skatos, ja draugi spēlē, tās ir Latvijas virslīgas spēles, citreiz kādas izlases biedru spēles, ja sanāk atrast kanālu.

– **Latvijas izlase, kurā tu pērn kļuvi par kapteini, nonāca mediju telpā ar skaļām diskusijām par galveno treneri, ar fanu protestiem, ar jautājumiem par federācijas atbildību un spēlētāju attieksmi pret to visu. Ko tagad vari pateikt, atskatoties uz pagājušo gadu izlasē?**

– Protams, ir liels rūgtums par to, ka tikai trīs punktu dabūjām. Ja skatās pēc spēlētājiem un kādas līgas viņi pārstāv, tad mēs bijām vājākā komanda grupā un mums bija jābūt 0 punktiem. Bet futbols nav uz papīra, ir jāiet un jāspēlē savas labākās spēles. Tādu gandrīz nebija. Pilnīgi izgāzta bija spēle Horvātijā, Armēnijā kājas nevarējām pacelt, ļoti smagi bija, bet varējām aizķerties – ja ne tā pendele, varējām punktiņu dabūt. Laikam visvairāk sāp mājās spēle ar turkiem, kurā iesitu golu. Tā viennozīmīgi bija cikla labākā spēle, tāpēc arī tas zaudējums šķiet vissāpīgākais. Protams, no visām neveiksmēm var paņemt arī kaut ko pozitīvu, bet mums ir ļoti daudz jāmacās no pašu kļūdām. Izlasei priekšā ir smags ceļš, daudz jāstrādā, tāpēc ar nepacietību gaidu jauno ciklu, jauno treneri. Domāju, ka mums ir iespēja sagaidīt kaut kādas jaunas vēsmas, jaunu uzrāvienu. Es uz to ceru.

– Vai kopā ar situāciju paša klubā, kur neizdevās tikt pie uzvarām, tev tas nebija pats smagākais posms tieši emocionālā ziņā?

– Jā, Polijā zaudējām daudzās spēlēs pēc kārtas, un es biju laukumā visās tajās spēlēs. Pēc katra zaudējuma tu iekrīti bedrē, pēc tam mēģini koncentrēt visus spēkus, ej atkal laukumā, atdod sevi visu, un atkal neizdodas vinnēt. Tas nav viegli. Un arī izlasē tas pats – satiekamies, ir apņēmība, spēles izdodas izlīdzināt, bet beigās uz tablo atkal vairāk vārtu pretiniekiem. Kad beidzās izlases cikls, tiešām vairs nebiju spējīgs par futbolu nedz domāt, nedz runāt. Atbraucu mājās pie ģimenes un uz nedēļu vienkārši atslēdzos. Tobrīd man bija aktīvās līguma sarunas – aģents zvanīja, treneri, bet es lūdzu vienkārši dažas dienas bez domām un runām par futbolu, jo vajadzēja savākties.

– **Ar Latvijas labākā futbolista titulu šogad bija amizanti, ka gan žurnālistu balsojumā, gan kopējā vērtējumā tu paliki otrais aiz sava drauga Jāņa Ikaunieka. Redzēju bildi tavos soctīklos, kur bijāt sevi pieteikuši Nr.1 un Nr.2. Ceri, ka izdosies Janci apdzīt?**

– Jā, es ceru, ka mēs nākamsezon varētu apmainīties! (Smejas.) Esmu ļoti priecīgs par Janci, zinu, cik viņam bija grūts gads, kādas

traumas bija. Esmu redzējis, ar kādām sāpēm viņš iet laukumā “uz špicēm un tabletēm”, kā viņam nesanāk vārtus iesist, bet pagājušās sezonas otrā pusē viņam bija vienkārši izcila. Ar pārliecību varu teikt, ka Jānis palīdzēja RFS tikt pie čempiona titula. Viņš noteikti bija pelnījis arī labākā futbolista balvu! Mēs sazvanāmies gandrīz katru otro dienu, kopā bijām atpūsties pēc sezonas.

– Pastāsti mazliet par sadzīves lietām! Kā tu esi iedzīvojis Šveicē?

– Labi. Dzīvoju netālu no bāzes, klubs iedeva mašīnu, no Cīrihes centra jābrauc kādas 25 minūtes, esmu apmēram pusstundas brauciena attālumā no Vācijas robežas. Uz Vāciju braucu reizi nedēļā pēc pārtikas – vistas un laša galvenokārt, jo Šveicē cenas ir patiešām augstas. Sākumā piedzīvoju nelielu kultūrsoku. Komandā iejutos ļoti labi, mums ir jauna komanda, lieliska atmosfēra, nav, par ko sūdzēties. Ar čaljiem brīvo laiku pavadām, ir forši, man ir vairāki jauni draugi, kas tādi noteikti paliks uz ilgāku laiku, ne tikai kamēr esmu komandā. Kopš mums ir igauņi, man ir brālis tagad. (Smejas.) Manai draudzenei Laurai arī ir labs kontakts ar futbolistu otrajām pusītēm. Laura ir uztura speciāliste, konsultē. Ir svarīgi, ka abi varam te iedzīvoties.

– Kādi ir tavi šī gada plāni?

– Gribas parādīt labu un stabilu sniegumu sezonas otrajā pusē, cerams, bez traumām. Komandas mērķis ir iekļūt līgas sešu labāko komandu pulkā. Iespējams, ka klubā būs pārmaiņas, jo esmu dzirdējis, ka to pārdo amerikāņiem. Saprotu, ka norit sarunas par to, ka būsīm Losandželosas “Galaxy” fārmklubs, bet tas ir liels darījums, kur vienā dienā nekas nenotiek.

Trenera maiņa, jācer, nav gaidāma, viņam ir savi uzdevumi iespēlēt spēlētājus un sasniegt zināmus rezultātus. Mūsu attiecības ir labas, viņš man uzticas, savstarpēji ļoti saprotamies, viņš mani uztver kā vienu no līderiem un prasa arī attiecīgu rīcību.



Pērn Kristers Tobers kļuva par Latvijas futbola izlases kapteini un savus pagaidām vienīgos vārtus guva pirmajā spēlē pēc kapteiņa apsēja saņemšanas. Diemžēl tas nepalīdzēja mums Turcijas izlasi pieveikt.

Liepājas sporta laureāti – 2023



Gada sporta notikums

“LIEPĀJA OPEN” Baltijā vērienīgākās ITF Pasaules sieviešu tenisa tūres W60 kategorijas sacensības “Liepāja Open” ar dalībniecēm no 26 pasaules valstīm un balvu fondu – 60 000 ASV dolāru.



Gada sporta seniors

Guntis PIRKTIŅŠ

Par augstiem rezultātiem badmintonā – 2023. gada sezonā Latvijas reitingā 50+ grupā izcīnīto 3. vietu vienspēlēs, 2. vietu dubultspēlēs un 5. vietu mix grupā vīriešiem.



Gada sporta seniore

Irīna ŠTŪLA-PANKOKA

Par augstiem rezultātiem vieglatlētikā – Eiropas čempionātā telpās izcīnīto 9. vietu 1500 m skrējienā un 11. vietu 8 km krosā.



Gada sportisti

Mārtiņš SESKS un Renārs FRANCIS

Par izciliem sportiskiem rezultātiem – 2. vietu sezonas kopvērtējumā FIA Eiropas rallija čempionātā.



Gada sporta komanda

BASKETBOLA KLUBS “LIEPĀJA”

Par augstiem sportiskiem rezultātiem – iegūto 3. vietu Latvijas Basketbola līgā un 2. vietu “Užavas” kausa izcīņā basketbolā.



Gada treneris

Vladimirs ŠEVKOVŠ

Balva par džudo popularizēšanu un attīstīšanu Liepājā, ilggadēju un profesionālu darbu, palīdzot Maksimam Duinovam, Ivanam Mihaļovam un citiem audzēkņiem 2023. gadā uzrādīt augstus sportiskus rezultātus Baltijas, Eiropas un pasaules čempionātos.



Mūža ieguldījums sportā

Jānis INTENBERGS

Balva par ilggadēju un neatsveramu ieguldījumu futbola attīstībā ne tikai kā veiksmīgam futbolistam un trenerim, bet arī kā personībai – Liepājas futbola ikonai, kas gadu gaitā veikusi mērķtiecīgu darbu ar vietējām komandām un Latvijas izlasēm gan uz laukuma, gan ārpus tā, iedvesmojot jauniešus iesaistīties sportā.



Gada jaunais sportists

Sergejs TARASOVŠ

Par izciliem sportiskiem rezultātiem kikboksā – 1. vietu “Light-Contact” disciplīnā svara kategorijā līdz 69 kg un 3. vietu “Kick-Light” disciplīnā svara kategorijā līdz 69 kg divās pasaules kausa izcīņās kikboksā – “Austrian Classic Kickboxing World Cup” un “Hungarian Kickboxing World Cup”.



Gada jaunā sportiste

Viktorija IRKLE

Par izciliem sportiskiem rezultātiem brīvajā cīņā sievietēm – 1. vietu Ziemeļvalstu čempionātā U17, Latvijas čempionātos U17 un U20, 5. vietu Eiropas čempionātā U17, kā arī 11. vietu pasaules čempionātā.



Gada sporta klubs

“BALLISTIC BOXING CLUB”

Par sporta kluba audzēkņu augstiem un izciliem rezultātiem Eiropas un pasaules līmeņa sacensībās, jauno talantu skološanu un trenera darbu, kā arī sporta veicināšanu Liepājā.

"Esmu iekļuvis straumē, un tā mani nes," par darbošanos skeitborda slalomā saka Dainis Drēžis. "Es jūtu interesi, jūtu, ka esmu vajadzīgs, tāpēc eju līdzī, ļaujies. Jāpateicas visiem mūsu pilsētā, kuri izrādījuši pretimnākšanu. Zirgu salā mums ir atvēlēta speciāli uztaisīta vieta, arī parkā uzlēja celiņu. Bet saistībā ar infrastruktūru vajadzētu darīt vēl vairāk, lai bērniem un jauniešiem būtu, kur savu enerģiju izlikt."



VĪZĪTKARTE

Dainis Drēžis

- Dzimis 1966. gada 4. jūnijā Liepājā.
- BJC skeitborda pulciņa vadītājs.
- Viens no skeitborda kustības aizsācējiem Liepājā.
- Mācījies Liepājā 10. vidusskolā, vēlāk – 31. arodskolā.
- Precējies, ir dēls.

VIENS NO

skeitborda aizsācējiem

Liepājas Bērnu un jaunatnes centra skeitborda pulciņa dalībniekus jau vairākus gadus apmāca DAINIS DRĒŽIS, bet diez vai daudzi zina, ka viņš piedalījies pašās pirmajās skeitborda slaloma sacensībās Liepājā, turklāt iegūstot godalgotu vietu.

Atceroties to laiku, kad pats, būdams pusaudzis, sācis skeitot, viņš saka: "Akmens laikmets. Kā diena pret nakti, ja salīdzina iespējas, kādas bija tad un ir tagad."

tik ļoti gribējās sev tādu ripināmo. Ar sameīstāro braucamrīku viņš "cīnījās" pa Miljonkalniņu, liepājniekiem tik ļoti zināmo valni, kas Liepu ielas posmu atdala no Jūrmalas parka.

IEMĪLOTĀ ALEJAS IELA

Tā kā skeitborda dēļi tolaik nebija pieejami, to gatavošana bija radošs process. D. Drēžis uzsver, ka viens no tiem, kas veicināja skeitborda slaloma attīstību Liepājā, bija 10. vidusskolas darbmācības skolotājs Jānis Gailis. Kad pie viņa Dainis vērsies ar lūgumu palīdzēt uztaisīt skeitborda dēli, skolotājs, izpētot līdzpaņemtos žurnālus, uzrasējis ar pildspalvu uz rūtiņu papīra potenciālo variantu. "Mana skolas biedra Dika Franča tēvs sametināja asis, novirpoja, sataisīja, un mēs atkal devāmies pie skolotāja Gaiļa. Tur mums ar Diku no veca sola izzāgēja virsmas, klājumus. Pielikām pamatīgi pagatavotās sistēmas un ar šiem "brīnumiem" sākām mocīties tālāk, bet viegli mums negāja," ar smaīdu atceras D. Drēžis.

"Tajā laikā Alejas ielā tika vilkta siltumtrase, bija uztaisīts kārtīgs asfalts. Mēs tur divatā sākām taustīties, kā iet ar jaunajiem "dēļiem". Izrādījās, ka tie bija par garu, vien braucam lejā no kalna, tāpēc vairāk gājām uz parku." Kad parādījās iespēja tikt pie rūpnieciski ražotiem dēļiem, Alejas iela kļuva par skeitborda interesentu pulcēšanās vietu. Tie lielākoties bija mākslas un mūzikas skolas audzēkņi, bet nāca arī puikas no malas. "Tā bija jautra vieta, forša. Likām trasī, braucām uz ātrumu," atceras Dainis. Aktīvi dēļotāji pulcējās arī Klaipeņas rajonā.

Skeitborda "tēvs" Liepājā ir Aleksandrs Geraimčuks jeb Aleksis, kā viņu sauca citi. "Viņš sāka mūs pulcināt kopā, aicināja trenēties,

pats vadīja treniņus, rīkoja sacensības. Pāris reizes aizgāju, bet sapratu, ka tas nav man. Biju pārāk liels brīvdomātājs," saka Dainis, kura cīņubiedrs tolaik bija Juris Kravcovs, tas pats, kurš vēlāk apsteidza viņu pirmajās sacensībās. "Liepājniekiem zināmajā "Trepīšu veikalā" ieskrējām nopirkt dažus radziņus, burciņu krējuma, ja bija, kefiru, ko, sēžot uz soliņa, apēdām, un braukājām tālāk. Tā praktiski katru dienu, vakarā pēc pulksten 23 nopūtējuši, nosmērējušies atgriezāmies mājās." Sezona beidzās, kad arī jau kļuva stindzinoši vēss.

Braucēju pulciņu, kas bija izveidojies ap Aleksi, pieskaitīja pie "Daugavas" sporta biedrības, bet 1983. gadā Liepājā tika izveidota pirmā skeitborda sekcija visā Padomju Savienībā. Notika regulāri treniņi, sākotnēji basketbola laukumā – uz līdenas virsmas, pēc tam no kalna "Daugavas" stadionā.

Liepāja gan nebija vienīgā pilsēta, kurā skeitoja. Aptuveni mēnesi pirms sacensībām Liepājā tādās aizvadītas arī Rīgā, abām pusēm par to nezinot. Tikai vēlāk liepājnieki lasījuši avīzē, ka tādās sacensības galvaspilsētā notikušas. Skeitbords Liepājā iesakņojās. Parādījās iespējas piedalīties sacensībās ārzemēs. Tā kā tas bija padomju laiks, aizbraukt uz Zviedriju vai Čehoslovākiju bijis liels notikums. Pirmās starptautiskās sacensības notika 1985. gadā Pērnāvā, tās skaitījās PSRS čempionāts. Pēc tam 1987. gadā Minsterē liepājnieks Māris Intlers ieguva sudraba medaļu jauniešu grupā.

JA ESI IEKĻUVIS STRAUMĒ, TĀ NES

Dainis ar dēli aktīvi brauca līdz 18 gadu vecumam. "Juris aizgāja armijā, un man radās citas intereses. Biju nopircis motociklu. Kad pats atnācu no armijas, pārtraucu pavisam, sākās pieauguša cilvēka dzīve. Dēlis bija nolikts malā, riteņi sāka kalst, bet es arī nepārdzīvoju, jo pēc tā vairs netiecos. Un tad vienu brīdi parādījās "uzrāviens". Prasīju Jurim: "Tev vēl vecais dēlis ir?" Bija, un viņš man iedeva. Uzliku no tā savām dēļa asīm riteņus, kuri Jura dēlim, par brīnumu, bija saglabājušies, un kādu vakaru tā pavēlāk, līdz ar tumsu, gāju uz parku. Skatos, – viens jau priekšā! Tas bija Andis Pelcmanis. Un viņam tāds kārtīgs dēlis, sakomplektēts no labas firmas asīm, riteņiem un klāja. Vārds pa vārdam, un bišķi pabraucām uz ātrumu. Andis man piedāvāja izlaist ar viņa dēli. Ja piedāvā, kāpēc ne?



Treniņš ar bērniem.

Mersedes! Manējais katru gropi jūta, bet Anda dēlis ripoja kā pa stiklu. Man āķis lūpā, un es sāku krāt naudu savam dēlim."

To laik skeitborda slalomu Liepājā kūrēja viens no prasmīgākajiem šī sporta veida pārstāvjiem Ainars Jermačenko. Dainis iesaistījās viņa dibinātajā biedrībā "Old school skateboard guys in Liepaja". "Es vēl dažās sacensībās nobraucu, bet tāds aktīvs braucējs vairs nebiju, jo, strādājot VUGD KRB, neatgriezeniski sabojāju veselību. Slimoju, bija operācijas, jutos slikti gan fiziski, gan morāli, apzinoties, kāda dzīve būs priekšā. Kad Ainars aicināja palīgos bērnu apmācībā, es pievienojos. Braukt vairs nevaru, bet, kā izrādās, varu ļoti izskaudrot. Tā nu es viņiem iemācu pamatus, un tālāk ceļš turpinās pie Ainara."

Lai gan ir pagājis daudz gadu, arī skeitbordā ir lietas, kas nemainās. "Kā savulaik man mamma brauca līdzī uz Igauniju pirkt dēli ar lietajām asīm, tā tagad bērnus, kas aizraujas ar skeitbordu, atbalsta viņu vecāki, atrod līdzekļus, kas nepieciešami sporta gaitām," saka Dainis.

"Tagad ir milzīgas tehniskās iespējas. Dēļi tādi, ka, šķiet, paši ripo. Uzķāp virsū, pakustini vēderu, un jau aizslīd. Mūsu laikos nebija ne roku un kāju aizsargu, ne ķiveres. Man abi elkoņi ir bedrēs. Sējām virsū ar saitēm kaut kādas gumijas, bija hokejistu aizsargi, tagad var nopakoties un "dragāt" bez bēdām. Iespējas ir kā diena pret nakti."

Lai arī Dainis pats vairs nebrauc, viņam, mācot jauno paaudzi, ir sajūta, ka turpat vien uz dēļa joprojām ir. "Esot tur klāt, man sāk trīsēt pirksti, rokas, kājas... Es to braucēju ķeru ar acīm, ir sajūta, ka eju līdzī, it sevišķi sacensībās. Tajā brīdī, kad mans audzēknis brauc, es esmu kopā ar viņu."

Pa šiem 40 gadiem ekstrēmālais sporta veids pieredzējis gan kāpumus, gan kritumus, bet joprojām ir dzīvs. Brauc ne tikai jaunie, bet arī "dinozauri", kā viņus nodēvē Dainis. Vēl viens skeitborda entuziasts Raitis Teteris sasaucis kopā visus vecos braucējus uz sacensībām tieši māsteriem, braucējiem no 45 gadu vecuma. Pērn jau notika sacensības ne tikai māsteriem, bet arī grandmāsteriem, kas ir vecāki par 55 gadiem. Jubilejas gadā Liepājā notika Latvijas čempionāts skeitborda slalomā, pirmo reizi Latvijā sacensības tika translētas tiešraidē televīzijā TV4. Trīs disciplīnās – giganta slalomā, speciālajā slalomā un līnijaslalomā – piedalījās visu vecuma grupu braucēji, arī sievietes.



Aizsākot un attīstot skeitborda slalomu, daudz kam bija jāpieiet radoši. Liels deficīts bija paši skeitborda dēļi – tolaik Latvijā to vienkārši nebija. Attēlā: Jura Kravcova mākslas darbs, gatavots ar mīlestību.



Liepājas skeitparks 90. gadu sākumā.

KOMANDAS SPĒKS

Sportiskais sāncensības gars liepājniekos ir spēcīgs! To pierāda daudzās amatieru komandas, kurās apvienojušies dažādu sporta veidu entuziasti. **Vēlme uzturēt fizisko formu, saliedētība ar citiem, gandarījums un kopā būšanas prieks ir tie dzinuli, kas mudina spēlētājus trenēties un startēt sacīkstēs neatkarīgi no tā, vai viņus kāds atbalsta, vai arī visi izdevumi jāsedz no pašu kabatas.**

Vienam skriet negribējās

"Atmetu pīpēšanu!" – iemeslu, kura dēļ pirms desmit gadiem nonācis pie lēmuma veidot futbola klubu "Zvejnieks", skaidro Oskars Kadeģis. "Kaut kādas fiziskās aktivitātes bija vajadzīgas, bet vienam skriet negribējās."

"Zvejnieka" stāsts gan aizsācies nedaudz agrāk. Katru gadu Zvejnieku svētkos Jūrmalcīemā noticis futbola turnīrs. Pie Oskara uz svētkiem sabraukuši draugi, kas tad arī apvienojušies komandā, lai piedalītos šajās futbola sacīkstēs. Pēcāk sekotāji dalība Jāņa Proknera rīkotajā nakts futbola turnīrā Liepājā. "Tad sapratu, ka šādi, komandai sanākot kopā tikai uz vienu dienu, labi nospēlēt nevar. Kopā vajag skriet biežāk. Tā nu mēs, lielākoties zvejnieki, 2014. gada vasarā sanācām kopā un izveidojām klubu."

Šobrīd no sākotnējā kluba sastāva Oskars palicis vienīgais. Sastāvs mainoties katru gadu – kāds gūst traumu, cits nolemj sportiskām aktivitātēm likt punktu, laiku pa laikam komandu papildina jauni spēlētāji.

Šī gada sākumā "Zvejniekā" bija apvienojušies 14 spēlētāji, kuri pārstāv dažādas jomas. "Ir, kas mācās, ir arī bijušie futbolisti, celtnieki un citi, kuri savulaik aktīvi sportojuši un grib uzspēlēt futbolu sava prieka pēc."

Pērn "Zvejnieka" rindās spēlētāji bijušie Jūrmalas futbola kluba "Spartaks" pussargs Markuss Alpēns, kurš gan šobrīd savu profesionālo karjeru futbolā neturpina, kā arī bijušie sieviešu futbola komandas "Liepāja" galvenais treneris Kārlis Kņūts. Vairākus gadus kājbumbu kopā ar citiem "zvejniekiem" dancinājis bijušie futbola kluba "Liepājas metalurģis" un "Liepāja" dublieris, uzbrucējs Artūrs Kupčs.

"Tā ir sava štēllīte," darbošanos futbola klubā raksturo "Zvejnieka" dibinātājs.

Treniņi notiek katru nedēļu, ziemā Nīcas sporta hallē, vasarā – Grobiņas stadionā. Kluba spēlētāji uztur pašu spēkiem – visas izmaksas sedz no savas kabatas.



Pagājušajā gadā "Zvejnieks" startēja vairākos amatieru futbola čempionātos – Liepājā, Dienvidkurzemē, Kuldīgā.

"Liepājā esam uzvarējuši C divīzijā, pēc tam arī B divīzijā gan iekšējās, gan laukā. Tikām līdz A divīzijai, no kuras izkritām. Esam starp A un B divīziju," par komandas panākumiem stāsta O. Kadeģis.

Aizvadītajā vasarā komanda uzvaras laurus plūca arī Dienvidkurzemes novada čempionātā. Diemžēl Kurzemes kauss gāja secen, to izcīnīja ventspilnieki, bet "zvejnieki" palika otrajā vietā, tādējādi neiekļūstot Latvijas finālā.

O. Kadeģis piebilst: "Mums nav nosprausti konkrēti mērķi. Galvenais ir gūt gandarījumu no tā, ko darām. Protams, visu laiku zaudēt negribam, un šis gads gan pilsētas, gan Dienvidkurzemes novada čempionātos mums iesācies labi."

No senčiem līdz karaļiem

nosaukumu "Liepājas karaļi!"

Komandā ir gan tādi, kuri florbolu jau spēlējuši citās sportistu grupās, gan tie, kuri šajā sporta veidā sākuši trenēties no nulles. "Treniņos ir ļoti patīkami redzēt, kā viņi attīstās, kļūst par pieredzējušiem spēlētājiem," stāsta komandas dibinātājs. "Liepājas karaļiem" sponsoru nav, un komanda būtu priecīga, ja kāds izteiktu vēlmi to atbalstīt, jo treniņu izmaksas spēlētāji sedz paši, katrs individuāli pērk arī nepieciešamo inventāru.

Četru gadu laikā "karaļi" izcīnījuši divas bronzas medaļas – 2022. gadā Dienvidkurzemes čempionātā, bet pērn – Liepājas čempionātā.

Kāpēc ir vēlme darboties šajā komandu sporta veidā? "Pirmkārt, lai uzturētu fizisko formu un nebūtu jāsēž mājās. Otrkārt, tas ir arī izaicinājums – izveidot komandu faktiski ne no kā un skatīties, ko mēs varam, kas mums sanāk, kas nesanāk," atbild Mārtiņš, kurš ikdienā strādā ražošanas uzņēmumā "MB Betons".



Divas reizes nedēļā, otrdienās un ceturtdienās, Liepājā, Rietumkrasta vidusskolā (līdzšinējā 8. vidusskola), uz treniņu sanāk florbola komanda "Liepājas karaļi". Tā dibināta 2020. gadā un apvieno apmēram 25 spēlētājus no dažādām paudzēm, pastāsta komandas dibinātājs Mārtiņš Solovjovs.

"Karaļos" aktīvi trenējas gan jaunieši, gan vidēja un vecāka gadagājuma cilvēki,

dažam ir 15 gadu, citam gandrīz 50.

M. Solovjovs stāsta: "Pirms tam bija komanda "Senči", kurā darbojās gados vecāki spēlētāji. No tā arī cēlies komandas nosaukums. Šī komanda pastāvēja kādus četrus piecus gadus, pēc tam spēlētāji izklīda. Taču daži no "Senču" komandas palikušie, piesaistot citus, kas pauda gatavību spēlēt florbolu, nolēma veidot jaunu komandu, dodot tai

Palīdz popularizēt militāro dienestu

Apaļa jubileja šogad aprīlī Liepājas hokeja klubam "Bites". Tā aizsākumi meklējami 2004. gadā, kad kopā sanāca Nacionālo bruņoto spēku (NBS) vairāku struktūru pārstāvji, arī pašvaldības policisti, cietuma apsargi un daži civilie, lai izmēģinātu spēkus hokeja spēlē.

"Bijām sētas līmeņa spēlētāji, kas kādreiz padzenājuši ripu pa ezera vai diķa ledu – vienkārši entuziasti, kam patika sports un visvairāk interesēja tieši hokejs," pastāsta kluba dibināšanas iniciators Andris Bitenieks.

Tolaik visiem nebija pat pienācīgs hokeja ekipējums, tas laika gaitā iegādāts par pašu līdzekļiem. Jau vēlāk, redzot karavīru aktīvo rošību, hokeja klubu atbalstījuši Jūras spēki (JS) un Pirmais reģionālais nodrošinājuma centrs (1. RNC). Tā izveidojās 1. RNC komanda, kas sāka piedalīties Liepājas amatieru hokeja čempionātā.

A. Bitenieks: "Tā tas turpinājās, līdz valstī 2008. gadā sākās finanšu krīze un atbalsts komandai pārtrūka, taču iesāko turpinājām par saviem līdzekļiem. Tad arī komanda nostiprinājās kā sporta klubs "Bites". Nu jau vairākus gadus komanda atkal saņem atbalstu, un 2023. gadā "Bites" transformējās – kļuva par Jūras spēku komandu, lai padarītu atpa-

zīstamākus Nacionālos bruņotos spēkus.

Klubā šobrīd trenējas aptuveni 25 Aizsardzības ministrijas (AM) struktūras pārstāvošas personas no JS, 1. RNC, Zemessardzes (ZS) un Jaunsardzes centra. "Mūsu uzdevums ir popularizēt hokeju un NBS, veicināt atpazīstamību un sadarbību ar civilajām struktūrām, kā arī Latvijas pilsoņu iesaisti AM sistēmā (NBS, ZS)," skaidro komandas pārstāvis, norādot, ka ripas zēšana un iemānīšana pretinieku vērtos komandas biedrus gan saliedē, gan sniedz gandarījumu. Pateicoties hokejam, vairākus cilvēkus izdevies arī piesaistīt militārajam dienestam.

Šobrīd Jūras spēku komanda spēlē abās



Odi dāvā emocijas

par to viņš nesaņem.

"Primāri amatieru basketbola pamatā ir saņemt labas emocijas un adrenalīna devu. Šeit nevienam naudu nemaksā. Galvenais ir, lai komandā būtu labs mikroklimats, un "Oda" tas ir teicams, tuvu izcilam," vērtē Dāvis.

Klubam ir vairāki atbalstītāji, dāsnākais no tiem – atpūtas bāze "Ods". Komanda godam var lepoties ar diviem izcīnītiem čempionu tituliem – pirmoreiz zeltu Liepājas basketbola čempionātā "Ods" ieguva jau savā pirmajā pasta-

vēšanas gadā (2018.), otro reizi – 2023. gadā. 2022. gadā šajā čempionātā tika nopelnītas bronzas medaļas.

D. Silenieks: "Protams, ejam uz attīstību un tuvākajā nākotnē plānojam kāpt solīti augstāk, piedaloties reģionālajā basketbola līgā, kas agrāk bija zināma kā LBL3. Sastāvs mums ir diezgan labi saspēlējies, esam nomainījuši divus spēlētājus, un liekas, ka šī būs tā komanda, kas varēs pacīnīties jau augstākā līmenī."

NBS pārstāvji, IT speciālisti, mārketinga jomā strādājošie," norāda komandas kapteinis.

Katra reize, kad komanda sanāk kopā, esot kā mazie svētki – ģērbtuvē skan joki, smieklī. Reizumis spēle pat esot sekundāra, galvenais – būt kopā.

Dāvis ar basketbolu nodarbojas kopš gandrīz sešu gadu vecuma – nu jau aptuveni 20 gadus. Spēlētājs dažādās komandās, arī ārpus Liepājas, un pa šiem gadiem basketbola jomā ieguvus daudz vērtīgu kontaktu, kas noderēja, veidojot klubu un uzņemoties menedžera pienākumus, kas gan ir tikai viņa hobijs, balstīts uz entuziasmu, jo atalgojumu

"Izveidot konkurētspējīgu komandu nav viegli. Visgrūtākais ir komandas tapšanas sākums un pirmie divi trīs gadi, kad jāsaprot, kurš būs gatavs spēlēt un kurš nebūs liels palīgs. Tas ir laiks, kurā izkristalizējas komandas kodols. Šobrīd, šķiet, esam atraduši to īsto A formulu, pēc kuras tad spēlēsim līdz galam, kamēr kājas ies uz priekšu," saka Dāvis Silenieks, basketbola kluba "Ods" veidotājs, menedžeris un komandas kapteinis.

BK "Ods" izveidots 2018. gadā. Tā kodolu veido lielākoties liepājnieki, taču ir arī spēlētāji, kuri dzīvo Rīgā, Saldū, Kuldīgā, kopumā 15 cilvēki, kas ikdienā strādā dažādās jomās. "Mums ir pilna buķete – likumsargi, elektrīki,



Ķīniešu peldētāji Sju Dzjaju un Cjins Haijans sacenšas vīriešu 4 x 100 m kombinētās stafetes finālā 19. Āzijas spēlēs Hangdžou, Ķīnā austrumos.



Golfs joprojām ir viens no prestižākajiem sporta veidiem pasaulē. Skats no "Australian Open 2023" turnīra Sidnejā, kad austrālietis Mins Vū Lī izspēlēja bumbiņu no bunkura ceturtajā bedrītē ceturtajā raundā.

Sporta magnēts – dinamika un emocijas



Saūda Arābijas tuksnešos autosacīkstēs ir īpaši iespaidīgas. "Yamaha" komandas sportistu meistarīgie triki.



Jahtu izešana atklātos ūdeņos drīz pēc starta ikgadējā Hobārtas 360 jūdžu sacīkstē uz Tasmāniju.



Sports mēdz būt arī visai neparasts. Te kirgīzu sportisti Biškekā sacenšas nacionālajā kok-boru čempionātā. Kok-boru ir tradicionāla, polo līdzīga Vidusāzijas spēle, kurā jātnieku mērķis ir iemest pretinieku vārtos kazas liemeni bez galvas.



Jaunzēlandes sportistu komandas arēnās pazīstamas ar hakas priekšnesumiem. Te tradicionālā maoru stājas deja ar izkliegtu pavadījumu pirms spēles ar argentīniešiem Francijā notiekošajā pasaules kausa izcīņā regbijā.



Amerikāņu futbolam skatītāju tūkstoši ar aizturētu elpu un nevilnotu interesi seko līdzī kā stadionos, tā pie televizoru ekrāniem. Te NCAA spēlē Oregonā "Liberty Flames" aizsargs Amariāns Viljamss (26) pārtver piespēli, kas bija paredzēta "Oregon Ducks" uzbrucējam Trešonam Holdenam (5).



Nujorkas maratonā līdzās skrējējiem ir arī sportisti ratiņkrēslos. Sports vienmēr ir stāsts par iespējām visiem un katram, arī stāsts par sevis pārvarēšanu un milzu gribasspēku.

2023. gads pasaules sportā bija notikumiem bagāts. Netrūka prieka brīžu, vilšanās sāpju, uzvaru, zaudējumu, gribasspēka un sāncensības, netrūka emociju un iespaidīgu skatu, kas īpaši priecē sporta līdzjutējus.



Sērfošanas sacīkstēs ir vienas no iespaidīgākajām, jo te cilvēkam jākontrolē gan savs ķermenis un prasmes, gan jātiek galā ar dabas spēku. Skats pie kādas no Havaju salām turnīrā "Vans Pipe Masters Surf Contest 2023".



Reakcija uz soģa žestu futbola spēlē starp "Romas" un "Napoli" komandām.



Apritējuši jau 10 gadi, kopš 2013. gadā slēpojot negadījumā cieta leģendārais "Formulas 1" pilots Mihaels Šūmahers. Viņam par godu Ķelnē notiekošajā izstādē "Motorworld" tika izstādītas Šūmahera vadītās "Ferrari" sacīkšu automašīnas.

Ērti apavi un kompass – mežā iekšā!



Dažkārt bezmērķīga pastaiga pa mežu ir tieši tas, kas vajadzīgs. Tomēr darot to regulāri, kļūst garlaicīgi, tāpēc ne viens vien liepājnieks apvienojis šos abus, mežu un aktīvāku atpūtu, vienotā sporta veidā. **Orientēšanās sporta lielākie plusi ir tādi, ka tas neprasa lielus tēriņus un piemērots visiem vecumiem.** Jānis Bethers šajā sporta veidā jūtas kā zivs ūdenī, lepojas ar 30 gadu pieredzi un ir orientēšanās kluba "DR-Krasts" vadītājs.

AIZRAUTĪBA NO BĒRNĪBAS

J. Betherā mīlestība pret orientēšanās sportu aizsākusies jau 11 gadu vecumā, kad Jānis mācījās Dzērves pamatskolā, Cīravā. Orientēšanās takās viņu ievadījis vārda brālis Jānis Brūns. Savulaik puisis trenējies arī Saldū, un pamazām tas kļuvis par dzīvesveidu, nu viņš vada orientēšanās klubu «DR-Krasts».

Atskatoties vēsturiski uz biedrības izveides procesu, J. Bethers stāsta, ka orientēšanās agrāk bija Liepājas rajona Skolēnu interešu centra pārzīnā, toreiz to pārstāvēja Tamāra Štrausa. "Vēlāk pieaicināja mani tur darboties. Laikam ejot, nedaudz pamainījām aktivitātes, pielikām vairākas kārtas un visbeidzot ar Maiju Kreicbergu izveidojām biedrību. Maijas gan vairs nav starp mums. Toreiz sāku rakstīt Eiropas projektus, lai varētu saziņot vajadzīgās kartes, iegādāties atzīmēšanās sistēmas un visu pārējo. Izdevās," atminas J. Bethers.

Katrā sporta veidā nepieciešams tas īpašais dziulis jeb draivs. Kā to rod orientieristi? "Lielākā pievienotā vērtība ir sastaptie cilvēki. Pazīšanās, komunikācija, kopīgi pavadīts laiks. Tu dari, redzi, ka cilvēkiem tas patīk, viņi gūst baudu, un tad tas dod prieku arī tev. Protams, viens to izdarīt nevar, vajadzīga laba komanda, lai tas ritētu glab. Gadās arī grūtības – aizvien vairāk parādās aizliegtās teritorijas, ir vietas, kur Bernātu pusē nav

Lai kļūtu par orientieristu, nepieciešama vien vēlme kustēties, viegls apģērbs, karte un kompass. J. Bethers novērojis, ka orientieristi visbiežāk izvēlas īkšķa kompasu, kas ir visērtākais kustoties.



Jānis Bethers orientēšanos iepazīs 11 gadu vecumā un nu ir orientēšanās kluba "DR-Krasts" vadītājs, kurš joprojām ar prieku izskrien maršrutus kopā ar savējiem.

atļauts skriet, jo tur ir aizsargājami augi utt. Tas jāņem vērā. Ja liegumi mainās, viss jāpārplāno. Tāpat visu laiku jāzīmē kartes, ik gadu aptuveni trīs kvadrātkilometros jāseko līdzi visām izmaiņām, jo daudzus mežus izzāgē, tas jāizrunā ar mežsargiem un jāiekļauj tuvākās divgades plānā. Karšu zīmētāju arī Latvijā tik daudz nemaz nav, pie viņiem stāv rindā."

Palīdzot gan tas, ka pašvaldības šīs ak-

titātes atbalsta. Pēdējos gados atbalstu sniegušas gan Liepājas, gan Dienvidkurzemes sporta pārvaldes. Tāpēc iespējams pienācīgi uzzīmēt jaunās kartes un atjaunot inventāru.

26 IESPĒJAS MEKLĒT CEĻU

Kluba "DR-Krasts" rīkotie orientēšanās pasākumi notiek otrdienās. "Beidzamā laikā ik gadu mums ir 26 otrdienas, kad no pulksten 16 līdz 18.30 kopā ar mums jebkurš interesents var doties mežā Liepājas tuvumā vai Dienvidkurzemē un ļauties orientēšanās piedzīvojumam. Biedrība veido dažādas distances Liepājas, Grobiņas, Nīcas, Aizputes, Pāvilostas un Durbes teritorijās."

Sezona sākas marta beigās un turpinās līdz oktobrim.

"Liepājā tiek piedāvāta iespēja orientēties poligonos. Atšķirība no poligoniem otrdienās ir tā, ka mēs paši esam uz vietas mežā un palīdzam cilvēkiem – pastāstām, iedrošinām, iedodam nepieciešamo inventāru un karti. Novērtējam, cik spējīgs ir dalībnieks, un tad palaižam viņu kādā no piemērotākajām distancēm," skaidro biedrības vadītājs. Apģērbs un apavi gan jāsaģēdā pašam, bet čupiņa kompasu biedrībai ir, ar tiem var padalīties. Tāpat dalībniekam iedod speciālo atzīmēšanās sistēmu un papīra formāta karti.

mežā iekšā!



Liepājas pusē pieejami četri orientēšanās poligoni, kur piedzīvojumā katrs var doties individuāli, kad vien sirds vēlas: Beberliņu atpūtas parka orientēšanās poligons, Liepājas pilsētvides orientēšanās maršruts, Karostas orientēšanās poligons un Jūrmalas parka orientēšanās poligons.

"Poligonos gan klāt neviens nestāv, tur viss jādara pašiem. Ņem karti un mēģini izprast, kas piemērotāks!" rosina J. Bethers.

Šo maršrutu kartes iespējams ielādēt telefonos. Ik pa laikam tās tiek papildinātas. "Esmu novērojis, ka daudzi staigā pa mežu un atzīmējas ar QR koda aplikāciju," saka Jānis.

Viņš zina teikt, ka par izaicinošāko maršrutu no orientieristu puses mutiski atzīts Karostas poligons. To teikuši pat tie, kas izbaudījuši lielāko daļu citu Latvijas poligonu.

NAV VECUMA ROBEŽAS

Orientēšanās pēdējos gados gūst arvien lielāku popularitāti. "Pirms pandēmijas vidējais dalībnieku skaits otrdienās bija 74, pagājušajā sezonā, 2023. gadā, bija ap 64 dalībniekiem. Neliels kritums ir, bet cerams, ka tas izlīdzināsies," saka Jānis.

Viņš uzskata, ka lielākais orientēšanās plus ir komunikācija, tomēr ne mazāk svarīgi, ka šajā sporta veidā nav nekāda vecuma ierobežojuma. "Pavisam maziem ģipariem mežā ik pa gabaliņam sasienam lentītes, un tad viņš kopā ar vecākiem iet, lasa lentītes un nonāk kontrolpunktos. Tas iespējams no 1,5 gadu vecuma, ir reizes, kad vecāki viņus pat vēl nes rokās. Savukārt mūsu vecākajam dalībniekam ir 80+, joprojām aktīvi līdzdarbojas, dodas mežā. Visā Latvijā tas pāraudzis par tādu ģimenisku sporta veidu. Ja bērns skrien, vecāki pavelkas līdz, vai otrādi," priecojas orientēšanās entuziasts.

"Gada šķērsgrizumā Liepājā varam redzēt aptuveni 35 orientēšanās sacensības," uzskaita Jānis. Iespēju esot daudz: nakts orientēšanās, nakts rogainings, velobums, telpu orientēšanās, ko rīko Latvijas Orientēšanās federācija sadarbībā ar Liepājas Sporta pārvaldi.

► Lieta Rimkus

Gribu sākt. Kas jāzina?

Kompass

"Galvenais, nepirkt līelveikalos. Ir dažādi – plāksnīšveida, klasiskie. Lielākā daļa skrien ar īkšķa kompasēm. Iesācējiem vispiemērotākais būs plāksnīškompass, tomēr es ieteiktu skatīties uz tādu, kas ir no 25 eiro uz augšu. Tad ir lielāka iespējamība, ka bultiņa ātrāk nostāsies, tas tik ātri nesabojāsies, iekšā nebūs burbuļi un kopumā būs precīzāks. Tie, kas nopērkami par 3 eiro, visdrīzāk jums cerēto nedos," komentē J. Bethers.

Apavi

Jānis stāsta, ka apaviem ir būtiska nozīme šajā sporta veidā: "Lai orientētos, ir radīti tam piemēroti apavi, kas nodrošināti ar pretslīdi, metāliskām knopītēm gadījumiem, kad jākāpj kokos. Tomēr tādi vairāk nepieciešami tiem, kas jau prasmīgi ar to nodarbojas. Iesācējam pilnībā pietiek ar viegliem apaviem, kas paredzēti skriešanai un aprīkoti ar protektoriem. Tālāk jau katram individuāli radīsies izpratne, kas nepieciešams, lai spētu orientēties pēc iespējas kvalitatīvāk. Skaidrs gan ir tas, ka ar galīgi "plikām" botām varētu būt grūti."

Piemērota maršruta izvēle

"Ir dažādi. Vieni grib skriet, citi iet. Ģimenes ar bērniem ņem līdzī somas un piestāj kaut kur sviestmaizes apēst. Gan mūsu piedāvātajiem, gan poligonu maršrutiem ir dažāds garums un sarežģītība, katrs var sev kaut ko atrast. Garākā distance ir Karostā – 16 kilometri, īsākā ir aptuveni 2,5 kilometri. Liepājā ir maršruti, kurus dalībnieki izbrauc ar velosipēdiem. Atliek tikai izpētīt un izvēlēties tīkamo."

Kartes lasīšana

Pirmkārt, ne visi to prot, otrkārt, kā lai zinu, daru pareizi vai ne? "Kad esam sanākuši uz vietas, to pastāstām. Tomēr, ja cilvēks dodas uz poligonu, tad paša spēkiem ar to būtu jāiet galā, tas nav tik sarežģīti. Zinu arī, ka pērn bija nodarbības, ko vadīja Edgars Bērziņš, kuru laikā kā bērniem, tā pieaugušajiem tika piedāvātas apmācības."

Izmaksas

"Manuprāt, orientēšanās ir ļoti demokrātisks sporta veids. Dalība un kartes izmaksas pieaugušam cilvēkam ir 3 eiro, bērniem bez maksas. Visi tēriņi ir saistīti ar to, ka konkrētā dienā jānokļūst konkrētā vietā, lai piedalītos. Tas arī viss. Poligonos var orientēties pilnīgi bez maksas, to izveidi finansējusi pašvaldība, un tie ir pieejami ikvienam. Viss, kas vajadzīgs – viegls apģērbs un sportiski apavi. Rīdiniņi par mūsu cenām brīnās, bet Kuldīgā ir līdzīgi kā pie mums, Saldū, šķiet, mazliet dārgāk. Esam atvērti un priecājamies par katru jaunu dalībnieku," saka J. Bethers.



Par to, ka orientēšanās ir ģimenisks sporta veids, liecina arī priecīgie bērni, kas mežā dodas no punkta līdz punktam un dažkārt apsteidz pat vecākus.



Kartes lasīšana nebūt nav tik sarežģīta, kā cilvēki sākotnēji domā. Turklāt vienmēr var palūgt palīdzību no malas.

Kurvini airē, trenē un tiesā

Airēšanas slaloma kluba "Atvars" panākumi Latvijas mērogā kļuvi ierasti, valsts čempionu tituli krājas, un retas ir tās sacensības, kurās liepājnieki neiekļūst laureātu pulkā. **Stabila vērtība pašmāju airētāju saimē ir Kurvini ģimene, kuras atvasei Elizabetei Andrai 14 gadu vecumā kabatā jau divi tituli, bet Ivo Latvijas čempiona nosaukumu izcīnījis vienreiz.** Savukārt Juris iekodies sūrajā trenera maizē, bet Liene sacensībās pilda tiesneša pienākumus.



Elizabete Andra Kurvina tikusi jau pie vairākām godalgām un sevi labi parāda sportā.



Ivo Kurvins ātri kļuva par vienu no vadošajiem airētājiem Latvijā, krājās godalgas, tika izcīnīts arī valsts čempiona tituls, bet tagad viņš vairāk pievērsies studijām.

Viens no Latvijas vadošajiem K1 klases airētājiem Ivo Kurvins mācās un strādā Rīgā, tāpēc sarunai pievienojās attālināti. Savas sportiskās karjeras sākumu Ivo atceras ar smaidu. Viņam mācībās patīcis paslinkot, un tad tēvs rakstura audzināšanas nolūkos puiku ņēmis savā paspārnē un aizvedis uz airēšanas treniņiem. Pēc pirmajiem mēģinājumiem viņš sportu uz laiku nolīcis malā, bet kad Nicā izveidots klubs, airēšanai

pievērsies nopietnāk. Uz panākumiem ilgi nebija jāgaida, un Ivo drīz kļuva par vienu no vadošajiem airētājiem Latvijā, sāka krāties godalgas, tika izcīnīts arī valsts čempiona tituls. Šobrīd Ivo turpina trenēties, ziemā uztur sevi formā svaru zālē, bet kopumā sports nonācis otrajā plānā. Par prioritāti jaunietis izvirzījis izglītību, jo nav viegli apvienot mācības ar pilnvērtīgiem treniņiem un darbu. Karjeras pilnveides labad

Ivo gadu pavadīja Čehijā, kas ir airēšanas slaloma lielvalsts ar vairākiem specializētiem kanāliem. Tagad liepājnieks domā, ka tajā laikā, kad tur bija, un ar tām iespējām, kas bija pieejamas, varēja paņemt vairāk, un, kritiski atskatoties atpakaļ, uzskata, ka vairāk vajadzēja prasīt padomu treneriem, lai sasniegtu lielāku progresu.

Ģimenes galva Juris Kurvins jaunībā pats nodarbojās ar airēšanas slalomu un savas sportiskās karjeras laikā iekrāja neskaitāmas godalgas, bet tad iestājās 25 gadu pauze bez šī sporta veida. Jurim pie Latvijas meistartitula neizdevās tikt, jo, kā viņš pats atzīst, vīriešu K1 laivu klasē visos laikos konkurence ir bijusi ļoti sīva. Pēc ietilgušā pārtraukuma Juris kopā ar Aigaru Auznieku realizēja ideju, kas pārauga nopietnā ilgtermiņa pasākumā. Sākotnēji laivā tika sēdinātas atvases, tad pievienojās radi, draugi, domubiedri, un tad jau tapa klubs "Atvars", kas kļuvis par nopietnu spēku airēšanas slaloma vidē.

Arī Liene Kandevice-Kurvina jaunības gados nodarbojās ar sportu, taču tas nebija airēšanas slaloms, bet burāšana. Liene cīnījās olimpiskajā LUČ-2 klasē, kas tagad pazīstama kā "Laser". Savulaik viņa ieguvis arī Latvijas meistarsacīkšu čempiones titulu. Tas izcīnīts kopā ar Lienu Preisu (tagad Andersoni), kura ir titulētā sērfotāja Jāņa Preisa māsa. Līdz ar to liepājniecei, kura mācījās vienā klasē ar Juri, nav sveši treniņi, gatavošanās sacensībām un sporta vide. Sacensībās atbalstot vīru un bērnus, kādā mirklī nāca apjaušana, ka šo laiku var izmantot lietderīgāk. Sekoja trenera licences iegūšana, un tagad Liene vēģīgi seko līdzī notikumiem trasē, tos mērot jau ar citu mērauklu. Lai gan Lienei ūdenssports nav svešs, tomēr airēšanas slaloma laivā viņa ir iekāpusi tikai vienreiz, lai apmierinātu interesi un iegūtu vajadzīgās sajūtas.

Divkārtējā Latvijas čempione Elizabete Andra Kurvina sākotnēji devās līdzī tētiem uz treniņiem un no malas vēroja, kā airē viņš un Aigars Auznieks. Kad pati pirmo reizi Valmierā iesēdās laivā, Elizabetei Andrai bija tikai pieci gadi, bet patika slaloma veidu radās uzreiz – airēšanas prasļos gana ātri tika uztverts nopietni. Lai gan treniņi nebūt nav viegli, meitene tos cītīgi apmek-



Liene Kandevice-Kurvina, Elizabete Andra Kurvina un Juris Kurvins ir aizrāvušies ar airēšanas slalomu un savu brīvo laiku pavada sacensībās.



lēja, tādēļ arī pirmie panākumi atnāca agri. Liepājniece paralēli airēšanai nodarbojās arī ar laikmetīgajām dejām, bet abas nodarbes apvienot kļuva arvien grūtāk, un airēšanas slaloms ņēma virsroku.

Treneris Juris Kurvins strādā par kurjeru, un viņa ikdienu pāriet ceļā starp Liepāju un Rīgu, savukārt Liene Kandevice-Kurvina ir uzskaitvede kādā privātā uzņēmumā. Sportam pārsvarā atliek nedēļu nogales. Elizabete Andra mācās pamatskolā un pēc 9. klases plāno turpināt izglītību Liepājas Valsts ģimnāzijā.

Domājot par nākotni, sportiskā ģimene ir noskaņota optimistiski un cer ne tikai uz

individuālu izaugsmi, bet arī uz to, ka "Atvars" kļūs spēcīgāks un turpinās krāt Latvijas čempionu titulus. Elizabete Andra pie sasniegtā nedomā apstāties un vēlas sevi pierādīt ne vien pašmāju ūdeņos, bet lauzt ceļu starptautiskā līmenī. Bez Kurviniem liepājnieku komandā ir vēl vairāki izcilnieki, kuri kāpuši uz goda pjedestāla augstākā pakāpiena absolūtajā vērtējumā – Annija Glezere, Elīza Šēfere, bet dažādās jauniešu un junioru vecuma grupās šie tituli ir mērāmi vairākos desmitos. Juris gan atzīst, ka nav viegli noturēt sportā talantīgu jaunieti vai junioru tajā brīdī, kad viņš pietuvojies pārejai uz pieauguša cilvēka ikdienu. Ir nepieciešama

liela vēlme un motivācija, lai paliktu sporta veidā, ar kuru nopelnīt nevar. Turklāt airēšanas slaloms nav no lētajiem sporta veidiem, un nereti daudz kas atduras pret finansēm. Juris Kurvins, tāpat kā citi Liepājas treneri, ir gatavs ziedot savu laiku un spēkus, bet jaunieši, aizejot lielajā dzīvē, bieži vien pamet sportu vai noliek to otrajā plānā. Treneris pēc pārdomu brīža gan atzīst, ka tas, ja jaunietim izdodas saglabāt sportu vismaz hobiļa līmenī, arī nav slikti. Pie nopietnām problēmām Juris min specializētā kanāla trūkumu. Ja tāds būtu, tad aina airēšanas slalomā izskatītos krietni vien cerīgāka. Kurvins velk paralēles ar bobsleju, kurā mums ir pašiem sava trase un neizpaliek arī starptautiski panākumi. Lai airēšanas slaloms kļūtu vēl populārāks Liepājā, šim sporta veidam vajadzētu attīstīties visā Latvijā. Visiem klubiem vajadzētu doties vienā virzienā, kā arī būtu nepieciešams sakārtot šī sporta veida vidi, citādi draud dīkstāve – airēšanas slaloms ir pārstājis progresēt. Tomēr Juris ir optimists un atminas, ka arī agrāk ir bijuši nelieli soļi atpakaļ, lai pēc tam notiktu iespaidīgāks lēcienis augšup. Treneris atzīmē, ka Latvijā ik pa laikam parādās pa kādam talantam, kurš varētu cīnīties starptautiskā līmenī, tomēr viņa izaugsme pārsvarā paliek uz kluba pleciem. Lai jauno talantu virzītu pa karjeras kāpnēm, vajadzētu būt jūtamai federācijas iesaistei. Lai izaudzinātu sportistu, kas cīnās olimpiskajās spēlēs, nepieciešams uzlabot kopējo airēšanas slaloma vidi un darboties vienota mērķa vārdā.

Lai arī ikdienā par to neaizdomājami, būt sievietei sportā nav viegli. Kaut vai tāpēc, ka **Latvijā aizvien valda spēcīgi stereotipi par to, kas ir un kas nav sievišķīgs sporta veids.** Tādēļ trim jaunām un veiksmīgām sportistēm jautājām par viņu pirmajiem soļiem un grūtībām ceļā uz panākumiem un nākotnes iecerēm.

Asaras,
bailes un
AIZSPRIE
DUMI

Meitenes futbolu nespēlē!



"Sievietēm sportā ir grūtāk gan fiziski, jo pēc būtības ir vājākas un viņām ir mēnešreizes, gan emocionāli, jo grūtāk savaldīt emocijas," secina Gabriela Annija Andersone.

Sports piešķir dzīvei plašāku emociju gammu, uzskata "Liepājas Futbola skolas" spēlētāja **GABRIELA ANNIJA ANDERSONE**. Pagājušajā sezonā viņa bija viena no rezultatīvākajām spēlētājām Latvijas Sieviešu futbola līgā.

"Daudzi saka, ka futbols nav sieviešu sporta veids, taču tagad tas ļoti attīstās un šis stereotips pamazām izzūd," novērojusi 15 gadus vecā Gabriela. Pašai interese par futbolu radās bērnudārzā. Tikmēr spārdīja bumbu kopā ar puīšiem, līdz saprata, ka tas patīk tik ļoti, ka gribētu trenēties. Pateica vecākiem. Mamma neiebilda. Tēta pretestība bija lielāka. Viņam šķita, ka meitenēm šis sporta veids nav piemērots.

Tomēr vecāki piecādīgo meitu aizveda uz pirmo treniņu pie Jāņa Segliņa. Ģimene dzīvo Nīcā. Nodarbības notika kopā ar zēniem. Sākumā Gabriela bija vienīgā meitene, pēc tam viņai piedroņās tagadējā komandas biedrene Ance Meiere.

Kad vairāki puīši sāka braukt uz treniņiem Liepājā, Gabriela viņiem sekoja un iekļāvās zēnu komandā, ko vadīja Ingus Lukovičs. Runājot par grūtībām, atceras, ka bija brīdis, kad neviens no Futbola skolas komandas puīšiem ar viņu nerunāja, aizsvīlās, ja meitene apspēlēja, uzvedās agresīvi. Tobrīd viņi bija 13–14 gadus veci. "Iespējams, tas bija saistīts ar vecumposmu," Gabriela spriež, jo tagad visi atkal izturas adekvāti. "Tas bija ļoti grūts laiks, bet kaut kādā ziņā mani norūdīja." Tolaik pat negribējās apmeklēt treniņus, jo bija bail, ka atkal "visi dušīs par katru kļūdu". Tas gan nenozīmē, ka gribas, lai pret viņu izturas īpaši un cenšas pasaudzēt.

Tajā laikā Gabriela arī spēlēja Latvijas čempionātā zēniem. "Bija spēles, kurās spēlēju, un bija tādas, kur nespēlēju," viņa stāsta. Vai šķiet, ka treneru izvēle bija objektīva? "Puiši jau augot kļūst augumā lielāki, muskuļaini. Es tāda maziņa... Bet turēju līdzī." Runājot par praktiskām lietām, futboliste stāsta, ka treneri vienmēr parūpējās par to, lai viņai būtu atsevišķa ģērbtuve. Ja tādas iespējas nebija, ļāva to izmantot pirmajai.

Pirms diviem gadiem Gabriela sāka spēlēt meiteņu futbola komandā. Tolaik liepājnieces bija Latvijas čempionāta 1. līgā. Gan pašai, gan visai komandai gāja ļoti labi, un tika izcīnītas tiesības spēlēt virslīgā. Patlaban viņa iekļauta Latvijas U-17 vecuma grupas jauniešu izlasē un pērn decembrī saņēma 2023. gada labākās jaunatnes futbolistes balvu. Par savu veiksmes atslēgu uzskata spēju ļoti pārrēdzēt laukumu, ātri izdomāt, kad labāk atdot piespēli, kad pašai sist bumbu vārtos. Tajā savu artavu devuši treniņi kopā ar zēniem. Arī tagad Gabriela divus no četriem treniņiem nedēļā aizvada puīšu komandā.

Viens no viņas iedvesmas avotiem ir Latvijas sieviešu izlases futboliste Karlīna Miksone. Arī viņa ir no Nīcas. "Karlīna rādīja priekšzīmi, ļāva noticēt, ka es arī varu," neslēpj Gabriela. Šo sezonu viņa vēl aizvadīs Liepājā, bet ar treneru palīdzību pamazām meklē aģentus, lai nākotnē spēlētu ārzemēs. Paralēli plāno mācīties. "Futbols, īpaši sievietēm, beidzas ap divdesmit piecu gadu vecumu. Nevar visu dzīvi spēlēt. Ir jādibina ģimene, jādzemdē bērni," Gabriela saka. "Ja nebūs nekādas izglītības, kā turpināsi dzīvot?" Bet viņas sapnis ir kādreiz spēlēt Barselonā.

Nevajag, lai žēlo

"Kādreiz, kad spēlēju džeķu komandā, visu laiku centos pierādīt, ka varu tāpat kā viņi," stāsta Sabīne Kate Rubīna. Turēt līdzī nebija viegli, toties deva bonusu, pārejot uz sieviešu komandu.

Vai jūs esat radi? Tas ir viens no biežākajiem jautājumiem, kuru hokejiste SABĪNEI KATEI RUBĪNAI uzdod, izdzirdot viņas uzvārdu. Nē, Latvijas hokeja izlases aizsargs Kristiāns Rubīns nav ne brālis, ne brālēns, ne cits radnieks.

Patlaban Kate spēlē sieviešu hokeja komandā "Kurbads/Lauvas" un ir Latvijas sieviešu hokeja izlases kandidāte. Pērn valsts vienības sastāvā 2. divīzijas A grupā izcīnīja 1. vietu un tiesības šā gada pasaules čempionātā spēlēt 1. divīzijas B grupā. Viņa spēlē aizsarga pozīcijā.

Ar hokeju Kate sāka nodarboties tēta ietekmē. Viņš kādreiz spēlēja amatieru līmenī, tādēļ meita bērnībā daudz laika pavadīja hallē. Piecu gadu vecumā iemācījās slidot, un pēc nedēļas treneris Igors Lebedevs jau piedāvāja apmeklēt nodarbības. Tās notika kopā ar zēniem.

Kad Kate piecus gadus bija trenējusies, nācās no Liepājas aiziet. "Mēs komandā bijām divas meitenes, un mums pateica, ka aizņemam džeķu vietas," Kate atceras un spriež, ka šī iniciatīva, iespējams, nāca no vecākiem. Cik tas ir netaisnīgi, saprata vēlāk. Tolaik viņai bija tikai 10 gadu.

Tomēr iesākto Kate nepameta.

Vecāki atrada iespēju viņai treniņus turpināt Brocēnos. Uz nodarbībām divas reizes nedēļā vadīja mamma. Vajadzēja braukt arī brīvdienās, kad notika spēles. Tā nobraukāja sešus gadus, kamēr pabeidza sporta skolu.

Radās jautājums – ko tālāk? Jauniešu vecumā turpināt spēlēt pie puīšiem vairs nebija iespējams. Jau 12 gadu vecumā Kate bija sākusi spēlēt arī sieviešu komandā. Tur daudz kas šķita neierasti. Sākot ar to, ka sievietes ir daudz emocionālākas, bet laukumā spēlē vairāk ar prātu, beidzot ar ļoti dažādo vecumu. Dažai spēlētājai pat 40. jubileja sen jau aiz kalniem.

Latvijā tobrīd bija tikai trīs vai četri sieviešu klubi. Nelielās konkurences dēļ nopietnu čempionātu aizvadīt nevarēja, tāpēc tika izveidota sieviešu klubu izlase, kas līdzinājās valsts vienībai un piedalījās Latvijas U-15 zēnu komandu čempionātā. Rezultāti bija slikti, un no puīšiem nereti nācās dzirdēt aizskarotās frāzes. "Tagad sieviešu komandu ir daudz vairāk, mēs spēlējam Baltijas čempionātā," piebilst Kate.

Nākotnes plāni vismaz pagaidām viņai nesaistās ar spēlēšanu ārzemēs. Iepriekšējā sezonā izmēģināja spēkus Zviedrijā, taču pieredze nebija

veiksmīga. "Komanda nebija slikta, bet man bija augstākas ekspektācijas," viņa komentē. Bija grūti pierast, ka pat pēc smagi zaudētām spēlēm komandas biedrenes jūtas priecīgas par "labi pavadītu laiku" un savu spēli vērtē kā izdevušos. Latvijā tradīcijas tomēr ir citādas. Lai arī sportiskā ziņā pati progresēja, apzinājās, ka hokejs diez vai kļūs par maizes darbu. Nolēma studēt un atgriezās mājās. "Es laikam arī neesmu tāds cilvēks, kas var ilgi būt prom," viņa piebilst.

Kaut arī tagad spēlē komandā, kas bāzēta Rīgā, Kate dzīvo Liepājā un universitātē mācās par logopēdi. Arī treniņus aizvada šeit – tagad tas atkal ir iespējams. Nodarbības notiek kopā ar U-17 vecuma grupas zēniem. Aizvairojošu attieksmi no viņu puses nav izjutusi. "Puiši ir puiši, un jāreķinās, ka viņi būs skarbāki. Bet kopumā ir draudzīgi," saka Kate, "pat nāk atvainoties, ja šķiet, ka treniņā nospēlējusi asāk. Bet man nevajag, lai mani žēlo!"

Starp citu, sieviešu hokeja komandu patlaban veido arī Liepājā. "Var sākt jebkurā vecumā, nav pilnīgi nekādu ierobežojumu!" Kate iedrošina interešentes pieteikties un cer, ka arī pašai būs iespēja šeit uzspēlēt.

Asaras,
bailes un
AIZSPRIE
DUMI

Mammai nācās samierināties

"Tie mirkļi, kad izdodas kaut ko sasniegt, kad saņem apbalvojumu, ir paši foršākie, jo redzi, ka darbam, ko dari, ir augļi," saka basketbola komandas "Liepāja/LSSS" saspēles vadītāja Enija Kīvīte. Viņa pagājušajā gadā spēlēja U-20 sieviešu izlasē, kas Eiropas čempionātā izcīnīja sudraba medaļas.

Trenēties basketbolā Enija sāka, mācoties 1. klasē. Tajā laikā dzīvoja Jelgavā. Klasē ienāca sporta skolotāja, informēja, ka ir tāds pulciņš, un pirmklasniece pieteicās, vecākiem neko nejautājot. Iepriekš – piecu gadu vecumā – viņa bija sākusi nodarboties ar sporta dejām. Tā bija mammas ideja, bet jau vasarā pirms skolas gaitu sākšanas Enija saprata, ka dejošana viņu nesaista.

Kāpēc ieinteresēja tieši basketbols? Ar šo sporta veidu nodarbojās Enijas tētis, un basketbola bumba vienmēr bija kaut kur blakus. Viņš bija gribējis kļūt par profesionālu sportistu, taču traumas dēļ varēja spēlēt tikai amatieru līmenī. Tagad sanāk, ka meita piepilda tēva sapni. "Bet nekad nebija spiediena to darīt. Vienmēr esmu gribējusi pati," uzsver Enija.

Skolas basketbola pulciņā nodarbības notika puīšiem un meitenēm kopā. Pēc gada Enija pārgāja uz sporta skolu, kur meitenēm bija atsevišķa grupa. Jūta, ka treniņi kopā ar puīšiem devuši priekšrocības un fiziski var izdarīt vairāk nekā vienaudzes. Viņa daudz strādāja arī papildus, tagad atceras: "Jaunatnes līgā citas meitenes vienmēr teica: "Tev ir talants." Bet neviens jau neredzēja to darbu! Man pie mājām bija grozs, visas vasaras pavadīju ar bumbu rokās." Taču tas nekad nešķīta mokoši, jo basketbols ir sirdslieta.

Jautāta par stereotipiem sportā, Enija uzreiz pastāsta, ka pašā sākumā vislielākā pretestība nāca no mammas. Lai gan basketbols atšķirībā no futbola vai hokeja netiek uzskatīts par izteiktu vīriešu sporta veidu, viņai meitas izvēli bija grūti pieņemt. Šķīta, ka tas nav sievišķīgi, jo spēle ar bumbu maina stāju. Uz mačiem gāja reti. Ne tikai tādēļ, ka nepatika meitas izvēle, bet arī tāpēc, ka uztraucās par kritieniem un traumām. To, ka Enija nodarbojas ar basketbolu, pieņēma tikai pirms kādiem trim četriem gadiem. Tagad kopā ar brāļiem uz spēlēm nāk biežāk. "Ir forši spēlēt, ja viņi ir skatītāju rindās, jo ģimene man ir pats svarīgākais," saka Enija.

Runājot par dzimumu vienlīdzības jautājumu, viņa stāsta, ka ik pa laikam nākas dzirdēt – sieviešu basketbols nav tik skatāms kā vīriešu. Lai gan nevar noliegt, ka vīrieši spēlē ātrāk un ir atlētiskāki nekā sievietes, šādi komentāri sarūgtina. Turklāt vīriešu basketbols ir interesantāks sponsoriem un tiek vairāk atbalstīts arī finansiāli. "Bet es cenšos nekoncentrēties uz sliktu," uzsver Enija. Ziņa par U-20 sieviešu basketbola izlases Eiropas vicečempionu titulu, viņasprāt, pērn vasarā izskanēja pietiekami skaļi.

Grūtākais sportā, pēc Enijas domām, ir laiks pēc neveiksmīgām spēlēm, kurās nekas nav izdevies tā, kā gribējās. Tad birst asaras un nomoka domas, kāpēc vispār trenēties. Lai viss atgrieztos vecajās sliedēs, svarīgi labi aizvadīt nākamo treniņu.

► Ilze Šķietniece



Uzzinot, ka Enija nodarbojas ar basketbolu, cilvēkiem pirmais jautājums bieži vien ir par viņas auguma parametriem. Viņa ir 1,77 m gara.

Asaras, bailes un AIZSPRIEDUMI

12 jautājumi trenerim Ingum Lukovičam

Futbola treneris **INGUS LUKOVIČS** jau gadiem Liepājā uz turnīru "Dobrecova kauss" pulcina mazos futbolistus, viņu atbalstītājus un trenerus no visas Baltijas.

Šajās dienās rosība manāma visos pilsētas stadionos, bet nu līdzīgs turnīrs "Ziemas kauss" norisinās arī piepūšamajā futbola arēnā, saukārt Ingum pašam šogad būs jauns pārbaudījums – futbola kluba "Karosta" komandas vadīšana.

1. Vistrakākais posms bērniem ir...

...no 5 līdz 7 gadiem, kad ilgu laiku vajadzīga liela pacietība, lai iemācītu viņiem elementāru disciplīnu.

2. Komandas biedru vislabāk var pārbaudīt...

...uzticot viņam kaut ko un pārliecinoties, ka viņš tevi nepieviļ.

3. Ja tu varētu izvēlēties jebkuru futbolistu pasaulē, tad noslēgtu līgumu ar...

...Ronaldo, jo viņš nepārtrauc strādāt ar sevi ne brīdi.

4. Ja nevar trāpīt pa vārtiem, tad...

...jāatdod piespēle komandas biedram.

5. Futbola laukumā tu nekad negribētu...

...saņemt sarkano kartīti.

6. Gardums, ar kuru tev grūti dalīties, jo visu vari apēst pats, ir...

...sievassantas gatavotās lašmaizītes ar sīpolu.

7. Ziemā bez cepures vai bez cimdiem?

Nevaru bez cepures un arī bez cimdiem ne. Abiem jābūt.

8. Vācijas Bundeslīga vai Anglijas Premjerlīga?

Viennozīmīgi tikai Anglijas Premjerlīga.

9. Ja tev būtu lieka štuks, tad tu...

...nopirktu sievai mašīnu.

10. Turnīra dienā nekad nedrīkst...

...aizgulēties.

11. Ja ne futbols, tad tu būtu...

...vikings.

12. Dziesma, ko bez špikošanas vari nodziedāt karaoke, ir...

...nau tādas dziesmas, es vispār nejūtu ritmu un neprotu dziedāt.



VIZĪTKARTE

Ingus Lukovičs

- Dzimis 1983. gada 21. jūnijā.
- Futbola vārtsargs, spēlējis Latvijas U-21 izlasē.
- Liepājas Futbola skolas treneris, FK "Karosta" treneris.
- Bērnu futbola turnīru "Dobrecova kauss" un "Ziemas kauss" galvenais organizators.
- Futbolista karjeru beidza pēc traumas.
- Triju dēlu tēvs.

Liepājas svarcēlāju likteņi apkopoti grāmatā

Cilvēce savas pastāvēšanas vēsturē ar spēku darījusi kā labas un slavējamās lietas, tā arī postījusi un grāvusi. Bez fiziskā spēka nav iedomājams praktiski nevienas sporta disciplīnas pārstāvis, bet jo īpaši smagatlētikā. Aizvadītā gada nogalē izdevniecībā "Latvijas mediji" izdota Liepājas Pašvaldības policijas priekšnieka ULDA NOVICKA sarakstītā grāmata "Liepājas svarcēlāju dažādie likteņi", kas tapusi daudzu gadu garumā.

AICINĀJUMS UN NOZĪMĪTES

Ceļš līdz bagātīgi ilustrētajai un cietos, glītos vākos iesietajai grāmatai nebija ne ātrs, ne viegls. Izdevumā, balstoties uz apkopoto informāciju, vēstīts gan par smagatlētikas izveidošanās vēsturi, gan Liepājas stipro vīru sportiskajām gaitām pirms un pēc Otrā pasaules kara, gan par to, kā auga un nostiprinājās svaru celšanas popularitāte, kā mainījās, pilnveidojās stieņa un svaru bumbu celšana.

Ļoti iespējams, ka dažādie, līdz šim laikam saglabājušies materiāli un vēstures liecības par Liepājas smagatlētiem tā arī paliktu personīgajos arhīvos un gadsimtu vecu avīžu dzeltenajās lapās, ja Uldim Novickim nebūtu radusies doma par grāmatas rakstīšanu. Viņš atzīst, ka tas ir dažādu apstākļu sakrītību rezultāts. Nosauksim divus. Pats trenējas smagumu celšanā, kā arī ir aizrāvies ar svarcelšanas vēstures materiālu kolekcionēšanu un izpēti.

Grāmatas autors stāsta: "Mācījos 9. klasē. 1981. gads. Kā aizgāju uz pirmo treniņu "Daugavas" stadionā, tā pielīpu tam stienim! Līdzīgi kā pasakā velns pielīpa Sprīdīša burvju sprungulītim. Ar svaru celšanu treniņos darbojos joprojām. Daru to savam priekam, jo patīk. Sākumā īsu brīdi trenējos pie Anatolija Zdesenko, pēc tam pie Gunta Kalna, kuru joprojām uzskatu par treneri ar lielo burtu. Apbrīnoju viņa pozitīvo attieksmi pret audzēkņiem un ļoti interesantos treniņus. Kad modē nāca spēka trīscīņa, uz treniņiem gāju Viktora Pevko klubā "Sanita". Sākot darbu policijā, apmeklēju klubu "Jaunība", bet nu jau labu laiku smagumus cilāju Māra Šveiduka sporta klubā "Lāčplēsis". Domā, ka savāktos materiālus vajadzētu apkopot grāmatā, Uldis pavisam nopietni pievērsies 2007. gadā. Tas bijis laiks, kad atsācis kā bērniībā kolekcionēt nozīmītes par dažādām sporta tēmām, bet jo īpaši par svarcelšanu. Kolekcionēt, lai tikai būtu pēc iespējas lielāks skaits, ir viens, bet izzināt, kas tā tieši par nozīmīti, kad, kāpēc izveidota, kam piešķirta, ir pavisam kas cits. Otrs aspekts kļuvis aizvien saistošāks, un modies pētnieka gars.

Vēl palīdzēja un iedvesmoja tikšanās ar zinošiem cilvēkiem. Tāds īpašs cilvēks, kurš ļoti daudz zināja par Liepājas sporta vēsturi, bija Juris Zuntners. Ar viņu U. Novickis bieži tikās un sarunājās mazajā kioskā, kas atradās Rakstvežu ielā, gūstot zināšanas gan par seniem notikumiem, gan kolekcionēšanas un ticamas informācijas iegūša-



Šādu medaļu 1923. gadā saņēma svaru celšanas uzvarētāji Viņē. Interesanti, ka uz tās attēlots brīdis, kad zinātniekam roku spiež neandertālietis. Tas simbolizē, ka spēks un prāts iet roku rokā.

Uldis tolaik atrunājies, teicis, ka varbūt darīs to tikai tad, kad pēc gadiem desmit aizies pensijā. Kad būs vairāk brīvā laika. Bijušais svarcēlājs sabēdājies, ka tad jau viņš uzrakstīto un izdoto sējumu neredzēs. Secinājums bija viens – jāķeras klāt, nav ko vilkt garumā! Sarunājuši, ka Uldis rakstīs, bet Andris dzīvos un grāmatu sagaidīs. Abi savu solījumu izpildīja!

NO TĀLĀ 1889. GADA

Sākot veidot grāmatas koncepciju, U. Novickis saprata, ka apjoms patiesībā ir milzīgs: pasaule, Eiropa, Latvija, Liepāja. Tāpēc palicis pie Liepājas stipriniekiem, pētot un apzinot pašus pirmsākumus. 19. un 20. gadsimta mijā ne vienā vien Latvijā pilsētā bija nelielas svaru celšanas entuziastu grupas. Īpaši izceļams tālais 1889. gads, kad Rīgas cirkā sanāca stiprie vīri, lai savstarpēji mērotos spēkiem

nas principiem. Vēl viena ļoti būtiska kopainas sastāvdaļa – tikšanās ar vecajiem, dažādus laikus pieredzējušajiem svarcēlājiem, piemēram, vaiņodnieku Andri Šulcu. Viņš arī bija viens no tiem, kurš mudināja ķerties pie grāmatas rakstīšanas.

Liepājas Pašvaldības policijas priekšnieks Uldis Novickis atzīst, ka grāmatu "Liepājas svarcēlāju dažādie likteņi" rakstījis ne tikai ar lielu atbildības izjūtu, bet arī ar patiesu entuziasmu. Ja vēlaties saņemt autora parakstu uz sava grāmatas eksemplāra, jāvērsās pie U. Novicka paša vai jāinteresējas klubā "Lāčplēsis".



Laimonis Pletnejs trenējas klubā "Sanita".

sacensībās. Pirms tam smagumu celšana bija tikai šovs, daļa no cirka programmas. Sacensību gars vīrus un jaunekļus virzīja uz nopietnāku pievēršanos miesas jeb "būdas" trenēšanai.

Liepājā pirmās oficiālās smagumu celšanas sacensības notika 1913. gadā, bet arī pirms tam vīri savstarpēji mērojās spēkiem, cilājot gan hanteles, gan svaru bumbas. Grāmatā interesanti aprakstīts, ko tikai liepājnieki neizdomāja, lai tiktu pie nepieciešamā inventāra. Viens no variantiem bija gājieni uz ostu pie jūrniekiem... Tur, slēdzot abpusēji izdevīgu vienošanos, katra puse saņēma kāroto.

Grāmata "Liepājas svarcēlāju dažādie likteņi" tapa lēni, jo ikdienā U. Novickim primārais bija darbs Pašvaldības policijā. Materiālu vākšana, pētīšana un analizēšana notika tikai no darba brīvajā laikā, vakaros. Grāmatā izmantotā informācija apkopota dažādi – lasot seno periodiku, kolekcionējot, pētot ar svarcelšanu saistītās medaļas, nozīmītes, fotogrāfijas un dažādus dokumentus, kā arī tiekoties un runājot ar kolekcionāriem no visas Latvijas.

Gatavojot grāmatu, autors daudz laika pavadīja tīmekļa vietnē periodika.lv, meklējot un lasot pagājušā gadsimta preses izdevumus "Latvijas Kareivis", "Kurzemes Vārds", "Liepājas Avīze", "Jaunākās Ziņas" un citus. Tajos atrasts bagātīgs, bet bieži visai neprecīzs informācijas klāsts par svaru celšanas sacensībām un rezultātiem. Visticamāk, tā laika rakstītājiem nešķīta svarīgi, cik tieši kilogramu celts. Galvenais, lai būtu atspoguļotas sacīkstes, minēti uzvarētāji un sacensību goda viesi. Par precīzāko var uzskatīt tā laika laikrakstu "Latvijas Kareivis", jo armijas izdevums nedrīkstēja kļūdīties.

Svarīga bija seno fotogrāfiju izpēte. It sevišķi vērtīgas tās, uz kurām otrā pusē uzrakstīts vai nu gadskaitlis, vai vieta, vai attēlā redzamo uzvārdi. Taču vairumam bilžu to nebija. Tas nozīmēja, ka nepieciešama rūpīga izpēte, salīdzināšana

ar citām fotogrāfijām, lai uz zinātu sportistu uzvārdus un konstatētu, kurš no viņiem redzams presē publicētajos attēlos. Ne tikai fotogrāfiju, bet arī citu vēsturisko materiālu meklēšana, salīdzināšana, pētīšana bija ļoti interesanta. Pašam ļoti liels gandarījums par katru atpazīto atlētu. Īsts pētnieka, patiesībā detektīva, darbs, ļaujoties uz senajos materiālos atrasto un precizēto. Autors neslēp, ka, lai to visu darītu, bez intereses neiztikt: "Jā, man tā bija liela un patiesa. Un tieši par svarcelšanu."

Vēl jau tas, ka grāmata viegli lasāma, jo tā nebūt nav tikai fakts, skaitļi, uzvārdi un notikušo sacensību uzskaitījums, apkopojums. Teksts veidots saistošā stāstījumā un



Liepājas sporta biedrības "Olimpija" pārstāvis Voldemārs Zvejnieks 1927. gadā. Viņš startēja smagajā svara kategorijā.

atklāj katru konkrētā laika posma tikumus un, ko nu liegt, netikumus. Lūk, viena interesanta epizode no padomju laikiem. Laimonis Pletnejs stāsta, kā gājis pa naktīm piepelnīties, izkraujot vagonus. Par nopelnīto naudu plānojis iegādāties tā saukto "olimpisko" svaru stieni sporta preču veikalā "Olimpija", kas atradās tagadējās Lielās ielas 12. numura ēkā. Tagad tur atrodas "Divi naži", bet toreiz, ieejot pa durvīm, kreisajā pusē stāvēja svarcelšanas stienis ar pilnu disku komplektu. Kad bija sakrāta nepieciešamā summa, sarunāta

kravas mašīna un likās – tūlīt viss būs kārtībā –, radās tiem laikiem raksturīga problēma. Izrādījās, ka, lai arī kārotais stienis atradās veikalā un arī nauda makā bija, pārdevējs to nedrīkstēja pārdot "kuram katram gribētājam". Viņam vispirms bija jānoskaidro, vai interese par stieņa iegādi negrasās izrādīt kāds fizikultūras kolektīvs. Privatpersonai to drīkstēja pārdot tikai pēc tam, ja rindā negaidīja nevienš ieinteresēts fizikultūras kolektīvs. Privatpersonai to noliktavā glabājās vēl tieši tāds pats stienis ar visiem diskusiem. Nācās iet garus birokrātiskus līkločus. Galu galā stieni viņš nopirka, tas aizceļoja uz Laimoņa pagrabu, kur tika cilāts ļoti intensīvi.

Uz jautājumu, kas bija grūtākais, rakstot grāmatu, U. Novickis smaidot atbild: "Līdzīga situācija kā īstiem rakstniekiem! Kad bija iedvesma, nesanāca laika rakstīt. Kad bija laiks, nebija iedvesmas!" Tas, kas autoru rakstīšanas laikā ne vienu reizi vien pārsteidza, bija fakts, ka jau no pašiem pirmsākumiem svaru celšana bijusi saistīta ar lielu vienkāršību, bez intrigām. Godīgas sacensības, vismaz Latvijas mērogā.

Starptautiskajās sacīkstēs gan bijuši manāmi šmaukšanās gadījumi.

Patiesībā jau vīru mērošanās ar savu spēku ir pašsaprotama un dabiska vēlme. Vēl tas, cik ļoti senatnē lielu uzmanību pievērsa sportista personībai. Viņam ar pašcieņu bija jāprot uzvesties sabiedrībā, jābūt kārtīgam, izturētam, solidam. Jāievēro dažādas ētikas normas, piemēram, nesmēkēt, esot sabiedrībā, jābūt galantam pret dāmām.

U. Novickis atzīst, ka grāmata "Liepājas svarcēlāju dažādie likteņi" varētu ieinteresēt ļaudis, kuriem tuva Liepājas sporta vēsture, kā arī tos, kas interesējas par sportu vispār, it īpaši par smagatlēti. Grāmatā atrodami daudzi sportistu un treneru vārdi, uzvārdi, viņu sasniegumi. Šos cilvēkus pazīst ne tikai sporta entuziasti, bet arī daudzi citi liepājnieki.

► Daiga Lutere

CITĀTI

- *Arī Liepājā vīri audzēja muskuļus, pilnveidoja tehniku un lēnā garā sāka skatīties uz sacensību organizēšanas iespējām. Liepājas pirmie smagatlēti, kuri aizstāvēja tā laika Libavas godu, bija Kārlis Vitiņš, Klāvs Bezeks un Žanis Beitiņš. Pirmās "Libavas sporta biedrības" rīkotais čempionāts notika 1913. gadā.*
- *Daži no viņiem neparko nebija pierunājami palikt tikai īsajās biksēs vien, kautrīgākie priekšnesumā piedalījās cīkstoņu triko vai stripainā vīriešu peldkostīmā. (...) Protams, ka nākamajās dāmu tikšanās reizēs kafejnīcās šā pasākuma "rozīnītes" tika kārtīgi apspriestas.*
- *1940. gada 6. aprīlī 15. maija namā tika rīkots gadskārtējais sporta vakars. Pēc sacīkstēm tika izziņots neliels pārtraukums, lai vīri varētu pie izlietnēm noskalot sviedrus, uzvilkt baltos krekļus un melnos uzvalkus, saķemmēt matus un aplikt ap kaklu šlipsi vai tauriņu. (...) Deju orķestris spēlēja līdz pat četriem ritā. (...) Neviens tad vēl nezina, ka šis bija "Olimpijas" pēdējās sacīkstes un balle pirms PSRS armijas ienākšanas Latvijā.*
- *Vecākā gadagājuma svarcēlājiem ļoti gribas ticēt, ka jaunie sportisti cienīs un ievēros arī nerakstītas tradīcijas – nekāpt pāri svaru stienim, nespert stienim, ja nau izdevies to pacelt, nelamāties sporta zālē – un citas ētikas normas.*
- *Stienis taču ir smagatlētikas vectēvs, kurš vīriem un tagad jau arī dāmām palīdzējis gūt spēku un labu izskatu jau otro gadu simteni.*
- *Protams, lai grāmatas izdošanu finansētu, man nācās ziedot daļu no savas kolekcijas. Mazliet jau žēl bija, bet viss taču notika cita – vēl cēlāka – mērķa vārdā. Liepājas un arī Latvijas smagatlētu piemiņai un godināšanai. (...) Tad, kad materiālu lielākā daļa bija iegūta, apkopota un daļēji sakārtota, sapratu, ka droši varu teikt: "Liepājā bija, joprojām ir un vienmēr būs stipri vīri!"*

Sevi aizsargāt jāprot katram!

Liepājas sporta kluba "Ballistic Boxing Club" dibinātājs, vadītājs un treneris Aleksandrs Maslovs uzskata, ka ikvienam būtu jābūt sevi efektīvi un veiksmīgi aizstāvēt, taču iesaka pirms jebkādas fiziska spēka pielietošanas censties situāciju atrisināt komunicējot.



Ja uzbrucējs satver abas rokas no priekšas, no satvēriena var atbrīvoties ātri un efektīvi.

Lai tiktu brīvībā, strauji jāvērs roku delnas uz augšu. Lai situācija neatkārtotos, ieteicams no uzbrucēja uzreiz atkāpties.



► Džūlija Lote Lapka

Populārs uzbrukuma manevrs ir satvēriens aiz drēbēm no priekšpuses.

Vispirms ar abām rokām ir jāsatver uzbrucēja vienas plauksts locītava. Vienmēr iedarbīgs uzbrukuma atvairīšanas paņēmieni ir sitiens pa ģenitālījām, kas liks uzbrucējam pašam atlaist satvērienu, vai viņu pārsteigs pietiekami ilgi, lai upuris spētu aizbēgt. Var veikt nākamo soli, izgriežot satverto roku.



Var gadīties, ka uzbrucējs savu upuri satver aiz kakla. Tad ar abām rokām jāsatver uzbrucēja plauksts locītava.

Labākais veids, kā atbrīvoties no uzbrucēja satvēriena, ir likt viņam zaudēt līdzsvaru vai izraisīt sāpes. Sperot pa uzbrucēja kājas iekšpusi, uzreiz jāizmanto viņa pārsteigums un aiz satvērtas rokas locītavas uzbrucējs jāgāž uz to pašu pusi, uz kuru tika sperts.



Lai savu upuri pārsteigtu nesagatavotu, varmāka uzbrukumu var sākt arī no mugurpuses.

Jāatvēzējas un ar visu spēku jāmēģina trāpīt uzbrucējam ar elkoni. Tikpat efektīvi būs satvert uzbrucēja roku ar abām rokām un sist pa viņa galvu ar savu pakausi. Tas viņu uz brīdi apdullinās. Tad jāmēģina atbrīvoties no satvēriena.

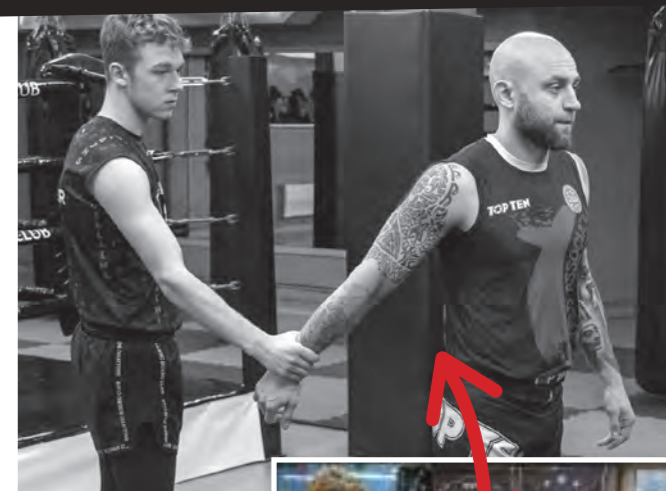


"Es uzskatu, ka spēks vai paš aizsardzības paņēmieni ir jāpielieto tikai tad, ja ir galēja nepieciešamība. Vienmēr vajag runāt un mēģināt sarunāt. Jā, ja ir radusies situācija, kad vajag aizsargāties, ir draudi veselībai vai dzīvībai, tad, protams, ir ļoti zināt manevrus, kā no uzbrucēja tikt vaļā," stāsta treneris. Šobrīd viņa sporta klubā paš aizsardzības nodarbības lielākoties apmeklē bērni. "Interese par to noteikti ir." Aleksandrs teic, ka paš aizsardzības prasmes ikvienam ļauj justies drošāk gan ikdienā, gan negaidītās, saspringtās situācijās. Pat ja konfliktsituācijā izdodas ar uzbrucēju kaut ko sarunāt, apziņa, ka spēj sevi pasargāt, noteikti palīdz saglabāt vēsu prātu. Tāpēc A. Maslovs kopā ar savu audzēkni Sergeju Tarasovu piedāvā apgūt vismaz dažus paš aizsardzības paņēmienus.



Ja uzbrucējs savu upuri, cieši saspiežot abas rokas, satvēris no priekšpuses, jāatceras, ka sitiens pa ģenitālījām būs visvieglāk veicamais paņēmieni.

Abu roku pirkstus jāmēģina sakrampēt, tad jāatvēzējas, cik spēka, un jāsis uzbrucējam pa dzimumorgāniem. Sitiens, visticamāk, liks viņam atkāpties no upura, savukārt iegūtais laiks dos iespēju upurim izlauzties no satvēriena.



Viens no vispopulārākajiem satvērieniem, ar kuru var nākties saskarties ikdienā, ir vienkāršs rāviens aiz rokas.

Sajūtot nevēlamu pieskārienu rokai, vēlams reaģēt uzreiz, lai novērstu potenciālās briesmas. Strauji pagriežoties pret uzbrucēju un vērojot plauksts locītavu uz augšu, var ātri un efektīvi atbrīvoties no satvēriena.



Ja satvēriens ir no mugurpuses un saspiežot tiek viduklis, jāsaprot, ka, vienkārši daudz kustoties un cenšoties atbrīvoties no satvēriena, pastāv iespēja, ka uzbrucējs upuri saspiež vēl ciešāk.

Cieši jāsatver viena no uzbrucēja rokām. Tad jāpaceļ viena no kājām un ar visu spēku jāmēģina trāpīt pa uzbrucēja pēdu. Lai sitiens būtu visefektīvākais, tas jāizpilda ar papēdi. Atbrīvojoties no satvēriena, var izgriezt uzbrucēja roku.



Ja uzbrucējs plāno upurim iesist, dūre visbiežāk trauksies no sāna.

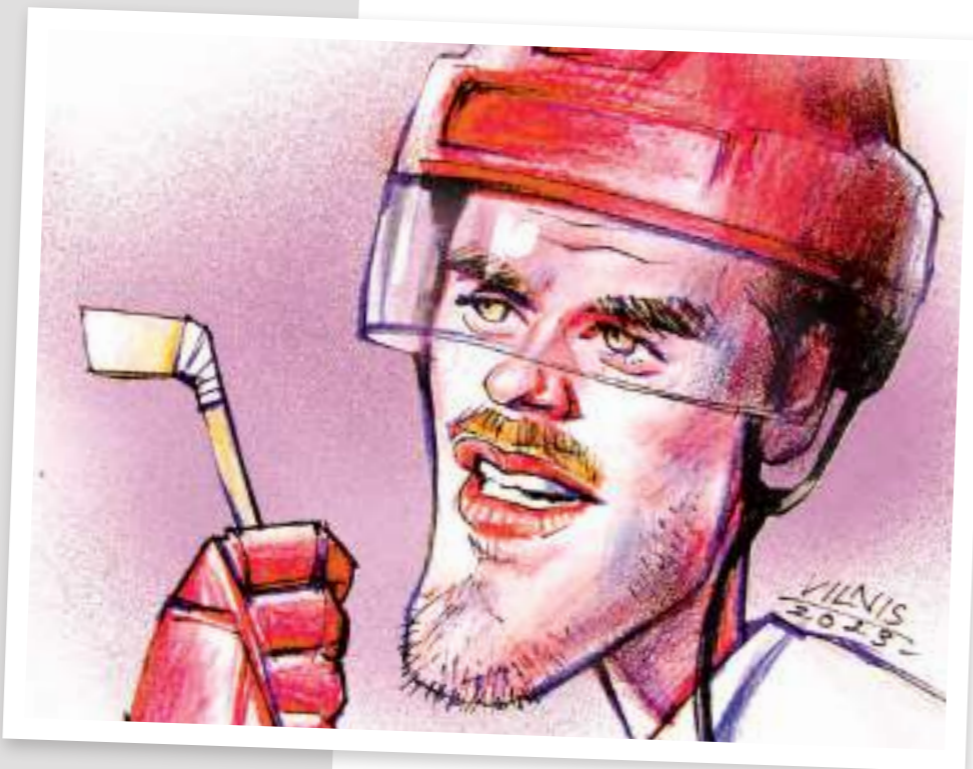
Šādu sitienu var nobloķēt, ja, laikus reaģējot, ķermenis tiek pagriezts pret pretimnākošo dūri un uzbrucēja roka tiek satverta ar abām rokām, tādējādi to piebremzējot. Kad uzbrucēja roka ir satverta un sitiens apturēts, ar celi var raidīt sitienu uzbrucēja dzimumorgānu zonā.



12 jautājumi hokejistam Rūdfam Balceram

RŪDOLFS BALCERS pirms sezonas izlēma no Ziemeļamerikas pārcelties uz Eiropu un tagad spēlē Šveices Nacionālajā līgā.

1. Hokeju vislabāk var salīdzināt ar...
Nau nekā līdzīga, hokejs ir kaut kas unikāls.
2. Pēc spēles tev visvairāk nepatīk...
...ja gērbtuvē neskan uzvaras dziesma.
3. Hokeja laukumā tu vislabāk jūties brīžos, kad...
...kājas skrien pašas no sevis.
4. Greckis vai Jāgrs?
Jāgrs.
5. Ripa smagāka ir pirmajā vai trešajā periodā?
Ja būsi labi trenējies, tad ripa smaga nebūs nekad.
6. Hokeja laukumā tu negribētu, lai...
...komanda nau kā viens vesels.
7. Vai dūru vicināšana laukumā ir vajadzīga?
Jāskatās pēc situācijas, laikam jau tā ir daļa no hokeja.
8. Visiem hokejistiem jāprot...
...metiena brīdī atraut ripu no ledus.
9. Alus vai vīns?
Alus.
10. Kāds ir zelta padoms jaunajiem sportistiem?
Izmantot katru iespēju un arī grūtos brīžos atrast veidu, kā virzīties uz priekšu.
11. Lai hokejists patiktu meitenēm, ir...
...jāmet daudz golu.
12. Ja tas nav hokejs, tad...
...tas nau nekas.



VIZĪTKARTE

Rūdfam Balcers

- Dzimis 1997. gada 8. aprīlī.
- Hokejists, malējais uzbrucējs, šobrīd spēlē Šveices klubā "ZSC Lions".
- Hokeja pamatus apguvis Liepājā, spēlējis arī Norvēģijā un Ziemeļamerikā.
- 170 spēles aizvadījis Nacionālajā Hokeja līgā, guvis 28 vārtus un izdarījis 34 rezultatīvas piespēles. Piecās sezonās spēlējis šādās NHL komandās: Otavas "Senators", Sanhosē "Sharks", Floridas "Panthers" un Tampabejas "Lightning".
- Divkārtējs Norvēģijas čempions, ar Latvijas izlasi ieguvis bronzas medaļu 2023. gada pasaules čempionātā.
- Latvijas izlases rindās četros pasaules čempionātos 32 spēlēs guvis 10 vārtus un izdarījis 19 rezultatīvas piespēles.



Lepnums



ABONĒ!

kurzemes-vards.lv,
Pasta iela 3, Liepāja, tālr. 63480578, 63422309.



Sporta infrastruktūra

● Vingrošanas un āra trenāžieru laukumi

● LOC infrastruktūra

- LOC Olimpiskais centrs - Brīvības iela 39
- LOC Baseins&SPA- Brīvības iela 39
- LOC Ledus halle - Brīvības iela 1
- LOC Manēža - Brīvības iela 55
- LOC Tenisa halle - Liedaga iela 7
- LOC Tenisa korti - Jūrmalas parks 5
- LOC Futbola halle - Zvejnieku aleja 2/4
- Stadions "Daugava" - Jūrmalas parks 3
- Stadions "Daugava" rezerves laukums - Jūrmalas parks 4
- Stadions "Olimpija" - Zvejnieku aleja 2/4
- Raiņa parka stadions - Zemnieku iela 29
- "Velnciema stadions" - Darbņīcu iela 10
- Sporta zāle "Daugava" - Skolas iela 9