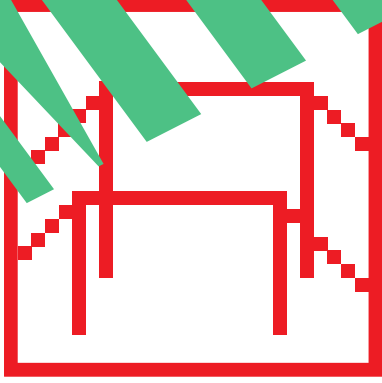
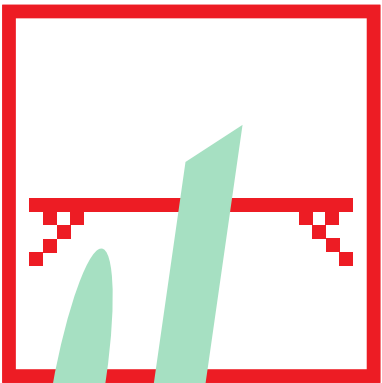




LETNIK 2003

Vzornik

Vzornik





Marsikdo si misli, da so uvodni govori za predsednike organizacij in društev nujno zlo, ker ga pač kot nosilci predsedniške funkcije morajo napisati.

## DRAGE MOJE TELOVADKE, TRENERJI IN VSI, KI STE POVEZANI Z DELOVANJEM GIMNASTIČNEGA DRUŠTVA ZELENA JAMA,

Čeprav se ne srečujemo prav pogosto, vam bi rad povedal, da mi pisanje uvodnika v naš krasni VZMIK pomeni zelo prijeten opravek in lepa priložnost, da vam povem, da na tak ali drugačen način sledim življenju v društvu. Ponosen sem, da v njem uspešno delujejo ljudje, ki so zaslužni, da ste ve drage tekmovalke tako dobre telovadke in s svojimi rezultati uspešno predstavljate gimnastično društvo ZELENA JAMA v Sloveniji in v tujini. Vesel sem ne samo zaradi dobrih rezultatov, pač pa predvsem zato, da društvo vodimo po poti, po kateri hodi-

jo mladi proti samostojnemu življenju in da si na tej poti ob smerokazih, ki jih tudi ob pomoči staršev postavljajo trenerji in vaditelji, pridobivate izkušnje in znanja, katera vam pomagajo, da postanete uspešni odrasli ljudje. Verjamem, da vam je včasih težko. Takrat, ko zaradi napornih treningov zaboli telo in tudi takrat, ko se kaj ponesreči na tekmovanju, in vas zaboli nežna dušica. Tudi sam poznam občutek, kot ti nekaj ne gre in bi najraje odnehal, odstopil ali odšel nekam daleč, kjer ne bi bilo naporov in samopremagovanja. Verjemite mi, da lebdenje nekje v

zraku, brez obveznosti in dolžnosti ni nikoli tako prijetno kot je občutek, ko v sebi dosežeš zmago. Ni nujno, da je to medalja, ni nujno, da zmaga pomeni, da si najboljši. Tvoja zmaga je tisto, ko veš, da si se potrudil, naredil kar zmoreš in ko si z narejenim tudi zadovoljen.

In mi smo danes zadovoljni in srečni, saj lahko rečemo, da smo vsi zmagovalci. Skupaj smo hodili skozi leto 2003 in nikjer se nismo ustavili ali umaknili. Danes smo tukaj in zato smo zmagovalci in za vse dosežene zmage vam tudi iskreno čestitam.

Želim, da bi se vam uresničilo čimveč sreč, ki se v teh dneh nabirajo v košu želja in da bi se zopet prijeli za roke in skupaj prevozili vse ovinke v letu 2004.

**SREČNO**

Vaš predsednik  
STANKO BREZOVAR

## Misli iz globin

### PORAZI

*Na drugi strani so zmage.  
Spomnite se nanje, kadar boste izgubljal.  
Ni vse odvisno od muhaste sreče,  
ki vam je dodelila zoprne karte.  
Ključne poteze so vaše.  
Najslabše karte lahko priigrajo zmago,  
kadar jih spretnost, bistrost in zbranost  
uredijo v prave kombinacije.  
Ko vzamete karte,  
je vse v vaših rokah*

### ZMAGE

*Na drugi strani so porazi.  
Ne pozabite jih, ko boste zmagovali.  
Ni vse odvisno od vaše spretnosti,  
bistrosti, zbranosti in volje.  
Naključje vleče svoje poteze.  
Sreča se včasih nasmeje,  
kadar je njej tako prav,  
in smola se vmeša,  
ne da bi si jo želeli,  
ko vzamete karte,  
je vse v vaših rokah.*

Čeprav ne bo zmerom odvisno izključno od vas.

## Pismo drobnim MOŽEM

### DRAGI MIKLAVŽ

(če si ta prav, boš to slišal, četudi si že odšel počivat daleč, daleč v ...)

### DRAGI BOŽIČEK

(gotovo nas večkrat gledaš, saj si nekoč tudi ti domoval v naši telovadnici)

### DRAGI DEDEK MRIZ

(vemo, da imaš v teh dneh veliko dela, ampak gotovo ne toliko kot naša tršica NANA, zato upamo, da nas boš vseeno slišal)

Da ne boste mislili, da se vam oglašamo iz kakšne čudne jame. Pišemo vam telovadke iz ZELENE jame. Saj veste, zelena barva pomeni vir življenja, rojevanje, rast in odraščanje. Torej vam to pove, da smo vse še zelo mlade. Tukaj imamo telovadnico, v kateri se učimo različnih spretnosti na gimnastičnih orodjih. Potem pa gremo tudi na tekmovanja po Sloveniji in v tujino. Veliko medalj in pokalov smo že nabrale na raznih tekmovanjih. Tudi na Olimpijskih igrah so že nastopile

telovadke iz ZELENE JAME. O, ko bi vi trije videli našo ta pravo jamo. Napolnjena je s peno in vanjo skačemo na glavo, na noge, se vrtimo kolikor se moremo in kakor nam trenerji povedo, pa se nobeni nič ne zgodi. V naši jami je lepo. Zelo lepo bi bilo, če bi si jo prišli ogledat. Začudili bi se, kaj vse znamo me mlade telovadke. Dragi dobri možje. Sploh vam ne bi bilo treba priti, ČE BI NAM EDEN IZMED VAS PRINESEL DIGITALNI FOTO APARAT.

Potem bi se poslikale in ker nimamo denarja za pošto v tako daljne kraje, iz katerih ste vi doma, bi vam kar po emailu poslale naše slike. Preko celega leta bi slike prihajale k vam in videli bi, kako pridno treniramo, kako smo dobre na tekmovanjih, kako so pridni naši trenerji in tako naprej. Tako bi imeli veliko manj dela ob koncu leta. S pomočjo prejetih slik, bi točno vedeli za preko 100 deklic, kaj si zaslužijo za nagrado za pridno delo. Ja res bi bilo veliko lažje nam in vam, če bi namesto 100 daril prinesli eno za vse. Hi hi hihhi. O dobri možje, kako bi to bilo lepo. Pripravile bi vam lep nastop v zahvalo, pa še vsem bi povedale, kdo nam je prinesel tako darilo. Dragi Miklavž, Božiček in Dedek Mraz, to bi bilo pa res lepo.

## ZELENA JAMA ZOPET ORGANIZATORKA MEDNARODNEGA TEKMOVANJA

Gimnastično društvo Zelena jama ima že vrsto let v svojih vrstah tekmovalke, ki krojijo sam vrh slovenske gimnastike in so redno članice državnih reprezentanc v vseh kategorijah. Poleg dobrih tekmovalk pa je bilo društvo v gimnastičnem svetu znano še po eni stvari, in sicer po Mednarodnem prvenstvu Zelene jame, kasneje pa je preraslo v Mednarodno prvenstvo Ljubljane. Tekmovanje je bilo največje mednarodno tekmovalje v ženski in moški športni gimnastiki v Sloveniji, odvijalo se je štiriindvajset let, od leta 1970 do leta 1994. Po letu 1994 pa je prišlo do problemov, saj je zaradi pomanjkanja finančnih sredstev proračun tekovanja presegel zmoglosti organizatorjev. Leta 1996 je bilo organizirano tekmovalje Compat open, z desetkrat manjšim proračunom od prejšnjega tekovanja, od leta 1997 pa mednarodnih tekovanj v našem društvu ni bilo več organiziranih.

Po tem obdobju se je veliko govorilo o organizaciji novega mednarodnega tekovanja, vendar je vedno ostalo le pri željah, saj se je vedno zataknilo pri eni stvari – pri denarju. Tega nikoli ni bilo dovolj, želja po organizaciji mednarodnega tekovanja pa je bila vedno večja.

Ker v Sloveniji ni veliko tekmovalk na najvišjem nivoju in je konkurenca na tekovanjih bolj slaba, se mi je konec leta 2002 porodila ideja, da ne glede na finančno stanje organiziramo mednarodno tekmovalje za mlajše kategorije, saj imamo v našem klubu kar nekaj mladih perspektivnih tekmovalk. Ideji je sledil sestanek s starši naših tekmovalk, ki so bili nad zamislijo navdušeni in tako se je vse skupaj začelo. Začela se je organizacija mednarodnega tekovanja, ki smo ga poimenovali **ZELENA JAMA OPEN** (ali Odprto prvenstvo Zelene jame). Določili smo tudi datum tekovanja, 31. 5. 2003. Starši so bili pripravljeni žrtvovati svoj prosti čas, moja največja skrb pa je bil spet denar – ga lahko zberemo dovolj ali ne? Starši so rekli: »A milijonček potrebujemo? To pa res ni problem«. Vendar sem bil še naprej zaskrbljen, a kljub temu optimističen. Nam bo uspelo? Organizacijski odbor je začel akcijo zbiranja denarja in počasi je denar začel prihajati na klubski račun in po ne-

kaj mesecih je bilo že jasno da Zelena jama open bo. Vendar pa to, da smo si zagotovili ustrezna finančna sredstva še ni bilo vse. Sedaj sem šele spoznal koliko dela in prostega časa ti vzame organizacija enega samega tekovanja. Samo tekmovalje traja le tri dni, organizacija le tega pa kar nekaj mesecev. Potrebno je bilo privabiti čim več tekmovalk iz čim več držav, zagotoviti prenočišča in prehrano za vse udeležence, zbrati darila in reklamni material za vse udeležence, zbrati trideset prostovoljcev za pomoč pri izvedbi samega tekovanja, zagotoviti tekmovalno dvorano in tekmovalno orodje in še mnogo malen-

kosti, ki vzamejo kar precej časa. Kljub vsem problemom, nam je z veliko volje in pomočjo ljudi, ki so pripravljeni za gimnastiko narediti marsikaj brezplačno, uspelo organizirati mednarodno tekmovalje, kjer je sodelovalo dvanajst ekip iz šestih evropskih držav. Vsi udeleženci tekovanja so bili nad organizacijo navdušeni in so nam zagotovili, da se bodo tekovanja udeležili tudi naslednje leto. To nam je dalo nov zalet, tako da smo se odločili, da Zelena jama open tudi v letu 2004 bo.

Dokazali smo, da je mogoče narediti prav vse, če le imajo ljudje željo. Upam, da bo tekmovalje Zelena jama open postalo stalnica v našem društvu in bo imelo vsaj delček takšne odmevnosti v gimnastičnem svetu, kot ga je nekoč imelo Mednarodno prvenstvo Ljubljane.

Andrej Mavrič

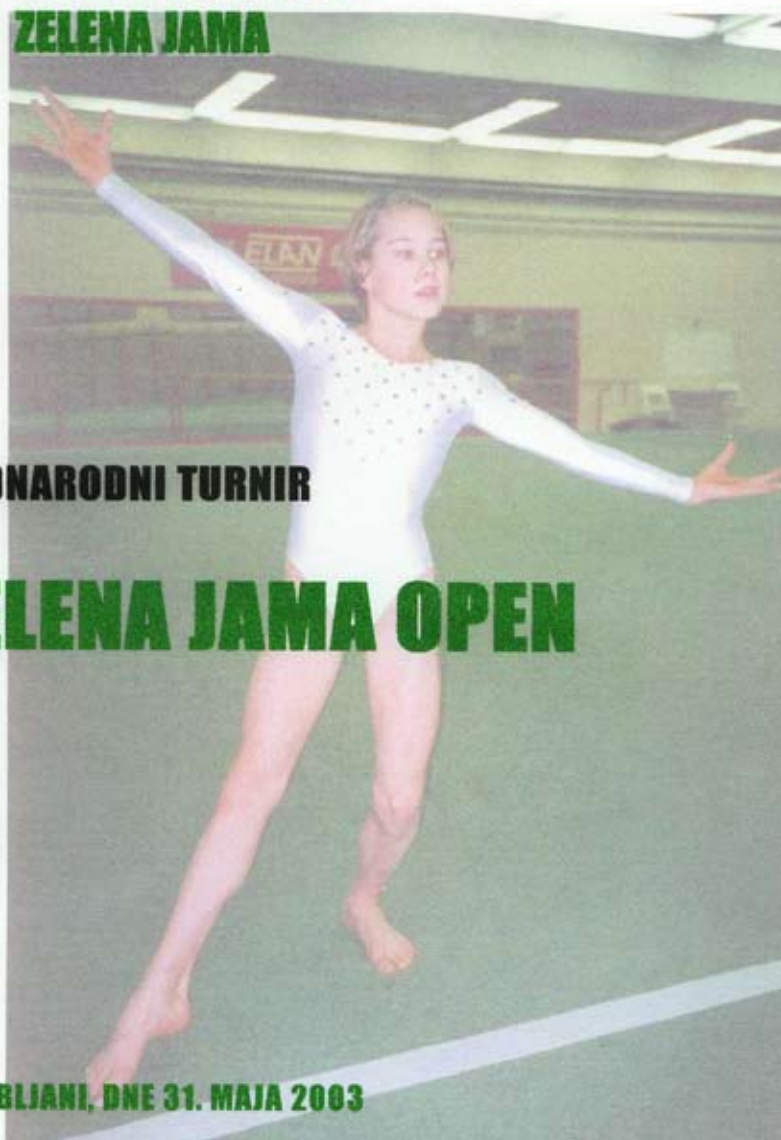
Gimnastično društvo

ZELENA JAMA

MEDNARODNI TURNIR

ZELENA JAMA OPEN

V LJUBLJANI, DNE 31. MAJA 2003





Sama sem hodila v telovadnico že takrat, ko v bistvu sploh še nisem znala hoditi. Vem, smešen stavek, vendar tako je bilo. V telovadnico hodim še danes, le da sem zdaj v drugačni vlogi, kot sem bila včasih in še zdaj spremljam otroke, ki prestopijo prag naše telovadnice. Vendar vsebina tega besedila ni namenjena meni, moji športni poti in mojemu življenju, vendar pa bom tokrat govorila o ... boste izvedeli kasneje.

Ker sem bila v telovadnici že od malih nog, poznam tudi marsikatero dekle, ki je treniralo v našem društvu, in sicer tudi tiste, ki so nekoliko starejše od mene. Ker je bila moja športna pot (za gimnastičarko) kar dolga, sem tudi na tekme hodila z dekletimi različnih starosti. Na začetku z nekoliko starejšimi od mene, na koncu z nekoliko mlajšimi. Skoraj celo mojo športno pot pa me je spremljalo dekle, ki je v gimnastiki vztrajala najdlje od vseh deklet v Sloveniji, kar jih poznam jaz. Vem, da se zdaj že marsikomu svita o komu govorim, zato bom povedala tudi tistim, ki še ne veste. Govorim o naši Lidiji Perič oz. Lidiji ...

Kljub temu, da ne poznam podrobno Lidijine športne poti, bom poizkusila napisati tisto kar vem. Vem, da je kljub vzponom in padcem dolgo vztrajala v gimnastiki, vem da je bila državna prvakinja – in to ne enkrat, vem da se je udeležila nekaj evropskih, svetovnih prvenstev, bila je v finalu evropskega pokala na parterju, bila je 6. na preskoku na sredozemskih igrah, bila je na dveh univerzijadah, vem da je prva v Sloveniji naredila trojno šravbo na parterju, ...

Vem pa še nekaj ...

Vem, da je Lidija prva od punc, s katerimi sem trenirala in hodila na

## LIDIJA IN MARKO



tekme, ki se je poročila. Ne bom pisala, kako sta se z njenim Markotom spoznala, ker ne vem točno. Mislim, da se je Mare zagledal vanjo na tekmi v Franciji. Ker pa se ni zagledal le on vanjo, ampak tudi ona vanj, je iz spogledovanja zrasla ljubezen. Ker oba prihajata iz gimnastičnih krogov, smo nekako kar vsi »slovenski gimnastičarji« spremljali njuno zvezo, ki je trajala kar precej let in vsi smo že nestrpno čakali, kdaj bosta storila še tisti, najpomembnejši korak. In končno, določila sta datum; 7. junij 2003.

Ker ne vem vseh podrobnosti iz njunega življenja, ko sta bila še nezakonski par, vem pa kako je bilo na njuni poroki, vam bom napisala ne-

kaj o njunem najsrečnejšem dnevu. 7. junija zjutraj smo bili kar vsi nekoliko nervozni. Lidija in Mare zaradi njune poroke, mi pa zaradi nastopa,

ki smo jima ga pripravili. Dopoldne smo se kar vsi skupaj (starši in otroci iz Zelene jame) odpravili proti Ljubljanskemu gradu, kjer je bila prva postojanka Lidijine in Maretove poroke. Na grad smo prišli nekaj minut pred bodočima mlado-poročencema. Kmalu pa so se pripeljali tudi ostali in z njimi tudi najpomembnejša tisti dan – Lidija in Marko. Oba sta bila prelepa. Vedno smo bili navajeni, da sta oba »skakala« okoli v dresu oz. trenirki. Tokrat je Lidija cvetela v pravi poročni obleki »bež« barve, prav tako nas je s svojo obleko navdušil Mare. Ne vem kateri je bil srečnejši, Lidija ali Mare, lahko rečem, da sta oba dobesedno žarela od sreče.

Zaradi prevelike gneče nismo poslušali tako pričakovanih DA-jev, bili pa smo že pripravljene na nastop, kjer smo prikazale nekaj njenih parternih vaj. Ob pričetku smo lahko videli nekaj Lidijinih solzic, na koncu pa je tudi ona zaplesala nekaj gibov.

Za tem smo se z vlakcom odpeljali nazaj proti mestu. Poroka se je nadaljevala in sicer v evangelistični cerkvi. Tam je vse zgledalo kot v filmu. Lidijin oči je oddal Lidijo Maretu kjer sta se še enkrat zaobljubila drug drugemu. Res ju je bilo lepo gledati, kako sta srečna. Na koncu je sledilo še končno slavje – žurka v gostilni.

Za zaključek lahko napišem le to: Lidija in Marko, želimo vama neskončno lepih let, da bosta srečna, vesela, da bosta znala rešiti vsak problemček, ki vama bo prišel na pot v življenju, da se bosta imela rada, PA DEJTA MET HITR ENGA DOJENČKA NO ...

*Mojca Mavrič*

## 37. SVETOVNO PRVENSTVO V GIMNASTIKI LOS ANGELES – ANAHEIM 10. 8.–25. 8. 2003

**RAZLIČNI CILJI** – Na svetovnem prvenstvu v športni gimnastiki v Anaheimu v Združenih državah Amerike bo nastopilo šest slovenskih telovadcev in ena telovadka. Medtem ko si bodo mladi tekmovalci nabirali izkušnje, merita Aljaž Pegan in Mitja Petkovšek veliko višje, na finale, v katerem pa bo potem možno vse ...

### 10. AVGUST – odhod TRETJE, ZADNJE SKUPINE NA SVETOVNO PRVENSTVO

Potem ko so na prizorišče 37. svetovnega prvenstva v moški in ženski športni gimnastiki v Kaliforniji pripotovali še telovadka Julija Kamnar, njena trenerka Nataša Retelj ter sodnika Marjeta Kovač in Enis Hodžič je slovenska ekipa v Anaheimu dobila celotno podobo.



*Na fotografiji z leve: Mitja Petkovšek, Andraž Lamut, Jože Mešl, Ernes Suljič, Severin Kodrič, Alen Dimic, Igor Fedoruk, Sašo Bertoncelj, Sebastijan Piletič, Marjeta Kovač, Nataša Retelj, Enis Hodžič, Julija Kamnar, Edvard Kolar in Aljaž Pegan.*



*Natašo Retelj, Enisa Hodžiča, in Julijo Kamnar sta na letališču Brnik pospremile na pot tudi Mojca in Nana Mavrič, ter Nataša Homutova (tretja z desne), ki je sodelovala pri Julijinem treningu pred odhodom na SP.*

### 12., 13. in 14. AVGUST – TRENINGI V CONVENTION CENTRU TER URADNI MOŠKI TRENING V TEKMOVALNI DVORANI – ARROWHEAD POND

Tudi edina slovenska predstavница med telovadkami Julija Kamnar, ki se

je ekipi v Anaheimu priključila kot zadnja, je že preizkusila orodja na katerih bo nastopila v znamenitem Arrowhead Pondu, dvorani, v kateri so si igralci Anaheim Mighty Ducks v zadnji sezoni severnoameriške poklicne hokejske lige NHL presenetljivo priigrali nastop v velikem finalu prestižnega tekmovanja

za Stanleyjev pokal. Mlada, komaj 16-letna telovadka bo s tekmovanjem v svojem krstnem nastopu na SP začela 18. avgusta v šesti rotaciji. Najprej bo nastopila na gredi, kjer ima najvišjo izhodiščno oceno med vsemi štirimi orodji – 9.30, in čeprav se telovadke ponavadi bojijo začeti s tekmovanjem na tem tveganim orodju, kjer se hitro pripeti napaka, trenerka Nataša Retelj zaupa v svojo varovanko, ki je dovolj dobro pripravljena, da vajo do konca izpelje brez padca. »Pogoji za trening so zelo dobri in nimam nobenih pritožb. Veseli me, da se je Julija hitro prilagodila novim razmeram in zelo dobro prestala tudi deveturno časovno razliko. Danes sva sicer opravili le en trening, da se še malce spočije, nadaljevali pa bova s po dvema na dan«, je še povedala Retljeva.



**15. AVGUST – OTVORITEV 37. SVETOVNEGA PRVENSTVA****16. in 17. AVGUST – DAN, ko moški zaključujejo s kvalifikacijami – Julija čakajo prvi nastopi****18. AVGUST – DAN, ko se zaključujejo ženske kvalifikacije (JULIJA)**

V lov za čim boljšouvrstitev v mnogoboju se bo osamljena – brez spodbujanja reprezentančnih kolegic – jutri podala 16-letna Julija Kamnar, ki je na otvoritveni slovesnosti tudi korakala ob slovenski zastavi, prav tako kot druga dva debitanta Andraž Lamut in Ernes Suljič. Kamnarjeva se za naj-



boljša mesta ne more boriti, tako da je njen cilj uvrstitev v prvo polovico nastopajočih, na zadnjih treningih v Anaheimu pa je kazalo, da lahko svojo nalogo tudi izpolni. Na uradnem treningu v dvorani Arrowhead Pond je sicer na parterju padla na glavo, k sreči je bilo to štiri dni pred tekmo, tako da so se bolečine v vratu lahko polegale. Čeprav je za dijakinjo šišenske gimnazije to prvi nastop na tako velikem tekmovanju, se je zelo dobro zčila z novim okoljem, tremo je »prihranila« za dan nastopa, tako da je njena trenerka Nataša Retelj z njo zelo zadovoljna.

»Julija je zelo zavzeta, nima problemov, zato si lahko želim le še, da bi na tekmi nastopila tako kot na večini treningov«, je pohvalila svojo varovanko Retljeva.

**Po tekmi**

Trenerka Kamnarjeve Nataša Retelj je po krstnem nastopu svoje tekmovke na tako velikem tekmovanju povedala:

»Nisem pričakovala slabega nastopa, saj je na treningih telovadila odlično in bila res dobro pripravljena. Še enkrat več se je pokazalo, da je tekma nekaj povsem drugega in kako zelo so pomembne izkušnje, ki jih Kamnarjeva še nima. Čeprav je padla z gredi, sem pričakovala, da bo nadeljevala dobro. Res je vajo na parterju opravila odlično, že pred tem pa sva se na treningu dogovorili, da izhodiščno oceno znižava za 0.1 točke in tako zagotovila zanesljivo izvedbo«.

Zataknilo se je pri preskoku, kjer je Kamnarjeva skok izvedla brez napak, ji ga sodnice niso priznale, saj je nastop pričela nekaj sekund, preden se je na semaforju prižgala zelena luč. Ker se sodnice niso mogle zediniti, ali je slovenska telovadka pravilno nastopila ali ne, so ji dale še eno možnost, a ji odbile pol točke zaradi vnovičnega poizkusa.

»To jo je tako zmedlo, da je drugi skok skočila precej slabše. Na bradlji je sestavo vse do seskoka izvedla dobro, a je pri seskoku prehitro odprla in pristala s padcem«, je razložila njena trenerka.



### 19. AVGUST – dan po Julijem nastopu

#### Članek iz dnevnega časopisja: JULIJA, OBJOKANA ...

Na gimnastičnem svetovnem prvenstvu v ameriškem Anaheimu je debakel doživela edina Slovenka Julija Kamnar. Zla usoda ji je že v prvi disciplini mnogoboja namenila gred, najzahrbtnejše orodje. Od treme izdelana Julija je, kakopak, stopila mimo. Predčasen in trd pristanek jo je stal pol točke. Po ponesrečenem štartu je mladenka na parterju izbrala nekoliko lažjo sestavo in uspela. A nato je prišel preskok. Neučakana se je pognala v rdečo luč, a počakati bi morala na zeleno. Prometniki na SP o prekršku niso bili enotnega mnenja. Sklep: Julija naj skoči še enkrat, a že pred tem ji odbijemo pol točke. Uganili ste, nov poskus se ji je ponesrečil. Še bradlja, pa konec morije, si je mislila slovenska odprava. Za spremembo je vaja uspela, a le do seskoka. Kamnarjeva je pristala v padec!

### 24. AVGUST – dan D za Mitjo Petkovška v finalnem nastopu na bradlji

Ameriški sodnik Backstead zaradi malenkostnega preprijetja med kombinacijo te ni upošteval ter znižal izhodiščno oceno sestave iz maksimalne 10.00 na 9.80.

»Upal sem, da tega ne bo storil, saj je bila tako minimalna napaka, ki so jo tako ali tako kaznovali točkovni sodniki B-komisije. Tega mu res ni bilo treba, saj sem sicer izvedel lepo sestavo z brezhibnim seskokom. Znižanje me je stalo kolajne«, je takoj po nastopu povedal Mitja Petkovšek, ki se je na orodje podal kot zadnji.

Z njim pa so se strinjali tudi gledalci v Arrowhead Pondu na čelu s strokovnima komentatorjema, nekdanjima izvrstnima telovadecema, olimpijcem in svetovnima prvakoma Johnom Rothlisbergerjem in Kurtom Thomasom, ki sta ga že razglasila za zmagovalca. Ko se je na semaforju izpisala ocena, je občinstvo skočilo na noge in glasno izžvižgalo. Petkovšek pa je poleg do-



mačina Wilsona na uradni podelitvi priznanj prejel najglasnejši aplavz v dvorani.

### POŠILJANJE E-MAIL POŠTE V GD ZELENA JAMA

Halo, tukaj Anaheim 18. 8. 2003

Naša trenerka Nataša Retelj in tekmovalka Julija Kamnar se javljata iz prizorišča svetovnega prvenstva v športni gimnastici. Julijo je sicer nekoliko stisnila trema, vendar si kljub temu zasluži čestitke, saj se je tako na pripravah kot na samem prizorišču močno trudila.

Upajmo le, da je začutila slast velikih tekmovanj in da bo poskušala izboljšati uvrstitev na naslednjem svetovnem, pa tudi na evropskem prvenstvu.

12. 8. 2003

No, pa se medve oglašava. Noro je!!! Tole zadevo imamo zastoj, ampak je časovno omejeno. Danes sva opravili prvi trening in je šlo presenetljivo dobro. Julija je ful pridna in mislim, da se točno zaveda, kje je. Druge pa imava sobo z razgledom na



Disneyland. Sobe so super, Julija pa pravi, da ne more spat, ker so postelje prevelike. Ne čutiva nobene razlike v času, vse je v redu, čeprav se čuti veliko nervoze, morda zato ker je ogromno ljudi. Upam, da se ne hvalim prekmalu, ampak res se dobro počutiva. Orodje je OK. Včeraj sva že naredili celo vajo na bradlji in gredi, nekaj parterja, ki je malo trd, ampak Julija ne komplicira. Še pohvala fantom, ki nama pomagajo in so zelo pridni. Pozdrav vsem Julči in Nataša.

### 13. 8. 2003

Hej, spet sva tukaj. Prišli sva ravno s treninga in je bilo zelo v redu. Treningi so dovolj dolgi, da se navajava tudi na malo pretrd parter. Tukaj so tri dvorane z ženskim in tri z moškim orodjem. Treningi so možni dvakrat na dan, po dvoranah pa je toliko ljudi, da je dobro, da se gimnastiko lahko tud po luftu dela, da je na tleh malo več prostora. Jutri imava uradni trening. V skupini imava telovadke iz Puerto Rica, ki so še počasnejše od slovenk in naju to kar malo moti. Ampak ko je prišel trener me je pa vprašal: govoriš srbohrvatski? Ali ni svet majhen. No, zdaj sva že najboljša prijateljca, ker jaz obvladam tuje jezike. Samo še s hrano imava mal težav. Vsak dan je isto



en zmečkan riž, za katerega se ne ve al je riž, polenta al gres. Julija je na večernem treningu naredila vajo na parterju in tudi ostalo je bilo dobro. Videli sva tudi Prodnovo in našo trenerko iz Šiške Ljudo.

### 16. 8. 2003

Zdej se pa tuki že mal več dogaja. Po telovadnici se že sprehajajo agenti FBI in to s kužki. Policaji pa so tukaj še bolj neumni kot v Ljubljani. Končali

sva z drugim treningom in to dobro. V najinem turnusu so Korejke – njihova bradlja je da padeš dol. Sicer pa se lahko čudiš kaj vse telovadi na SP, od take male kot je naša Špela Tomšič-Kitajke, Korejke pa takih, ki so že prave mame. Še imamo čas.

### 19. 8. 2003 – PO TEKMI

Na žalost je konec. Julija je padla menikeli stegnjeno, padla dvojno za seskok na bradlji in zašužrjala preskok. Zbrala je 31.743. Ne vem kaj naj še napišem. Kaj ti pomaga, če si dobro pripravljen, če se pa na tekmi dobesedno pokakaš. A je boljše bit nepripravljen pa se ti na tekmi mogoče posreči. Verjetno ne. Danes sem kar malo razočarana. Res nisem pričakovala tega. Kar je pa je, treba je več delat.

### 20. 8. 2003

Pred najino tekmo sva seveda navijale tudi za naše fante, upam da ste tudi v Ljubljani držali pesti. Rezultate boste bral v časopisu, ker zdaj bo malo odmora tudi za naju. Hollywood kliče.

Lep pozdrav iz Anaheima Julija in Nataša!

### 26. AVGUST – VRNITEV v Slovenijo



Nataša Retelj

## INTERVJU S CIBANKAMI

### Kdo TE JE NAVDUŠIL ZA GIMNASTIKO?

**KAJA MOŠKRIČ:** Mami je nekje videla reklamo in odločili sva se da probava.

**TEJA GRDEN:** Jaz tukaj blizu stanujem in sem videla na oglasni deski oglas (ena punčka je delala stojo). Mami sem prosila, da me pelje.

**MAŠA BRNA:** Mami me je pripeljala pa mi je bilo tako všeč, da še zdaj hodim.

**EVA ZALAR:** Moja prijateljica je že hodila pa je rekla še meni, če bi šla z njo.

**LONIJA MANEVSKI:** Mami mi je povedala za gimnastiko, prvič pa me je pripeljal oči.

**REBEKA BOBNAR:** Očiju je gimnastika tako všeč, da bi še sam telovadil. On me je navdušil in me pripeljal sem.

**AJDA OSOJNIK:** Sošolka je hodila k C programu pa sem še jaz začela. Potem pa so me povabili k boljši skupini.

**IVANA SOSIČ:** Tudi mojemu očitu

je všeč gimnastika in me je vprašal, če bi probala.

### Kaj pa ti je NA TRENINGU najbolj všeč?

**KAJA:** Najboljš je, ko skačemo po kanvasu.

**TEJA:** Jaz pa najrajši delam salte z gume, ker se okol zavrtiš.

**MAŠA:** Meni pa je najboj všeč bradlja, ker sem se naučila vzmik. Pa všeč mi je, ker se vrtiš.

**EVA:** Da delamo salte in skačemo v peno.

**LONIJA:** Najboljš mi je, ker stoje delaš.

**REBEKA:** Najrajši delam na gredi, ker so mi vaje ful všeč. Pa tudi to, ko skačemo.

**AJDA:** Najraj imam preskok, ker se odrivaš z deske pa delaš skrčke.

**IVANA:** Najbolj mi je všeč, ko skačemo po kanvasu in v peno.

### KATERA GIMNASTIČNA ORODJA PA POZNAŠ?

**KAJA:** Kanvas, bradlja, gred, ostalo sem pa pozabila.

**TEJA:** Proskok, kanvas, bradlja, gred, parter.

**MAŠA:** Gred, kanvas, blazine, guma, bradlja, zdej se pa ne spomnim več.

**EVA:** Kanvas, preskok, bradljo, parter, guma pa nič več.

**LONIJA:** Kanvas, palice, ribstol, gred.

**AJDA:** Bradlja, ročke, koza, gred, ribstol, kanvas, to je pa vse.

**IVANA:** Gred, koza, ribstol, blazine, guma, deska.

### Zakaj misliš, da je dobro, da SE UKVARJAŠ S ŠPORTOM?

**KAJA:** Ker dobiš mišice pa ogreješ se.

**TEJA:** Zato, da bom močna pa zato da bom suha, ker zdej sem čist mal suha.

**MAŠA:** Ker treniramo pa mislim, da je to dobro zame.

**EVA:** Zato ker sem suha, če ne bi bila bolj debela.

**LONIJA:** Zato ker skačeš pa zato ker se bolj razmigaš pa ker zrasteš.

**AJDA:** Ker se razmigaš pa se naučiš veliko stvari.

**IVANA:** Zato, k pol ne skačem po stanovanju.

Sem Karolina Ovijač. Spet sem se odločila da bom hodila na gimnastiko. Zelo mi je všeč ter mi je lepo. Na tekmo vanju sem bila 10. prehitela sem Špelo. Najboljše orodje je preskok. Gred mi je kar težka. Znam tudi stojo na gredi. Skoraj se na vsakem orodju udarim. Zelo dobre prijateljice so. V sredo smo praznovali rojstni dan.

*Ovijač Karolina*

Jaz že treniram gimnastiko 1 leto, moje najboljše orodje je parter in gred. Naj naj slabše orodje je bradlja. Za ogrevanje imamo tovarišico Natašo za orodje pa tovarišico Mojco, včasih tovarišico Nano. Moje prijateljice so: Tjaša, Kaja, Karolina in Špela

*Tina Josišič*

Moje ime je Kaja. Sem živahna deklica. Rada skačem in delam prevale. Zelo težko sem pri miru. Rada hodim na treninge. Naučila sem se že zelo veliko. Ponosna sem ker naredim tudi veletoč.

*Kaja Seško*

Moje najljubše orodje je bradlja. Bradlja je moje najljubše orodje zato, ker me ne ovirajo noge in čisto lahko je delati na njej. Najslabše orodje je gred, ker se vedno tresem in mislim da bom padla.

*Špela Turkovič*





## ZDRAVJE – POT DO USPEHA

V življenju se vedno bolj srečujemo, ter vse bolj cenimo pomen besede – zdravje. To nam namreč narekuje moderen način življenja, ki je polno raznih obveznosti in s tem povezanega primanjkovanja časa; časa za gibanje, časa za kuhanje zdrave prehrane, časa za sprostitve ... in še bi lahko naštevala dejavnike, ki pripomorejo k temu, da izpolnimo pregovor »zdrav duh v zdravem telesu«. Potrebo po gibanju vaši otroci vsak dan izpolnjujejo s treningom gimnastike, da pa bi bil le ta čimbolj uspešen lahko veliko pripomorete tudi sami – s pravilno prehrano. Vsakodnevni treningi predstavljajo velik napor in tako zahtevajo zdravega človeka. Če človeško telo s hrano ne dobi vseh zahtevanih snovi za njegovo normalno delovanje, se poruši njegovo ravnovesje; pojavijo se poškodbe, bolezni, utrujenost ...

### Kaj so vitamini?

So organske snovi, potrebne za življenje. Potrebujemo jih za rast, življenjsko moč in splošno dobro počutje, nahajajo pa se v majhnih količinah v vsaki naravni hrani. Naše telo jih mora dobiti iz te hrane ali iz dietetičnih do-

datkov. Zmotno je prepričanje da lahko vitamini zamenjajo hrano, telo jih namreč ne more vsrkati ne da bi istočasno sprejelo tudi hrano. (Ne morete jemati vitaminov, nehati jesti in pričakovati, da boste zdravi). Vitamini preko encimov uravnavajo našo presnovo. Pomanjkanje enega samega vitamina lahko ogrozi celotno telo.

### Kaj so hranila?

Hranila so več kot vitamini, potrebujemo jih za energijo, delovanje organov, izrabo hrane in rast celic. Oglikovki hidrati, beljakovine, maščobe, rudnine (kalcij, jod, železo, magnezij, fosfor, cink), vitamini in voda so vsi hranila – sestavine hrane, ki jih telo vsrka – in so potrebni za dobro zdravje.

### Snovi, ki so še posebej pomembne za športnike

**Beljakovine:** so gradniki mišičnih vlaken, pomembne za rast in nadomestitev poškodovanih celic. Viri: mleko in mlečni izdelki, meso, jajca ...

**Oglikovki hidrati:** proizvedejo najmanj 50 % energije za telo, torej jih mišice porabljajo za svoje učinko-

vito delovanje. Viri: vse vrste sladkorja, sadje, žitarice (testenine), zelenjava ...

**Minerali in vitamini:** sodelujejo pri gradnji in obnovi tkiv, pri presnovi, ključni pa so tudi za delovanje organov. Viri vitaminov: zelenjava, sadje, neoluščene žitarice ...

**Voda:** pomembna za delovanje vseh celic v telesu. Dehidriranost povzroči zmanjšanje mišične moči, večjo možnost krčev in slabo počutje. Večino vode pri športni aktivnosti izgubimo s potenjem, količina pa je odvisna od vrste športne aktivnosti in intenzivnosti le te. Vodo je treba vnašati v telo pravočasno! Refleks žeje namreč rahlo zamuja, kajti takrat naj bi telesu že primanjkovalo okoli 2 % telesnih tekočin. Rajši pijemo večkrat po malo, pred, med in po treningu. Splošno pravilo, ki si ga je lahko zapomniti je, naj bi popili toliko vode, da bo urin postal prozoren.

**Za konec:** »Del uspešnega načrtovanja športnega treninga je tudi počitek, ki je prav tako pomemben kot trening, saj zagotavlja obnavljanje tkiv in energetskih rezerv. Pozor! Če telesu tega počitka ne nudimo, si ga je prisiljeno vzeti samo!!!«

*Bojana Vrščaj*

## TEKMA V BELGIJI

Na predzadnje letošnje tekmo smo odšli konec novembra. Teden prej smo imeli državno prvenstvo, kar je bila kvalifikacijska tekma za tekmo v Malmedyu v Belgiji. Na to tekmo smo se uvrstile Tjaša in Saša iz Šiške, ter Rea in jaz, v mlajši kategoriji pa Tjaša K., Maša, Ivana in Melisa iz Zelene jame. V četrtek zvečer okoli 10. ure smo se dobile pred telovadnico v Šiški. Peljali so nas trenerji Šiške, ZJ in trenerji, ki so na tekmo odšli s fanti. Pot je bila zelo dolga in tudi spati nismo mogli dobro, ker so bili sedeži v kombiju zelo neudobni in skoraj vsaki dve uri smo se ustavili na bencinski črpalki. Po tej dolgi poti smo v Belgijo prišli okoli 11-ih. Tam smo še kakšne pol ure iskali študentski dom, v katerem smo bili. Ko smo odnesli prtljago v svojo sobo, smo odšli na trening. Te-

lovadnica je bila srednje velika, orodja so bila kar v redu, samo parter je bil malo trd. Po treningu smo odšli v

»šoping«. Bilo nam je malo dolgčas. Ker ni bilo nobenih dobrih trgovin. Ko smo se vrnili v študentski dom smo





se šli še tuširati, potem pa smo se še malo zabavali. Okoli 22. ure smo šle vse punce spat, ker smo morale zgodaj vstati, ker so mlajše že ob pol-desetih začele s tekmo. Odtekmovale so kar v redu, najbolje pa se je uvrstila Maša, ki je bila četrta. Z Reo, Sašo in Tjašo smo tekmo začele na gredi. Z Reo in Sašo smo enkrat padle, a vseeno ni bilo slabo. Ostala orodja pa so nam šla kar v redu. Z ekipo smo se uvrstile na 3. mesto. Tudi posamezno sem bila tretja. Po tekmi smo odšli na kosilo potem pa na »bowling«. Zelo smo se zabavale. Kmalu smo morali na razglasitev, ki je bila šele okoli 21-ih. Ker smo bile zelo utrujene smo šle kmalu spat. Bilo mi je všeč.

Adela Šajn

## Oh, TA PRESNETI VELETOČ

Veletote sem začela delati v Šiški. Bila pa je prava muka, saj sem padala s trebuhom. Tovariš Silvo mi je govoril naj naredim grbico. Ko sem po dolgem času naredila veletote, me je tovariš Silvo še dolgo časa držal. Veletote sem delala in delala. Na koncu mi je le uspelo. Najbolj je bil vesel tovariš Silvo, ki je imel že vsega dovolj. Mami in oči sta bila že čisto živčna, ker je toliko časa trajalo, da sem ga naredila. Veselo novico sta počastila z največjim sladoledom. Meni pa je to pomenilo največ, saj mi je bilo že brez veze, da ga naredim. Zdaj se začne

šele zares, kajti učila se bom veletote naprej in salto za seskok.

Laura Slana



## Slovo od gimnastike in ponovna vrnitev



Tovarišica Nana me je prosila, naj napišem kakšen članek oz. spis za VzmiK – glasilo našega društva. V klubu sedaj nastopam v drugačni vlogi. Nisem več telovadka ampak trenerka (če bi lahko temu tako rekli).

Vse skupaj pa se je začelo takole. Lani enkrat decembra sem se odločila, da bom prenehala trenirati gimnastiko. Res je, da sem vztrajala še do februarja letošnjega leta, saj sem mislila, da je moja decembrska odločitev le neka muha, ki me bo minila. Kljub maminem prepričevanju, naj še vztrajam in malo potrpi, sem gimnastiko po desetih letih in pol treniranja pustila konec februarja. To pa zato, ker sem le z muko prišla na trening, bala sem se delati elemente, ki sem jih že obvladala, ni se mi več dalo učiti novih elementov, počasi sem imela vsega že dovolj in nisem več videla smisla zakaj bi še trenirala.

Na začetku gimnastike nisem prav nič pogrešala. Zato pa sem jo po nekem času, na nek način, ki ga ne znam opisati, začela pogrešati. Po počitnicah mi je oči omenil, da mu je tovarišica Nana rekla, da bi lahko prišla pomagat v društvo in bi učila cicibane. Tako sem si rekla: »Zakaj pa ne, pojdi poskusit pa boš videla kako to je. Če ti bo všeč boš ostala, drugače pa boš odnehala«.

In res sem začela delati in učiti cicibane stare od tri do šest let. Na za-

četku mi je bilo zelo čudno saj sem se prvič poizkusila v vlogi trenerja. Sedaj pa mi je postalo zelo zanimivo, saj na treningih učim cicibane razne osnovne elemente od prevalov (naprej, nazaj), sveč, stoj do skakanja po trampolinu, skakanju v peno in hoji po gredi. Res so otroci včasih naporni, posebej takrat, ko jih imam v skupini po sedem in skačejo vsepovsod ter nočejo biti pri miru.

Vendar so po drugi strani zelo »luškani« in navihani, tako da se jih sploh ne upaš kregati za neposlušnost. Zelo so tudi posrečeni saj, ko jih kdaj vprašam koliko so stari, kdaj imajo rojstni dan ali pa kaj bodo postali, ko bodo veliki, mi ne znajo odgovoriti ali pa dobim na isto vprašanje pet različnih odgovorov. Približno pred tremi tedni pa sem začela trenirati tudi osnovnošolke (peti in šesti razred). Na začetku sem jih imela le toliko časa dokler ni na trening prišel tovariš Andrej. Sedaj pa jih treniram celo uro, saj se mi zdi, da Andrej z njimi nima potrpljenja, ker so zelo klepetave in neposlušne. V skupini imam ponavadi tri do štiri deklice. One se učijo že težje in zahtevnejše elemente.

Delo, ki ga sedaj opravljam v društvu se mi zdi zelo zanimivo, pomeni mi nov izziv in upam, da bom v njem še naprej tako uživala, kot do sedaj.

Vanja Kavčič

## BRNO 2003

Bili smo na poti v Brno. Šlo nas je 8 tekmovalk: Teja, Maša, Melisa, Cilka, Alenka, Saša in jaz; trije trenerji in dve sodnici. Odpeljali smo se z dvema kombijema. Ker je Brno na Češkem, smo se peljali čez Avstrijo. V Brnu smo najprej imeli trening. Bradlja je bila nekoliko višja kot v Ljubljani, zato sem si pri seskoku malo zvila gleženj. Potem smo se namestili pri družinah, kjer smo spale. Maša in Alenka pri eni; Reja, Saša in Teja pri drugi; ter Cilka, Melisa in jaz pri tretji družini. Pri njih smo se imeli zelo lepo. Bili so zelo prijazni. Njihova hčerka Ana tudi trenira gimnastiko.

Ker smo se težko sporazumevale, smo gledale po televiziji Harry Potterja. Imeli so tudi zelo prijaznega kučka Bena. V soboto smo imele tekmo, ki se ni končala po mojih željah. Pričakovala sem več, vendar sem naredila preveč napak. Nisem izpeljala



vaj, ki jih naredim na treningu. Vem, da moram še veliko in pridno trenirati, da bom tudi na tekmah lahko pokazala, kaj zmorem. V nedeljo zjutraj

smo se odpeljali domov. Bila sem utrujena in sem komaj čakala, da pridemo v Ljubljano.

*Ivana Kamnikar*

## BRNO 2003

Zjutraj ob 7.00 smo se odpravili na Češko v mesto Brno. Peljali smo se z kombijem, z nami pa sta bila tovariš Andrej in tovarišica Janja. Vozili smo se približno 7 ur. Med vožnjo smo se zabavale z različnimi igrigami. Ko smo prispeli smo takoj odšle na trening. Telovadnica je bila zelo majhna orodja pa so bila zelo dobra. Po treningu je tovariš določil s kom bo katera

spala. Spala sem skupaj z Sašo in Rejo. Zjutraj, ko smo se zbudile smo pojedle zajtrk družina pri kateri smo spale nas je peljala na tekmo. Začele smo z ogrevanjem. Naše prvo orodje je bila bradlja. Z vajo nisem bila zadovoljna, ker sem padla salto. Po tekmi je sledila razglasitev. Bila pa sem še kar zadovoljna. Po tekmi smo odšli v McDonalds. Naslednji dan, ko smo prispeli v Ljubljano so nas tam že čakali starši.

*Teja Belak*

## V novi skupini

V novi skupini je zelo zabavno. Veliko več sem se naučila kot v stari. Rada bi se še več. Na konce treninga sem veliko bolj utrujena kot sem bila v stari skupini. Najrajši imam bradljo. Najbolj pa mi nagaja preskok, ker vsakič dam ramena naprej, zato se na preskoku najbolj potrudim. Zelo zabavno je, kadar je tovarišica Janja dobre volje. V novi skupini imam veliko več prijateljev. Na tekmovanjih sem kar dobra. Najboljša pa sem bila na letošnji prvi tekmi, ki je bila v Šiški. Na trening prinesem veliko volje in tudi kaj pozabim tam.

*Špela Tomšič*





## Oh, TA preskok

Teško sem pričakovala tekmovanje v Brnu. Po šestih urah vožnje smo končni prispeli v telovadnico. Tam smo imeli trening in orodja so bila kar v redu. Po končanem treningu smo odšli spat k neki družini. Kjer smo se imeli zelo lepo. Naslednji dan je bila tekma. Ogrevali smo se v pomožni telovadnici. Tu mi je šlo dobro in upala sem, da bo tudi kasneje tako.

Predvsem sem pričakovala dober preskok in seveda tudi dobro oceno. Tekmovanje smo začeli na bradlji. Naradila sem kar v redu. Sledila je gred, opravila sem slabo, saj sem dvakrat padla. Nadaljevali smo s parterjem na-



redila sem brez večjih napak. Na vrsti je bilo še moje najljubše orodje, preskok. Imeli smo samo eno možnost, en skok. Z Ivano sva skakali cukaharo, Teja premet in Maša premet salto. Ko sem čakala da pridem na vrsto, sem razmišljala o tem, kako bom čim bolje skočila. Na žalost se moje misli niso uresničile. Že pri zaletu ni šlo v redu, pri doskoku pa me je odneslo v stran in padla sem z blazin.

Bila sem zelo razočarana, saj sem zapravila zadnjo možnost za dobro uvrstitev. Oh, ta preskok sem žalostno zavzdihnila. Na državnem prvenstvu sem dobila bronasto medaljo za preskok, tudi na tekmi v Belgiji sem stala cukaharo in dobila dobro oceno. Zelo se bom trudila, da bom na naslednji tekmi lahko skakala premet salto.

*Melisa Lozica*

## DRŽAVNA PRVAKINJA NA ŠTIRIH ORODJIH

Ta tekmovalna sezona je bila zelo pisana. Zgodilo se je veliko neprijetnih in veliko lepih stvari. Na začetku sem si na prvenstvu Zelene jame na ogrevanju pred tekmo spahnila komolec. Zelo me je bolelo. Tovariš me je takoj odpeljal v klinični center, kjer so mi pod narkozo ravnali roko.

Zaradi hude poškodbe nisem smela trenirati skoraj tri mesece. Bila sem žalostna, saj se nisem mogla udeležiti nekaterih mednarodnih tekem. Po dolgem času ne treniranja sem se počutila zelo nesigurna. Tovarišica Nana me je prepričala naj se udeležim prijateljske tekme na Reki. Bila sem četrta, čeprav mi je bil rezultat nepomemben.

Pomembno mi je bilo to, da sem premagala strah pred tekmo. Sledile so počitnice med katerimi sem se

pripravljala na drugi del sezone, da bi popravila tisto kar sem zamudila v prvem delu sezone. Super, sedaj lahko povem, da mi je to tudi uspelo. Na prvi prvenstveni tekmi v drugem delu sezone sem imela veliko treme in strahu. Nisem vedela kako se bom odrezala. Takma je potekala kot sem pričakovala.

Rezultat je bil prvo mesto. To mi je dalo samozavest za nadaljevanje. Na naslednjih tekmah so sledili sami dobri rezultati: v Vitkovicah sem osvojila 12. mesto, v Brnu sem bila četrta, državno prvenstvo pa je bilo nekaj najlepšega v drugem delu sezone. Postala sem absolutna državna prvakinja v kategoriji deklic.

Zmagala sem v mnogoboju in na vseh štirih orodjih. Sledila je še tekma v Belgiji in v Celovcu. V Belgiji sem bila četrta, v Celovcu pa mi je spodrsnilo na parterju in na preskoku. Zato sem pristala na 12. mestu. Obrestoval se mi je trud, ki sem ga vlagala v svoje treninge.

*Maša Žnidaršič*





## LEVERKUSEN

Letos sem šla na veliko mednarodnih tekem, ena izmed njih je bila tudi v Leverkusnu. Tja smo se odpravili že v petek zjutraj s kombijem. Šla sem skupaj z Adelo in Julijo, s tovarišem Andrejem, kot sodnica pa je šla Mojca. S seboj sem imela zelo majhno potovalko, saj sem nekaj stvari pozabila vzeti in tako je bila majhna potovalka čisto »dovolj«.

Med potjo smo spale, se pogovarjale, malo dolgočasile in se tudi igrale različne igre. Ko smo po dolgi vožnji končno prispеле, smo šle takoj v hotel. Bil je zelo lep. Imel je šest nadstropij, v katere si lahko prišel le z dvigalom, ki je deloval samo na kartico. Sobo smo imele v šestem nadstropju. V sobi smo imele tudi televizijo. V hotelu je bila v pritličju miza za namizni nogomet, ki smo jo kar nekaj časa uporabljale. V petek smo imele trening še pred tem pa smo šle še v mesto. Časa nismo imele veliko zato smo šle samo malo pogledat pred tekmo (v soboto) naj pa bi šle kaj več kupiti po tekmi. Potem pa smo imele trening. Vsa orodja so bila Bän Fer. Gred mi je bila zelo všeč saj je zelo nesla. Druga orodja so bila tudi kar



v redu. V soboto smo imele tekmo šele zvečer. Vendar, ko smo hotele iti po trgovinah smo ugotovile, da so zaprte, saj je bil praznik.

Tako smo do tekme počakale v hotelu. Malo smo igrale tudi namizni nogomet. Hotel je imel tudi savno in fitness. Dopoldan v soboto je bil tudi trening, na katerem nismo preveč delale.

Popoldan je bila tekma. Tekma mi je kar dobro uspela. Ekipno smo osvojile 6. mesto in ker so bili pokali ravno do 6. mesta, smo ga dobile. Zvečer je bil tudi banket, ki ni bil preveč zabaven. V nedeljo smo se zjutraj odpravili nazaj v Ljubljano. V Leverkusnu mi je bilo zelo všeč.

*Rea Kolbl*

## VRNITEV V GIMANSTIČNO DVORANO PO POŠKODBI

Sredi oktobra me je na treningu začela boleti noga. Prvi dan sem še zdržala, drugi dan pa sem morala iti domov. Bolelo me je pri vrhu stegna in to kadar sem tekla ali dvigovala nogo. Šla sem k Tomažu Fuchsu in rekel mi je, da imam pretegnjeno mišico dvigovalko in da sem to poškodbo verjetno dobila kje v šoli, ne pa na gimnastiki. Približno tri tedne nisem mogla trenirati, zato sem bila zelo živčna, zamudila pa sem tudi dve tekmi. Vmes sem hodila še na lasersko magnetno terapijo. Ko je bilo terapije konec, sem končno spet začela trenirati. Bilo je manj kot dva tedna do državnega

prvenstva. Začela sem z lahкими elementi, potem pa vedno težjimi. Po enem tednu sem delala že skoraj vse, a nisem še bila v formi. Imela sem tudi bolečine v mišicah (muskelfiber), ker sem bila toliko časa brez treninga.

Na vsakem treningu pa sem morala delati še vaje za raztegovanje, da se ne bi poškodba ponovila, ker bi potem morala počivati več mesecev. Končno sem dočkala državno prvenstvo. Celo tekmo mi je uspelo narediti brez padca in bila sem zelo vesela. Še najbolj pa sem bila vesela, ker sem bila v mnogoboju druga, na posameznih orodjih pa sem dobila še dve srebrni in dve bronasti medalji. Zaradi dobrega rezultata sem šla še na tekmo v Belgijo, kjer sem bila 16.-ta od 59-ih tekmovalk. Upam, da se ne bom več tako poškodovala, v šoli in na ulici pa zelo pazim, kako hodim in kaj delam.

*Tjaša Kysselef*



## Lepote Amerike

Vedno sem si želela tekrovati na svetovnem prvenstvu in letos poleti se mi je ta želja uresničila. Ne le, da se mi je izpolnila največja želja, tudi druga želja o kateri sem vedno lahko le sanjala se mi je izpolnila: odšla sem v Ameriko, v Los Angeles. Tokrat sem se odločila pisati o prostem času, ki smo imeli tam in ne o tekrovanju. Najprej moram povedati, da sem si vedno predstavljala Ameriko kot nekaj tako neverjetnega, boljšega in čisto drugačnega kot mesta in države v Evropi. Vendar sem se motila.

V Ameriki je mesto zelo podobno kot povsod drugot v Evropi. Razlika je edino v tem, da imajo Američani zelo veliko restavracij, ki so skoraj za vsakim vogalom, to so ponavadi restavracije s hitro prehrano in po tem lahko sklepam zakaj so tako zelo debeli! Po tekrovanju, ko smo imeli več časa za ogled mestnih oz. Ameriških znamenitosti smo si te tudi ogledali. Prvo kar smo obiskali in preizkusili in po čemer smo že od prvega dneva vsi hrepeneli (vsaj jaz) je bil Disneyland.

Spali smo v hotelu, kjer smo morali iti le čez cesto in smo bili v Disneylandu, tako smo lahko odlično videli ognjemet, ki se je vsak dan odvil v Disneyu. Naslednje kar smo si ogledali je bila največja znamenitost Amerike sploh. To je Hollywood. Videli smo znameniti napis »Hollywood« na gričku, vendar ne od blizu, hodili smo



tudi po pločniku, kjer ima vsak zelo znan filmski igralec, pevec ali režiser svojo zvezdo na tleh. Ogledali smo si tudi kulise in vse tisto kar je ostalo od zelo znanih filmov, ki so bili posneti v Universal Studios. Nato smo se peljali še mimo Beverly Hillsa, kjer so nam pokazali hiše znanih igralcev.

Pokazali so nam tudi kanal kjer se je v filmu »Terminator I« boril Arnold Schwarzeneger. Kot tretjo stvar pa smo si ogledali še plaže Californije. Sicer smo se morali kar dolgo časa peljati z avtobusom, da smo prišli do morja, vendar je bilo vredno. Plaže pa so bile tako kot sem si jih jaz vedno predstavljala in kot sem jih videla v filmih.

Cele plaže so peščene, na njih so vsake toliko časa postavljene hišice kjer so postavni reševalci iz vode. Morje je bil sicer zelo, zelo mrzel tako, da sem se morala izredno potruditi in stisniti zobe, da sem prišla noter. Zaplavati pa nisem mogla, saj so bili tako veliki valovi, da sem bila en trenutek čisto na tleh, naslednji trenutek pa me je val dvignil nekaj metrov v zrak. Mislim, da sem si najbolj vtisnila v spomin ravno obisk morja, saj kaj takega ne morem doživeti na bližnjih obalah Hrvaške, Slovenije in še marsikatero druge države. Bila so še druga doživetja, vendar sem izbrala te tri po mojem mnenju najpomembnejše, ki so naredila to SP v Los Angelesu, ki zame ni bilo najbolj uspešno, boljše in bolj zanimivo.

*Julija Kamnar*





## PRVIČ NA STOPNIČKAH

Bližala se je tekma v Rušah. En teden pred tekmo smo zelo trenirale. Na tekmi sem se zelo trudila in vaje so mi uspеле. Kljub temu nisem pričakovala bronaste medalje. Ko je bila razglasitev in sem izvedela, da sem osvojila tretje mesto, sem bila presrečna. Zelo si želim, da bi se to še večkrat ponovilo.

*Sabina Drogenik*



## V NOVI TELOVADNICI

Ko smo trenirali v Zeleni Jami je bilo zelo zabavno, saj smo vedno poslušali radio. Tovarišica Nana je včasih na kakšno pesem še zaplesala, da smo se vsi smejali. Nova telovadnica v Šiški je 2-krat večja. V njej nas je veliko preveč- tudi tukaj poslušamo radio, vendar ne tako naglas in nihče ne pleše. V tej telovadnici mi je zelo všeč dvovišinska bradlja in 3 gred od vhoda v telovadnico. Najlepši dan pa je, ko smo vsi dobre volja

*Fina Novak*



## MOJA PRIJATELJICA ALENKA

Jaz in Alenka sva zelo dobri prijateljici. Skupaj trenirava. Velikokrat kaj ušpičiva, tako da se tovariš ali tovarišica razjezi, vendar gre na bolje. Če se nama kdaj ne da trenirati govoriva vse povprek. Skupaj skrivava magnezijo v skrite koticke telovadnice in iščeva skrivališča za paščke. Drugače pa je Alenka zelo zgovorna. Včasih ko

preveč klepeta in nam govori najrazličnejše stvari, se tovariš nanjo razjezi in potem še celo menjavo grdo gleda, na naslednjem orodju pa spet klepeta.

V gimnastiki je Alenka zelo dobra. Tudi če je cel teden ni na trening in je čez vikend tekma zmagala. No, drugače pa v pravem prijateljstvu pride tudi do prepira, pa če je le zaradi malenkosti. Midve z Alenko sva se že večkrat sprili, drugače pa je zelo cool!

*Živa Kovačević*



## MOJA PRIJATELJICA ŽIVA

Je moja najboljša prijateljica. Se zelo dobro razumeva in si tudi vse zaupava. Seveda sva se tudi že sprili. Toda samo začasno, saj sploh ne zdrživa, če sva skregani. Živa je pri meni tudi že prespala. Seveda tisto noč skoraj nič nisva spali, saj sva se celo noč samo hihitali, klepetali

in jedli sladkarije. Velikokrat greva tudi skupaj v kino.

Med treningom se veliko pogovarjava in smejiva tako, da sva velikokrat kregani. Enkrat naju je tovarišica Nana že nagnala iz telovadnice. Toda potem smo imeli sestanek in se zmenili, da lahko še vedno trenirava. Upam, da bova lahko še dolgo časa trenirali skupaj. Živa je res the best frendica.

*Alenka Puš*



## Nova skupina

Včasih sem trenirala s Tejo, Fiono, Špelo in Lauro, Sabina in Špela pa sta trenirali posebej.

Prišel pa je dan, ko sem se od moje skupine morala posloviti in se pri treningu pridružit Sabini in Špeli G.

Dekleta iz moje skupine sedaj trenirajo v Šiški, me tri pa treniramo v Zeleni jami. Treninge imamo vsak dan. Na treningih je lepo. Najprej naredimo vaje, potem pa na orodja. Vsak dan začnemo z drugim orodjem. Tudi vaje za moč delamo. Odkar sem v novi skupini sem se naučila veliko novih stvari. S Špelo in Sabino smo dobre prijateljice. Včasih se tudi malo skregamo, a kmalu smo spet prijateljice. Tudi s ostalimi puncami ki trenirajo v Šiški smo še vedno prijateljice. Vidimo se na tekmi ali pa na katerem rojstnem dnevu ali pa kar tako na zabavi.

Rada prihajam na gimnastiko, pa če tudi sem v drugi skupini.

*Tamara Božič*



## Kup boleznj

V mesecu oktobru sem zbolela. Ko sem čez en teden, zopet prišla na trening, sem si drug dan zlomila prst na nogi. Zelo me je bolel, zato me spet ni bilo na tening. Po enem tednu, sem se zelo slabo počutila, zato sem z očitom obiskala zdravnika, ki mi je povedal, da imam lažjo obliko boleznj salmonelle. Po enem mesecu manjkanja na gimnastiki, sem končno prišla na trening in začela normalno trenirati.

*Sara*

## NAŠ TOVARIŠ JOŽE

Letos smo v programu A1 dobili novega tovariša Jožeta. Je kar prijazen a včasih se tudi razjezi. Največkrat je jezen, ker preveč klepetamo, drugače pa smo pridne. Naučil nas je že veliko stvari. Če kaj ne razumemo ali če nas kaj zanima, nam to takoj razloži. Včasih na pove kakšno zgodbo o drugih gimnastičnih klubih.

Upam, da bo še dolgo ostal naš trener.

*Hana*



# REZULTATI IN AKCIJE GINASTIČNEGA DRUŠTVA ZELENA JAMA V LETU 2003

18. JANUARJA 2003

## NOČNO SANKANJE POD STORŽIČEM

Ker nas je v začetku januarja sneg pustil na cedilu in smo morali odpovedati smučanje v Kranjski Gori, so starši organizirali nočno sankanje pod Storžičem, ki se ga je udeležilo 37 članov in prijateljev društva. Po enourni hoji v breg, smo prispeli do Koče pod Storžičem, kjer smo se okrepčali, nato pa smo se obsijani s polno luno spustili s sanmi v dolino. Bilo je razburljivo in zabavno.

1. IN 8. FEBRUAR 2003

## TRENING V ZAGREBU

Treninga v Zagrebu pri ruskem trenerju so se udeležile Tjaša Kysselef, Ivana Kamnikar, Maša Žnidaršič, Melisa Lozica in trener Andrej Mavrič.

2. FEBRUAR 2003

## OGLED KRAŠKE JAME DIMNICE

Starši so organizirali izlet v jamo Dimice na Primorskem, ki se ga je udeležilo kar 47 članov in prijateljev našega društva. Ogledali smo si podzemno jamo, ki ima kar 6 km poti. Po ljudskem izročilu je ime dobila, ker je hudič v njej kuril pod kotlom, zato se je na površje venomer vil dim. Pred odhodom v jamo smo dobili čelade in »karbidovke«, s katerimi smo si svetili v jami. Jama je polna čudovitih kapnikov, skozi njo pa teče tudi manjša reka. Izlet je bil poučen in zabaven.

14. FEBRUAR 2003

## RAZGLASITEV NAJUSPEŠNEJŠIH ŠPORTNIC IN TRENERJEV ZA LETO 2002, TER IMENOVANJE DRŽAVNIH REPREZENTANC V ŽENSKI ŠPORTNI GIMNASTIKI ZA LETO 2003

Najboljše tekmovalke v letu 2002 so bile:

### ABSOLUTNA KATEGORIJA

1. MAJA HRIBAR	GIB ŠIŠKA
2. JULIJA KAMNAR	GD ZELENA JAMA
3. SAJRA OSMIČEVIČ	GD ZELENA JAMA

### MLADINSKA KATEGORIJA

JULIJA KAMNAR

### MLAJŠE KATEGORIJE

ADELA ŠAJN

Najuspešnejši trenerji v letu 2002 so bili:

### MLADINSKE KATEGORIJE

NATAŠA RETELJ

### MLAJŠE KATEGORIJE

SILVO MARINČIČ

Reprezentance za leto 2003 so:

### ČLANICE

1. VESNA STAVREV	GIB ŠIŠKA
2. MOJCA BRAČKO	ŠD RUŠE
3. MAJA HRIBAR	GIB ŠIŠKA
4. JULIJA KAMNAR	GD ZELENA JAMA

5. VANJA KAVČIČ	GD ZELENA JAMA
6. KARMEN ŠIBANC	GD ZELENA JAMA

TRENER: MITJA SAMARDŽIJA

### MLADINKE

1. SAJRA OSMIČEVIČ	GD ZELENA JAMA
2. URŠKA FAJ MUT	GD ZELENA JAMA
3. BRANKA MIRJANIČ	GD ZELENA JAMA
4. JASNA KOŠNJEK	GD ZELENA JAMA
5. ADELA ŠAJN	GD ZELENA JAMA

TRENER: JOŽE MAVRIČ

### MLAJŠE KATEGORIJE

1. AJDA PAVLOVIČ	GIB ŠIŠKA
2. CILKA SADAR	GIB ŠIŠKA
3. SAŠA GOLOB	GIB ŠIŠKA
4. TJAŠA AŠANIN – GOLE	GIB ŠIŠKA
5. ALENKA DOLNIČAR	GIB ŠIŠKA
6. REA KOLBL	GD ZELENA JAMA

TRENERJA: RIČARD CRNJAC  
ANDREJ MAVRIČ

Na razglasitvi so nastopale tudi naše deklice in mlajše deklice.

15. FEBRUAR 2003

## DELOVNA AKCIJA V TELOVADNICI

Starši in trenerji so prepleskali orodje, zalepili stenske obloge, s filcem oblekli klop, popravili garderobne klopi in švedsko skrinjo, zašili blazine in s plakati oblepili garderobo. Tako bodo naše tekmovalke sedaj vadile v lepši in varnejši telovadnici.

22. FEBRUAR 2003

## REPUBLIŠKE PRIPRAVE ZA DEKLICE IN KADETINJE

V telovadnici Gimnastičnega društva Zelena jama so bile prve letošnje republiške priprave za deklice in kadetinje. Iz našega društva so se jih udeležili Šajn Adela, Kolbl Rea, Kysselef Tjaša, Žnidaršič Maša, Kamnikar Ivana, Lozica Melisa in trenerji Marinčič Silvo, Mavrič Andrej in Markuš Janja.

28. FEBRUAR 2003 – NOVO MESTO

## NASTOP NA MEDNARODNEM TEKMOVANJU V ŠPORTNO RITMIČNI GIMNASTIKI – SLOVENIAN CHALLENGE TURNIR

Na otvoritvi tekmovanja in pred razglasitvijo rezultatov so nastopile naše deklice in mlajše deklice, naslednji dan pa je na gala show programu nastopila Julija Kamnar.

4. MAREC 2003

## PUSTNO RAJANJE

Tudi letos smo pripravili pustno rajanje za vse otroke, ki vadijo v našem društvu. Organizirali smo razne igrice in najboljši so dobili tudi majhne sladke nagrade. skozi ples smo prepotovali Evropo, na koncu pa je vsak dobil še masten pustni krof.



## 8. MAREC 2003

### REPUBLIŠKE PRIPRAVE ZA CICIBANKE IN MLAJŠE DEKLICE

V telovadnici Gib Šiška so bile prve letošnje republiške priprave za cibanke in mlajše deklice. Iz našega društva so se jih udeležile Tamara Božič, Teja Belak, Fiona Novak, Laura Slana, Špela Gašpar, Sabina Drogenik in trenerji Andrej Mavrič, Silvo Marinčič, Nataša Retelj, Mojca Mavrič in Janja Markuš.

## 15. MAREC 2003

### PRVA TEKMA LJUBLJANSKE GIMNASTIČNE LIGE

#### 1. TRIADA

##### EKIPNO:

4. GD ZELENA JAMA 146.600

1. Kaja Mljač	GIB	39.050
2. Rebeka Šarec	GIB	38.750
3. Nika Peček	GIB	38.500
14. Tjaša Selan	ZJ	37.000
19. Kaja Seško	ZJ	36.600
22. Barbara Bogovič	ZJ	36.500
27. Tina Josipovič	ZJ	36.300
28. Tjaša Grden	ZJ	37.200

Tekmovalo je 38 tekmovalk.

## 15. MAREC 2003

### TESTIRANJE TELESNE PRIPRAVLJENOSTI

#### DEKLICE

1. Maša Žnidaršič	ZJ	93.44 %
2. Melisa Lozica	ZJ	90.57 %
3. Tjaša Kysselef	ZJ	89.38 %
7. Ivana Kamnikar	ZJ	69.76 %

Sodelovalo je 9 tekmovalk.

#### KADETINJE

1. Adela Šajn	ZJ	79.60 %
2. Saša Golob	GIB	77.93 %
3. Cilka Sadar	GIB	70.70 %
6. Jasna Košnjek	ZJ	55.52 %

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

#### ABSOLUTNA KATEGORIJA

1. Julija Kamnar	ZJ	89.78 %
2. Karmen Šibanc	ZJ	43.09 %
3. Vesana Stavrev	GIB	43.05 %
5. Urša Fajmut	ZJ	21.37 %

Sodelovalo je 5 tekmovalk.

## 20. MAREC 2003

### TESTIRANJE ELEMENTOV

#### DEKLICE

1. Melisa Lozica	ZJ	35.00 %
1. Tjaša Kysselef	ZJ	35.00 %
3. Maša Žnidaršič	ZJ	32.50 %
4. Ivana Kamnikar	ZJ	30.00 %

Sodelovalo je 7 tekmovalk.

#### KADETINJE

1. Adela Šajn	ZJ	50.41 %
---------------	----	---------

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

#### ABSOLUTNA KATEGORIJA

1. Julija Kamnar	ZJ	50.62 %
------------------	----	---------

2. Karmen Šibanc	ZJ	48.62 %
3. Urša Fajmut	ZJ	33.75 %

Sodelovalo je 5 tekmovalk.

### SKUPNI REZULTATI TESTIRANJA TELESNE PRIPRAVLJENOSTI IN TESTIRANJA ELEMENTOV

#### DEKLICE

1. Melisa Lozica	ZJ	16 točk
2. Tjaša Kysselef	ZJ	15 točk
2. Maša Žnidaršič	ZJ	15 točk
5. Ivana Kamnikar	ZJ	3 točke

Sodelovalo je 7 tekmovalk.

#### KADETINJE

1. Adela Šajn	ZJ	18 točk
---------------	----	---------

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

#### ABSOLUTNA KATEGORIJA

1. Julija Kamnar	ZJ	18 točk
2. Karmen Šibanc	ZJ	14 točk
3. Urša Fajmut	ZJ	8 točk

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

## 5. APRIL 2003

### PRVENSTVO ZELENE JAME 2003

#### CICIBANKE

1. Ana Novljan	39.200
2. Tjaša Selan	36.700
3. Eva Zalar	36.500
4. Barbara Bogovič	36.300
5. Špela Turkovič	35.700
6. Teja Grden	35.000
7. Tjaša Grden	34.900
8. Tina Josipovič	34.800
9. Laura Koudela	34.700
10. Katarina Maček	34.200

#### MLAJŠE DEKLICE

1. Teja Belak	38.750
2. Fiona Novak	38.000
3. Laura Slana	36.000
4. Sabina Drogenik	35.100
4. Urška Novljan	35.100
6. Špela Gašpar	34.100
7. Tamara Božič	34.000
8. Špela Tomšič	32.300

#### DEKLICE

1. Tjaša Kysselef	32.400
2. Melisa Lozica	30.200
3. Ivana Kamnikar	30.100

#### KADETINJE

1. Adela Šajn	34.700
2. Petra Krulc	28.900
3. Jasna Košnjek	21.600

#### ABSOLUTNA KATEGORIJA

1. Julija Kamnar	33.600
2. Karmen Šibanc	31.900
3. Sajra Osmičević	30.700
4. Urša Fajmut	27.500

#### A1 PROGRAM

1. Alenka Puš	36.100
2. Maja Wolf	33.600
3. Sara Berčan	33.300
4. Živa Kovačević	32.500
5. Hana Zavrtnik	32.100
6. Karmen Cesar	29.600

12. APRIL 2003 - INNSBRUCK

MEDNARODNI TURNIR

DEKLICE

1. Stojšič Martina	HRV	35.800
2. Ivana Kovaceva	SVK	34.050
3. Marina Nothelfer	AVS	31.950
5. Tjaša Kysselef	SLO	31.150
11. Ivana Kamnikar	SLO	29.250
21. Melisa Lozica	SLO	27.550

Tekmovalo je 27 tekmovalk.

KADETINJE

1. Kristina Palesova	ČEŠ	33.700
2. Eva Vebova	ČEŠ	32.450
3. ketie Slader	ANG	32.400
13. Adela Šajin	SLO	30.100

Tekmovalo je 28 tekmovalk.

13. APRIL 2003 - KOPER

POKAL KOPRA 2003

DEKLICE - A1

Ekipno:

1. GD Zelena jama	98.900
2. ŠD GIB Šiška	93.200
3. GD Koper	90.400

Posamezno:

1. Sara Berčan	ZJ	33.900
2. Hana Zavrtanik	ZJ	33.100
3. Lina Potočki	GIB	32.500
4. Maja Wolf	ZJ	31.900
9. Karmen Cesar	ZJ	29.600

Tekmovalo je 15 tekmovalk.

KADETINJE

1. Alenka puš	ZJ	36.000
2. Nina Valenčič	GIB	34.200
3. Urška Štus	RAIN	33.700
5. Živa Kovačević	ZJ	33.100

Tekmovalo je 18 tekmovalk.

17. APRIL 2003

NASTOP NAŠIH NAJMLAJŠIH

Naši najmlajši so pripravili nastop za starše. Prikazali so kaj so se naučili in kaj počnejo na urah vadbe. Na koncu so s starši zaplesali »račke«. Vsak otrok je dobil tudi diplomo za pridno obiskovanje **gimnastičnega vrtca**.

17. APRIL 2003

PRVENSTVO ZELENE JAME 2003 ZA REKREATIVNE SKUPINE

MLAJŠE DEKLICE

1. Nina Mrgole	38.100
2. Anja Cafuta	37.800
3. Špela Brezovar	37.600
4. Maja Žužek Leskovšek	37.400
5. Jasna Šelih	36.700
5. Živa Hrovat	36.700
5. Zala Gluhčič	36.700
8. Nastja Sredič	36.500
9. Sinja Čož	36.400
10. Manca Zajec	36.200
11. Tina Držaj	36.000
12. Neža Zevnik	35.800
13. Maša Toplak	35.200
14. Anja Nikolič	34.900

14. Ajda Kušar	34.900
14. Katja Sernel	34.900
17. Špela Škerl	34.700
18. Laura Erdelič	34.500
19. Ester Premate	34.300
20. Katja Štaut	33.800
21. Veronika Vičič	33.400

STAREJŠE DEKLICE

1. Polona Pintarič	39.200
2. Alja Debeljak	38.600
3. Maruša Lužnik	38.200
4. Katja Mravljje	38.000
5. Maruša Bradeško	37.800
6. Neja Markelj	37.700
7. Mateja Kadivnik	37.600
8. Lea Ignjič	37.400
9. Asja Hrvatini	37.200
10. Eva Ziegler	36.400
10. Olivera Lučič	36.400
10. Teja Černe	36.400
13. Tjaša Ziegler	36.100
14. Mikica Stojanovič	35.900
15. Lara Močnik	34.600

19. APRIL 2003 - RUŠE

POKAL RUŠ 2003

CICIBANKE

1. Kaja Mljač	GIB	37.150
2. Rebeka Šarec	GIB	36.900
3. Saša Grubar	NM	36.100
24. Kaja Seško	ZJ	31.450
32. Tina Josipovič	ZJ	25.950
33. Laura Koudela	ZJ	25.900

Tekmovalo je 34 tekmovalk.

MLAJŠE DEKLICE

Ekipno:

1. GD Zelena jama1	110.850
2. GIB Šiška	105.000
3. Partizan Novo mesto	102.800
5. GD Zelena jama 2	100.600

Posamezno:

1. Fiona Novak	ZJ	38.050
1. Teja Belak	ZJ	38.050
3. Petra Krčovnik	RU	36.300
7. Sabina Drogenik	ZJ	34.750
9. Špela Gašpar	ZJ	33.650
10. Špela Tomšič	ZJ	33.500
11. Tamara Božič	ZJ	33.450

Tekmovalo je 23 tekmovalk.

DEKLICE

1. Tjaša Kysselef	ZJ	33.300
2. Ivana Kamnikar	ZJ	31.400
3. Melisa Lozica	ZJ	29.950

Tekmovalo je 8 tekmovalk.

KADETINJE

1. Ajda Pavlovič	GIB	32.800
2. Saša Golob	GIB	29.650
3. Alenka Dolničar	GIB	29.550
4. Jasna Košnjek	ZJ	29.000
5. Petra Krulc	ZJ	27.200

Tekmovalo je 6 tekmovalk.

ABSOLUTNA KATEGORIJA

1. Julija Kamnar	ZJ	32.750
2. Sajra Osmičević	ZJ	29.100
3. Karman Šibanc	ZJ	28.450
5. Urša Fajmut	ZJ	27.300



## 10. MAJ 2003 - LJUBLJANA

### TROBOJ SLOVENIJA – AVSTRIJA–HRVAŠKA (mlajše kategorije)

1. SLOVENIJA	130.300
2. HRVAŠKA	126.825
3. AVSTRIJA	122.650

V reprezentanci Slovenije je na preskoku, bradlji in parterju tekmovala tudi Rea Kolbl.

## 10. MAJ 2003 - PELHRIMOV (Češka)

### POKAL MESTA PELHRIMOVA

1. Netolicka Denisa	CZ	30.060
2. Terova Simona	CZ	29.070
3. Nohelova Katerina	CZ	28.570
4. Kysselef Tjaša	ZJ	28.260
8. Kamnikar Ivana	ZJ	26.890
15. Lozica Melisa	ZJ	25.130
18. Belak Teja	ZJ	24.250

Tekmovalo je 25 tekmovalk.

## 12. MAJ 2003 - FRANCIJA

### SVETOVNE ŠOLSKE IGRE

6. Šibanc Karmen	SLO	30.530
7. Kamnar Julija	SLO	30.430

Tekmovalo je 12 tekmovalk.

## 17. MAJ 2003 - PRAGA (Češka)

### MEMORIAL MARIE ŠIROKE

1. Netolicka Denisa	CZ	33.950
2. Vyoralova Pavla	CZ	32.975
3. Gondos Flora	MAĐ	32.150
17. Kysselef Tjaša	ZJ	28.200
18. Kamnikar Ivana	ZJ	28.050
25. Lozica Melisa	ZJ	25.350

Tekmovalo je 28 tekmovalk.

## 17. MAJ 2003 - LJUBLJANA

### POKAL ŠIŠKE 2003

#### CICIBANKE

1. Šarec Rebeka	GIB	37.950
2. Mljač Kaja	GIB	37.900
3. Grubar Saša	NM	37.050
13. Seško Kaja	ZJ	34.600
17. Selan Tjaša	ZJ	34.200
26. Grden Tjaša	ZJ	32.050
29. Josipovič Tina	ZJ	31.250

Tekmovalo je 31 tekmovalk.

### MLAJŠE DEKLICE

#### Ekipno:

1. GD ZELENA JAMA1	115.450
2. GIB ŠIŠKA	107.750
3. GD ZELENA JAMA2	106.350

#### Posamezno:

1. Belak Teja	ZJ	39.300
2. Novak Fiona	ZJ	38.750
3. Slana Laura	ZJ	37.450
4. Drogenik Sabina	ZJ	36.950
9. Tomšič Špela	ZJ	35.650
13. Gašpar Špela	ZJ	34.300

18. Božič Tamara	ZJ	33.350
------------------	----	--------

Tekmovalo je 24 tekmovalk.

#### KADETINJE

1. Šajn Adela	ZJ	32.600
2. Kolbl Rea	ZJ	32.550
3. Sadar Cilka	GIB	32.500

Tekmovalo je 8 tekmovalk.

#### ABSOLUTNA KATEGORIJA

1. Stavrev Vesna	GIB	30.700
2. Tkalčec Tiana	ČAK	30.000
3. Fajmut Urša	ZJ	27.300

Tekmovale so 3 tekmovalke,

#### DEKLICE A1

#### Ekipno:

1. GD ZELENA JAMA	96.850
2. GIB ŠIŠKA	91.100
3. ŠD KOPER	86.400

#### Posamezno:

1. Berčan Sara	ZJ	33.400
2. Zavrtanik Hana	ZJ	32.400
3. Wolf Maja	ZJ	31.050

Tekmovalo je 14. tekmovalk.

#### KADETINJE A1

1. Puš Alenka	ZJ	36.750
2. Otavnik Tina	GIB	33.200
3. Majerič Irena	KP	32.750
9. Kovačević Živa	ZJ	31.050

Tekmovalo je 24 tekmovalk.

## 24. MAJ 2003 - BANSKA BISTRICA (SLOVAŠKA)

### MEDNARODNI TURNIR

1. Kekegyi Sandra	MAĐ	30.775
2. Antalova Maria	SVK	30.650
3. Soldanova Marketa	CZE	30.450
8. Kysselef Tjaša	SLO	27.000
17. Kamnikar Ivana	SLO	23.800

Tekmovalo je 19. tekmovalk.

## 31. MAJ 2003 - POREČ

### MEDNARODNI TURNIR

1. Erceg Tina	HRV	32.967
2. Skibko Joana	POL	32.867
3. Radkova Mihaela	CZE	32.399
12. Šibanc Karmen	SLO	29.667
17. Fajmut Urša	SLO	26.333

Tekmovalo je 19 tekmovalk.

## 31. MAJ 2003 - LJUBLJANA

### ZELENA JAMA OPEN 2003

#### Ekipno:

1. TJ SOKOL ZLIN ( CZE )	105.200
2. HTC BEKESCABA (MAĐ)	103.350
3. GIB ŠIŠKA	99.400
5. GD ZELENA JAMA	98.100

#### Posamezno:

1. Palešova Kristina	CZE	36.800
2. Kekegyi Sandra	MAĐ	34.450

3. Verbova Eva	CZE	34.200
5. Šajn Adela	ZJ	34.050
14. Kolbl Rea	ZJ	31.950
20. Kysselef Tjaša	ZJ	31.500
27. Košnjek Jasna	ZJ	30.700
30. Belak Teja	ZJ	30.050
33. Kamnikar Ivana	ZJ	29.900
35. Lozica Melisa	ZJ	29.500
37. Novak Fiona	ZJ	28.500

Tekmovalo je 48 tekmovalk.

**8. JUNIJ 2003 - HAMBURG**

**ALSTER POKAL 2003**

**DEKLICE**

**Ekipno:**

1. NEMČIJA 1	96.400
2. NEMČIJA 2	90.200
3. LATVIJA	89.250
4. SLOVENIJA	89.150

**Posamezno:**

1. Straka Lisa	NEM	32.700
2. Fassbender Jana	NEM	31.900
3. Dimcenko Yulia	LAT	31.400
4. Kysselef Tjaša	SLO	31.250
9. Kamnikar Ivana	SLO	29.400
19. Belak Teja	SLO	28.500

Tekmovalo je 44 tekmovalk.

**KADETINJE**

**Ekipno:**

1. NIZOZEMSKA	100.725
2. NEMČIJA	97.125
3. ŠVEDSKA	94.700
11. SLOVENIJA	88.575

**Posamezno:**

1. Masela Tahne	NIZ	35.100
2. Pielen Nina	NEM	33.550
3. Herbst Susann	NEM	33.450
28. Šajn Adela	SLO	29.775

Tekmovalo je 78 tekmovalk.

**14. JUNIJ 2003 - SCHORNDORF (NEMČIJA)**

**DAIMLER CUP 2003**

**Ekipno:**

1. AVSTRIJA (Sportunion ST. Polten)	81.450
2. SLOVENIJA (GD Zelena jama)	80.300
3. ČEŠKA (GK Vítkovice)	86.150

**Posamezno:**

1. Ozanova Veronika	CZE	30.900
2. Šibanc Karmen	SLO	30.050
3. Gellertova Lucie	CZE	28.900

Tekmovalo je 19 tekmovalk.

**22. JUNIJ 2003 - LJUBLJANA**

**POKAL SLOVENIJE**

**ČLANICE**

1. Stavrev Vesna	GIB	30.700
2. Šibanc Karmen	ZJ	30.400
3. Bračko Mojca	RU	26.200
4. Fajmut Urša	ZJ	25.600
5. Kamnar Julija	ZJ	8.000

Tekmovalo je 5 tekmovalk.

**PRESKOK:**

1. Šibanc	ZJ	8.500
3. Fajmut	ZJ	8.100

**BRADLJA:**

1. Kamnar	ZJ	8.000
2. Šibanc	ZJ	7.000

**GRED:**

1. Šibanc	ZJ	7.500
-----------	----	-------

**PARTER:**

1. Stavrev	GIB	8.000
2. Šibanc	ZJ	7.400
3. Fajmut	ZJ	6.500

**KADETINJE**

1. Šajn Adela	ZJ	33.250
2. Pavlovič Ajda	GIB	32.950
3. Kolbl Rea	ZJ	31.950

Tekmovalo je 12 tekmovalk.

**PRESKOK:**

1. Kysselef	ZJ	8.500
2. Kolbl	ZJ	8.350
3. Šajn	ZJ	8.300

**BRADLJA:**

1. Šajn	ZJ	8.250
3. Kolbl	ZJ	7.900

**GRED:**

1. Šajn	ZJ	8.600
2. Košnjek	ZJ	8.400

**PARTER:**

1. Pavlovič	GIB	8.450
2. Kolbl	ZJ	8.400

**A1 PROGRAM**

1. Iličič Laura	KP	36.700
2. Puš Alenka	ZJ	36.300
3. Horvat Karmen	STU	36.200

Tekmovalo je 9 tekmovalk.

**GRED:**

2. Puš	ZJ	9.300
--------	----	-------

**28. JUNIJ 2003 - REKA**

**TROBOJ ŽGK VITA – GD ZELENA JAMA – GIB ŠIŠKA**

**CICIBANKE**

**Ekipno:**

1. ŠD GIB ŠIŠKA	151.250
2. GD ZELENA JAMA	143.500
3. ŽGK VITA	143.500

**Posamezno :**

1. Mljač Kaja	GIB	38.600
2. Šarec Rebeka	GIB	38.550
3. Vedra Sara	VITA	37.700
5. Novljan Ana	ZJ	37.300
8. Selan Tjaša	ZJ	36.400
10. Seško Kaja	ZJ	35.800
16. Grden Teja	ZJ	33.800
18. Josipovič Tina	ZJ	32.200
19. Grden Tjaša	ZJ	31.300
20. Zalar Eva	ZJ	29.300
23. Turkovič Špela	ZJ	26.000
24. Maček Katarina	ZJ	23.400

Tekmovalo je 24 tekmovalk.



## MLAJŠE DEKLICE

### Ekipno:

1. GD ZELENA JAMA	113.100
2. ŠD GIB ŠIŠKA	110.500
3. ŽGK VITA	109.600

### Posamezno:

1. Novak Fiona	ZJ	38.100
2. Belak Teja	ZJ	38.000
3. Salopek Ines	VITA	37.700
4. Drofenik Sabina	ZJ	37.100
7. Slana Laura	ZJ	36.600
9. Novljan Urša	ZJ	36.400
12. Gašpar Špela	ZJ	34.300
16. Božič Tamara	ZJ	33.400

Tekmovalo je 17 tekmovalk.

## 23. – 30. JULIJ 2003 PREMANTURA

Kot vsako leto smo tudi letos odšli na priprave v Premanturo. Letovanja se je udeležilo 13 tekmovalk, dve trenerki in nekaj zvestih spremljevalcev. Veliko smo se kopali, še več igrali in tudi malce potrenirali. Na koncu letovanja smo pripravili krajši program, za katerega nas je kuhar Drago nagradil s slastno sladoleadno rulado.

## 30. JULIJ – 14. AVGUST LJUBLJANA

### PRIPRAVE ZA SVETOVNO PRVENSTVO

Na Svetovno prvenstvo se je uvrstila Julija Kamnar. V zaključnem delu priprav je sodelovala trenerka iz Belorusije Natalija Homutova. Z Julijo sta izboljšali predvsem koreografski del vaj na gredi in parterju. Pomagala pa je tudi pri delu z mlajšimi tekmovalkami. Z njenim delom smo bili zelo zadovoljni in upamo, da bo še prišla k nam.

## 16. – 24. AVGUST 2003 ANEHAIM (AMERIKA)

### SVETOVNO PRVENSTVO

Svetovnega prvenstva sta se udeležili tekmovalka Julija Kamnar in trenerka Nataša Retelj.

1. Khorkina Svetlana	RUS	38.124
2. Patterson Carly	ZDA	37.936
3. Zhang Nan	KIT	37.624
118. Kamnar Julija	SLO	31.648

Tekmovalo je 223 tekmovalk.

## 20. SEPTEMBER 2003 - LJUBLJANA

### TESTIRANJE MOTORIKE

#### ČLANICE

1. Kamnar Julija	ZJ	83.94 %
2. Šibanc Karmen	ZJ	33.78 %
3. Bračko Mojca	RU	33.03 %

Sodelovale so tri tekmovalke.

#### KADETINJE

1. Šajn Adela	ZJ	82.40 %
2. Golob Saša	GIB	82.01 %
3. Kolbl Rea	ZJ	74.59 %

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

#### DEKLICE

1. Lozica Melisa	ZJ	93.28 %
2. Kysselef Tjaša	ZJ	93.03 %
3. Kamnikar Ivana	ZJ	85.48 %

Sodelovalo je 9 tekmovalk.

## 3. OKTOBER 2003 – LJUBLJANA

### TESTIRANJE ELEMENTOV

#### ČLANICE

1. Kamnar Julija	ZJ	62.70 %
------------------	----	---------

#### KADETINJE

1. Šajn Adela	ZJ	50.00 %
2. Kolbl Rea	ZJ	49.16 %
3. Sadar Cilka	GIB	40.72 %

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

#### DEKLICE

1. Kamnikar Ivana	ZJ	75.00 %
2. Kysselef Tjaša	ZJ	75.00 %
3. Žnidaršič Maša	ZJ	67.50 %
4. Lozica Melisa	ZJ	57.50 %

Sodelovalo je 5 tekmovalk.

### SKUPNI REZULTATI TESTIRANJA MOTORIKE IN ELEMENTOV

#### ČLANICE

1. Kamnar Julija	ZJ	18 točk
2. Šibanc Karmen	ZJ	7 točk
3. Bračko Mojca	RU	6 točk

#### KADETINJE

1. Šajn Adela	ZJ	18 točk
2. Kolbl Rea	ZJ	13 točk
3. Golob Saša	GIB	11 točk

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

#### DEKLICE

1. Kysselef Tjaša	ZJ	16 točk
2. Kamnikar Ivana	ZJ	15 točk
3. Lozica Melisa	ZJ	13 točk
5. Žnidaršič Maša	ZJ	6 točk

Sodelovalo je 5 tekmovalk.

## 18. OKTOBER 2003 - LJUBLJANA

### TROBOJ KADETSKIH REPREZENTANC SLO-AVT-SVK

#### Ekipno:

1. SLOVENIJA	115.200
2. AVSTRIJA	113.000
3. SLOVAŠKA	112.200

#### Posamezno:

1. Kovacova Ivana	SVK	30.400
2. Dolničar Alenka	SLO	29.200
3. Fedorčuk Ana	AVT	28.700
4. Kolbl Rea	SLO	28.500

Iz našega društva je v reprezentanci sodelovala Rea Kolbl in Trener Silvo Marinčič.

## 18. OKTOBER 2003 - LJUBLJANA

### PRVENSTVENA TEKMA

#### CICIBANKE

1. Šarec Rebeka	GIB	38.950
2. Mljač Kaja	GIB	38.750
3. Grubar Saša	NM	38.150
6. Seško Kaja	ZJ	37.150
9. Grden Tjaša	ZJ	36.400

Sodelovalo je 14 tekmovalk.

## MLAJŠE DEKLICE

### Ekipno:

1. GD ZELENA JAMA 1	114.950
2. ŠD GIB ŠIŠKA	109.850
3. PARTUZAN NOVO MESTO	108.500
4. GD ZELENA JAMA 2	107.100

### Posamezno:

1. Novak Fiona	ZJ	38.500
2. Belak Teja	ZJ	38.250
3. Tomšič Špela	ZJ	37.550
4. Drogenik Sabina	ZJ	37.450
12. Božič Tamara	ZJ	35.300
14. Gašpar Špela	ZJ	34.500

Sodelovalo je 20 tekmovalk.

### DEKLICE

1. Žnidaršič Maša	ZJ	33.350
2. Kamnikar Ivana	ZJ	32.900
3. Lozica Melisa	ZJ	31.600

Sodelovalo je 5 tekmovalk.

### KADETINJE

1. Šajn Adela	ZJ	31.850
---------------	----	--------

Adela je izpolnila normo za Evropsko prvenstvo.

### ČLANICE

1. Šibanc Karmen	ZJ	28.250
------------------	----	--------

Kamnar Julija je tekmovala samo na treh orodjih in zbrala 23.750 točk.

Sodelovale so tri članice.

## 26. OKTOBER 2003 - VITKOVICE (ČEŠKA)

### VITKOVICE CUP 2003

1. Čadkova Ana	CZE	32.250
2. Terrova Simona	CZE	31.800
3. Kekegyi Adrien	HUN	31.650
12. Žnidaršič Maša	SLO	29.125
13. Kolbl Rea	SLO	29.100

Tekmovalo je 49 tekmovalk .

### Preskok:

6. Kolbl	8.3625
----------	--------

## 25. OKTOBER 2003 - RUŠE

### PRVENSTVENA TEKMA

#### CICIBANKE

1. Šarec Rebeka	GIB	38.800
2. Mljač Kaja	GIB	38.300
3. Grubar Saša	NM	38.000
9. Grden Tjaša	ZJ	36.500
11. Seško Kaja	ZJ	36.100

Tekmovalo je 16 tekmovalk.

### MLAJŠE DEKLICE

#### Ekipno:

1. GD Zelena jama 1	113.800
2. GD Zelana jama 2	112.600
3. GIB Šiška	110.200

#### Posamezno:

1. Belak Teja	ZJ	38.900
2. Novak Fiona	ZJ	38.750
3. Drogenik Sabina	ZJ	37.700
4. slana Laura	ZJ	37.650
6. Tomšič Špela	ZJ	37.400

13. Božič Tamara	ZJ	35.900
16. Gašpar Špela	ZJ	35.200

Tekmovalo je 22 tekmovalk.

### DEKLICE

1. Kamnikar Ivana	ZJ	32.800
2. Mljač Brina	GIB	27.000

### ČLANICE

1. Bračko Mojca	RU	28.500
2. Šibanc Karmen	ZJ	28.400
3. Kmanra Julija	ZJ	7.600

## 1. NOVEMBER 2003 - LEVERKUSEN (NEMČIJA)

### LEVERKUSEN CUP 2003

6. GD Zelena jama	62.250
-------------------	--------

Sodelovalo je 10 ekip.

#### Posamezno:

1. Yvone Musik	NEM	35.250
2. Shalina Groenveld	NIZ	34.600
3. Stephani Tymes	NIZ	32.050
11. Julija Kamnar	SLO	31.300
14. Adela Šajn	SLO	30.700
20. Rea Kolbl	SLO	29.850

Tekmovalo je 28 tekmovalk.

## 8. NOVEMBER 2003 - LJUBLJANA

### DVOBOJ GD ZELENA JAMA - ŽGK VITA REKA

#### CICIBANKE

#### Ekipno:

1. ŽGK Vita	190.250
2. GD Zelena jama	181.450

#### Posamezno:

1. Žarak Ines	VITA	38.850
2. Crepulja Eva	VITA	38.400
3. Kajič Ema	VITA	38.250
5. Seško Kaja	ZJ	37.400
6. Grden Tjaša	ZJ	37.150
9. Grden Teja	ZJ	36.100
10. Zalar Eva	ZJ	35.500
11. Josipovič Tina	ZJ	34.700
12. Ovijač Karolina	ZJ	33.900
13. Turkovič Špela	ZJ	33.800

Tekmovalo je 13 tekmovalk.

### MLAJŠE DEKLICE

1. Belak Teja	ZJ	39.100
2. Novak Fiona	ZJ	38.850
3. Slana Laura	ZJ	38.200
4. Drogenik Sabina	ZJ	38.000
6. Božič Tamara	ZJ	37.000
7. Gašpar Špela	ZJ	35.700

Tekmovalo je 7 tekmovalk.

## 8. NOVEMBER 2003 - LJUBLJANA

### ŠIŠKA GYM INTERNATIOANL

1. Groenveld Shalina	NED	34.700
2. Nistor Steliana	ROM	34.050
3. Karpenko Viktorija	BUL	33.800
20. Kamnar Julija	SLO	30.275

Tekmovalo je 25 tekmovalk.



## Bradlja:

14. Kamnar Julija 7.300

## Gred:

9. Šajn Adela 8.125  
18. Šibanc Karmen 7.650  
19. Kamnar Julija 7.550

## Parter:

12. Šajn Adela 8.050  
28. Šibanc Karmen 7.050  
29. Kamnar Julija 7.025

## 15. – 16. NOVEMBER 2003 - LINZ (AVSTRIJA)

### 2. SPITH CUP

1. Linder Loes	NED	34.450
2. Line Elizabeth	GBR	33.375
3. Dodsley Amy	GBR	33.200
9. Kmanar Julija	SLO	31.275

Tekmovalo je 20 tekmovalk.

## 15. NOVEMBER 2003 - BRNO (ČESKA)

### MEMORIAL JANA GAJDOŠA

#### Ekipno:

1. SOKAL BRNO 1	108.100
2. SLOVENIJA 1	97.500
8. SLOVENIJA 2	93.850

Sodelovalo je 12 ekip.

#### Posamezno:

1. Palešova Kristina	CZE	38.000
2. Verbova Eva	CZE	36.450
3. Kovačova Ivana	SVK	34.600
5. Žnidaršič Maša	SLO	33.750
11. Kolbl Rea	SLO	32.700

Tekmovalo je 51 tekmovalk.

## 22. NOVEMBER - LJUBLJANA

### DRŽAVNO PRVENSTVO

#### CICBANKE

1. Šarec Rebeka	GIB	38.800
2. Grubar Saša	GIB	38.300
3. Kranjc Požar Ajda	GIB	38.100
5. Seško Kaja	ZJ	37.300
11. Grden Tjaša	ZJ	36.400

Tekmovalo je 21 tekmovalk.

### MLAJŠE DEKLICE

#### Ekipno:

1. GD ZELENA JAMA 1	116.100
2. GD ZELENA JAMA 2	110.250
3. ŠD GIB ŠIŠKA	107.950

Sodelovalo je 5 ekip.

#### Posamezno:

1. Belak Teja	ZJ	38.900
2. Novak Fiona	ZJ	38.600
3. Slana Laura	ZJ	38.600
4. Drogenik Sabina	ZJ	37.600
7. Tomšič Špela	ZJ	36.800
10. Božič Tamara	ZJ	35.450
13. Gašpar Špela	ZJ	35.000

Sodelovalo je 21 tekmovalk.

## DEKLICE

1. Žnidaršič Maša	ZJ	35.400
2. Kysselef Tjaša	ZJ	34.400
3. Kamnikar Ivana	ZJ	33.900
4. Lozica Melisa	ZJ	31.800

Sodelovalo je 6 tekmovalk.

## Preskok:

1. Žnidaršič	8.500
2. Kysselef	8.400
3. Lozica	8.100

## Bradlja:

1. Žnidaršič	8.700
2. Kamnikar	8.200
3. Kysselef	8.100

## Gred:

1. Žnidaršič	9.100
2. Kysselef	9.000
3. Kamnikar Ivana	8.900

## Parter:

1. Žnidaršič	9.100
1. Kamnikar	9.100
3. Kysselef	8.900

## KADETINJE

1. Šajn Adela	ZJ	31.800
2. Kolbl Rea	ZJ	30.200
3. Golob Saša	ZJ	29.900

Sodelovalo je 7 tekmovalk.

## Preskok:

1. Šajn	8.400
3. Kolbl	8.300

## Bradlja:

1. Šajn	7.200
2. Kolbl	6.900

## Gred:

2. Šajn	7.800
4. Kolbl	7.300

## Parter:

1. Šajn	8.400
2. Kolbl	7.700

## ČLANICE

1. Kamnar Julija	ZJ	32.200
2. Šibanc Karmen	ZJ	28.600
3. Bračko Mojca	RU	26.300

## 28. NOVEMBER 2003 - STUTGART (NEMČIJA)

### SVETOVNI POKAL

#### BRADLJA

1. Lepennec Emillie	FRA	9.625
21. Kamnar Julija	SLO	7.100

#### GRED

1. Ponor Catalina	ROM	9.587
24. Kamnar Julija	SLO	6.637

## 29. NOVEMBER 2003 - MALMEDY (BELGIJA)

### COUPE AVENIR 2003

#### KADETINJE

<b>Ekipno:</b>		
1. SC BERLIN		146.700
2. FRBG »Jeune Belgique«		142.650
3. SLOVENIJA		140.050

Sodelovalo je 6 ekip.

**Posamezno:**

1. Williamc Aisling	GBR	35.967
2. Smith Emma	GBR	34.617
3. Šajn Adela	SLO	34.167
9. Kolbi Rea	SLO	32.450

Tekmovalo je 31 tekmovalk.

**DEKLICE**

**Ekipno:**

1. NOTTS GYM CLUB	102.850
2. BATO HAARLEM/THS	96.720
2. TUS 1861 CHEMNITZ	96.720
4. SLOVENIJA	95.880

Sodelovalo je 13 ekip.

**Posamezno:**

1. Downie Becky	GBR	34.533
2. Morris Felicity	GBR	34.000
3. Jones Laura	GBR	33.850
4. Žnidaršič Maša	SLO	33.276
16. Kysselef Tjaša	SLO	31.783
21. Kamnikar Ivana	SLO	30.567
34. Lozica Melisa	SLO	29.367

Tekmovalo je 59 tekmovalk.

**30. SEPTEMBER 2003 - BREŽICE**

**HOLYJEV MEMORIAL**

**DEKLICE**

**Ekipno:**

1. GD ZELENA JAMA	101.350
2. ŠD GIB ŠIŠKA	96.800
3. ŠD KOPER	88.300

**Posamezno:**

1. Berčan Sara	ZJ	34.050
2. Zavrtnik Hana	ZJ	33.700
3. Wolf Maja	ZJ	33.600

Sodelovalo je 18 tekmovalk.

**KADETINJE**

1. Puš Alenka	ZJ	36.950
2. Kovačevič Živa	ZJ	33.600
2. Štus Urška	RAIN	33.600

Sodelovalo je 17 tekmovalk.

**6. DECEMBER 2003 - LJUBLJANA**

**MALEJEV MEMORIAL**

**DEKLICE**

**Ekipno:**

1. GD ZELENA JAMA	101.150
2. GD KOPER	90.400
3. ŠD STUDENCI	88.850

**Posamezno:**

1. Zavrtnik Hana	ZJ	34.600
2. Berčan Sara	ZJ	34.350
3. Wolf Maja	ZJ	32.200

Sodelovalo je 16 tekmovalk.

**KADETINJE**

1. Puš Alenka	ZJ	37.300
2. Kogoj Nika	GIB	36.300
3. Štus Urška	RAIN	34.850
6. Kovačevič Živa	ZJ	33.050

Sodelovalo je 18 tekmovalk.

**6. DECEMBER 2003 - CELOVEC**

**ALPEN ADRIA CUP 2003**

1. Cuko Ornela	ALB	34.200
2. Tijmes Stephanie	NIZ	33.550
3. Šajn Adela	ZJ	33.300
12. Žnidaršič Maša	ZJ	29.525

Sodelovalo je 28 tekmovalk.

**13. IN 14. DECEMBER 2003 - MARIBOR**

**DRŽAVNO PRVENSTVO A1 PROGRAM**

**DEKLICE**

**Ekipno:**

1. GD ZELENA JAMA	99.900
2. ŠD GIB ŠIŠKA	96.200
3. ŠD KOPER	89.550

**Posamezno:**

1. Berčan Sara	ZJ	34.700
2. Loren Petra	GIB	34.100
3. Zavrtnik Hana	ZJ	33.350
5. Wolf Maja	ZJ	31.850

Sodelovalo je 16 tekmovalk.

**FINALE**

**Preskok:**

1. Zavrtnik	8.700
2. Berčan	8.680
3. Wolf	8.530

**Bradlja:**

1. Berčan	9.100
2. Zavrtnik	8.850
6. Wolf	7.500

**Gred:**

2. Zavrtnik	8.450
3. Berčan	7.850
5. Wolf	7.350

**Parter:**

1. Wolf	8.800
2. Zavrtnik	8.650
4. Berčan	7.850

**KADETINJE**

1. Puš Alenka	ZJ	37.050
2. Kogoj Nika	GIB	35.050
3. Štus Urška	RAIN	33.250
5. Kovačevič Živa	ZJ	32.350

Sodelovalo je 17 tekmovalk.

**FINALE**

**Preskok:**

1. Puš	9.000
6. Kovačevič	8.000

**Bradlja:**

1. Puš	9.400
6. Kovačevič	8.350

**Gred:**

2. Puš	8.600
--------	-------

**Parter:**

1. Puš	9.450
--------	-------