

# Natjecatelji u alpskome skijanju s tjelesnim invaliditetom

---

**Bon, Ivan**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2017**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:117:175515>

*Rights / Prava:* [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-25**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Zagreb - KIFoREP](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**KINEZIOLOŠKI FAKULTET**  
(studij za stjecanje visoke stručne spreme  
i stručnog naziva: magistar kineziologije)

Ivan Bon

**NATJECATELJI U ALPSKOM SKIJANJU S  
TJELESNIM INVALIDITETOM**

(diplomski rad)

Mentor:  
doc.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski

Zagreb, travanj 2017.

## ZAHVALA

Ovim putem zahvalio bih se ljudima koji su doprinijeti svojom ljubaznošću i dobrom voljom da ovaj rad uopće bude moguć. Redom, kako su se odvijali razgovori sa sportašima, zahvalio bih se Dariju Maraviću i Luki Dobriniću koji su omogućili razgovor s Dinom Sokolovićem, Ani Žigman koja je omogućila razgovore s Evom Golužom, Damirom Mizdrakom i Lovrom Dokićem, Sari Brajković koja je omogućila razgovor s Anom Sršen, samoj Ani Sršen koja je izdvojila svoje vrijeme za razgovor usprkos brojnim obavezama u plivačkom klubu, te Rei Hraski koja je odgovorala na pitanja putem elektroničke pošte dok je u Švicarskoj na finalu Europa kupa za gluhe skijaše osvajala medalje.

# **Natjecatelji u alpskom skijanju s tjelesnim invaliditetom**

## **SAŽETAK**

Glavni cilj ovoga diplomskog rada je ukazati na probleme s kojima se susreću alpski skijaši s invaliditetom. Njihova medijska popraćenost, financijska podrška i status nisu na razini na kojoj to natjecatelji zaslužuju svojim rezultatima. Za bolje razumijevanje problema s kojima se susreću prikazan je povijesni razvoj svjetskog i hrvatskog sporta za osobe s invaliditetom, te krovne organizacije koje upravljaju sportom. Natjecanja imaju određene specifičnosti u vidu organizacije, skijaške opreme i pravila. Vrlo bitna stavka za sportaše s invaliditetom je osnovna podjela invaliditeta, a onda i kategorizacija unutar svakog invaliditeta koja omogućuje ravnopravno natjecanje. Provedeno je šest razgovora od kojih pet s aktivnim alpskim skijašima i jedan s bivšom paralimpijkom, plivačicom. Razgovori su slobodnog tipa, ali s vrlo sličnim pitanjima zbog kasnije usporedbe. Na temelju svih provedenih razgovora može se zaključiti da postoje sličnosti u problemima s kojima se susreću sportaši s invaliditetom, ali i značajan napredak u odnosu na stanje s početaka njihovih sportskih karijera.

**Ključne riječi:** natjecanje, alpsko skijanje, sportaši s invaliditetom.

## **COMPETITORS IN ALPINE SKIING WITH PHISYCAL DISABILITY**

### **ABSTRACT**

Main purpose of this work is to present the problems which disabled alpine skiers meet. The media coverage, finances and their status are not leveled with the results they achieve. For better understanding of this problem it is shown historical development of sports for

disabled, and the main organizations which manage the sport. Competitions have its own specifics in organization, ski equipment, rules and regulations. Very important act for disabled sportsmen is basic disability categorization, and also categorization within each basic disability category, which allows fair competition. It was conducted six interviews of which five are with active alpine skiers and one with former paralympic swimmer. Interviews are not standardized, but with similar questions because of later comparison. Based on all conducted interviews it can be concluded that there are similarities in problems disabled sportsmen are faced with, but also significant progress compared with status in the beginning of their careers.

**Key words:** competitor, alpine skiing, disabled sportsmen.

# SADRŽAJ

1. UVOD.....	6
2. SPORT OSOBA S INVALIDITETOM.....	7
3. ALPSKO SKIJANJE OSOBA S INVALIDITETOM.....	9
3.1.ALPSKI SKIJAŠI S TJELESNIM INVALIDITETOM.....	9
3.1.1. STOJEĆI ALPSKI SKIJAŠI.....	10
3.1.2. SJEDEĆI ALPSKI SKIJAŠI.....	11
3.2.SLIJEPI I SLABOVIDNI ALPSKI SKIJAŠI.....	13
3.3.ALPSKI SKIJAŠI S OŠTEĆENJEM SLUHA.....	14
4. RAZGOVOR KAO METODA PRIKUPLJANJA PODATAKA.....	15
5. RAZGOVORI.....	17
6. RASPRAVA I ZAKLJUČAK.....	41
7. LITERATURA.....	42

## 1. UVOD

Alpsko je skijanje sport na snijegu tijekom kojeg skijaš savladava strminu koristeći se različitim elementima skijaške tehnike (Cigrovski, Matković 2015). Ono se prvi puta spominje u kamenom dobu u vidu pećinskih zapisa u sjevernoj Norveškoj. Tada su se skije koristile isključivo kao prijevozno sredstvo ljudi po snježnim površinama. Prvo skijaško natjecanje održalo se krajem 18. st. u današnjem Oslu, ali u obliku današnjeg skijaškog trčanja. Spust u smislu današnjeg alpskog skijanja spominje se s puno manjim naglaskom. (Matković, Ferenčak, Žvan, 2004). Od tada do danas alpsko skijanje se razvilo u jedan od najpopularnijih zimskih sportova. Svake godine u zimskom periodu održava se najveće alpsko skijaško natjecanje „Svjetski skijaški kup“ pod okriljem Međunarodnog skijaškog saveza „FIS“. 2017. godine to natjecanje proslavilo je pedeset godina svoga postojanja. Natjecanja u alpskom skijanju održavaju se u pet disciplina, a to su: slalom, veleslalom, superveleslalom, spust i alpska kombinacija. Discipline se između ostalog razlikuju po razmacima između vrata, visinskoj razlici sukladno tome i brzini kretanja skijaša. Slalom i veleslalom još se nazivaju i tehničke discipline, a superveleslalom i spust brze discipline, dok alpska kombinacija objedinjuje jednu tehničku i jednu brzu disciplinu.

Alpsko skijanje kao rekreacijska aktivnost, ali i kao sport, prilagođen je osobama s posebnim tjelesnim i mentalnim potrebama. Kao i kod standardne populacije, osobe s posebnim potrebama natječu se u alpskom skijanju u istim disciplinama, uz određene manje prilagodbe u skijaškoj opremi. Svake godine održava se natjecanje „Europa kup“, „Svjetski kup“ za osobe s tjelesnim invaliditetom, slijepi i slabovidni. Ove dvije navedene kategorije invaliditeta natječu se na istim natjecanjima. Njihovo najveće natjecanje su Zimske paralimpijske igre. Osobe s oštećenjem sluha natječu se u „Europa kupu“ i „Svjetskome kupu“ također, ali odvojeno od slijepih i slabovidnih te sportaša s tjelesnim invaliditetom. Sportaši s gluhoćom imaju odvojene olimpijske igre koje se nazivaju „Olimpijske igre gluhih“.

U Hrvatskoj postoji mali broj sportaša s invaliditetom u odnosu na razvijene zemlje u Europi i svijetu, što je ujedno i pokazatelj nerazvijenosti zemlje. Javlja se problem neravnopravnosti sportaša s invaliditetom i zdravih sportaša. Problem se očituje u vidu nedovoljne medijske popraćenosti, priznanja i nagrađivanja njihovih uspjeha i financijske pomoći.

Cilj ovoga rada je pomoću istraživačkog razgovora (*intervjua*) slobodnog tipa s hrvatskim alpskim skijašima s invaliditetom pokušati javnosti približiti probleme s kojima se susreću sportaši s tjelesnim invaliditetom koji se bave alpskim skijanjem.

## **2. SPORT OSOBA S INVALIDITETOM**

Sport osoba s invaliditetom spominje se već u 19.st., ali ga popularizira Sir Ludwig Gutman u 20. st., kada je 1948. godine. organizirao prvo natjecanje za osobe s tjelesnim invaliditetom. Tada je zaživio sport osoba s invaliditetom (Petrinović, 2014). Krovna svjetska organizacija za sportaše s invaliditetom je Međunarodni paralimpijski odbor (International Paralympic committee-IPC). Pod tom organizacijom nalaze se sportaši s tjelesnim invaliditetom te slijepi i slabovidni. Kao što je rečeno u uvodu, osobe s oštećenjem sluha ne natječu se u konkurenciji osoba s tjelesnim invaliditetom te slijepim i slabovidnim, već imaju svoja odvojena natjecanja uključujući Olimpijske igre gluhih. Krovna svjetska organizacija je Međunarodni olimpijski odbor gluhih (The International Committee of Sports for the Deaf-ICSD).

Krovna organizacija za sport osoba s invaliditetom u Hrvatskoj je Hrvatski paralimpijski odbor (HPO) koji je osnovan 1964. godine, ali pod imenom Savez za sport i rekreaciju invalida Hrvatske. HPO je članica Međunarodnog paralimpijskog odbora. Glavna zadaća HPO-a je da brine o svim sportovima osoba s invaliditetom, za sve vrste invaliditeta, osim gluhih. HPO-ov zadatak je da vodi brigu o sportovima na svim razinama, od rekreacije do vrhunskog sporta (Kovačić, 2014). Krovna Hrvatska organizacija koja brine za sport gluhih je Hrvatski sportski savez gluhih. Osnovan je 1992. godine, glavna zadaća je da kao nacionalni sportski savez okuplja sportske saveze, društva i klubove gluhih osoba u Hrvatskoj (HSSG, 2017).

Otpribliže oko 15% ukupne svjetske populacije ima neku vrstu invaliditeta, a od toga 2% bavi se nekom vrstom sportske aktivnosti. Ovi podaci vrijede za razvijene zemlje s višim životnim standardima. U Hrvatskoj taj je postotak znatno manji (Petrinović, 2014). Kineziološka aktivnost i sport ne bi smjeli biti ograničeni samo na osobe standardne populacije. Invaliditet često postaje barijera između osobe s invaliditetom i zajednice, te je



moguća pojavnost problema pri interakciji s društvom. Bavljenje određenom vrstom kineziološke aktivnosti umanjuje razvoj tipičnih oblika ponašanja koja se javljaju kod osoba nakon nastanka invaliditeta (Petrinović, 2014). Sport, i tjelesna aktivnost generalno, odlična su sredstva socijalizacije osoba s invaliditetom, te njihove integracije u društvo, što podiže kvalitetu njihovih života. Baveći se sportom, bilo na rekreacijskoj, bilo na natjecateljskoj razini, osobe s invaliditetom mogu, ne samo ostvariti svoje potencijale i mogućnosti, već povoljno utjecati i na zdravlje. Ove tvrdnje, dakako, se odnose i na djecu s teškoćom u razvoju i djecu s invaliditetom, što konstatira i Petrinović (2014): „Rekreacija, razonoda i sport djeci s teškoćama u razvoju i osobama s invaliditetom svakodnevno pridonose poboljšanju općeg stanja organizma, samopotvrđivanja i uključivanja u društvenu zajednicu“.

Da bi se kineziološke aktivnosti osoba s invaliditetom uopće provodile, određeni preduvjeti moraju biti zadovoljeni. Prvi preduvjet je adaptiranost. On se odnosi na prilagodbu objekata i terena za osobu s invaliditetom. Motiviranost je drugi preduvjet i odnosi se direktno na osobu s invaliditetom, dakle njena motiviranost da se uopće bavi sportom. Nabavka sportske opreme je sljedeći preduvjet. Određena oprema razlikuje se od opreme zdravih osoba. Često je takva oprema skuplja i nedostupna. Stoga je sljedeći preduvjet financijska potpora za nabavu sportskog pomagala i opreme. Vrlo bitan preduvjet je i edukacija stručnog kadra za rad s osobama s invaliditetom. Stručni kadar koji radi s osobama s invaliditetom, osim što bi trebao biti školovan za vođenje, planiranje i programiranje transformacijskog procesa, trebao bi biti i dodatno educiran za rad s osobama s invaliditetom. Zadnji preduvjet koji bi trebao biti zadovoljen je transport osoba s invaliditetom, kako bi neometano stigle na lokaciju sportskog terena. Aktivnosti kojima se bave osobe s invaliditetom uglavnom ne trebaju puno adaptacija. Ako su adaptacije potrebne, one se odnose na prostorne i vremenske. Pod prostornim se podrazumijevaju dimenzije terena, visina mreže i slično. Vremenske se odnose na određene vremenske periode tijekom igre, npr. ograničenja košarkaša u invalidskim kolicima na zadržavanje u reketu. Kao i kod standardne populacije, sport osoba s invaliditetom može se podijeliti na natjecateljski i rekreativni. Zahtjevi natjecateljskog sporta za osobe s invaliditetom isti su kao i oni za osobe bez invaliditeta. To se odnosi na broj treninga u godini, udio višestrane, bazične, specifične i situacijske kondicijske pripreme, godišnjeg planiranja i programiranja treninga i natjecanja, tempiranja sportske forme. Zbog jasnije slike o sportu osoba s invaliditetom važno je istaknuti osnovnu podjelu invaliditeta. Četiri su kategorije prema

Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (WHO): osobe sa sljepoćom, osobe s gluhoćom, osobe s mentalnom retardacijom te osobe s tjelesnim invaliditetom. Unutar svake kategorije sportaši su dodatno klasificirani. Klasifikacija se nalazi dalje u tekstu (Ciliga, Petrinović, 2017).

### **3. ALPSKO SKIJANJE OSOBA S INVALIDITETOM**

#### **3.1. ALPSKI SKIJAŠI S TJELESNIM INVALIDITETOM**

Prvo zabilježeno natjecanje u alpskom skijanju za osobe s invaliditetom održalo se 1948. g. u Badgasteinu u Austriji, sudjelovalo je 17 natjecatelja. Prve Paralimpijske igre održane su u Örnköldsviku u Švedskoj 1976. g. Tada su se natjecanja u alpskom skijanju održavala u slalomu i veleslalomu. Spust je u program uvršten 1984. godine u Innsbrucku, a superveleslalom 1999 u Lillehammeru (IPC, 2017). Glavna organizacija sportaša s tjelesnim invaliditetom je ISOD – International Sports Organisation for Disabled, osnovana 1964. godine. Krovna organizacija je Međunarodni paralimpijski odbor (IPC). Riječ „paralimpijski“ potječe od grčke riječi "para" ("uz") i riječ "Olimpijade" i predstavlja ideju održavanja paralelnih igra -"paralelno" i "olimpijske" kako bi se ilustrirali kako dva pokreta postoje rame uz rame (Ciliga, Petrinović, 2017).

Paralimpijske igre održavaju se u istoj godini kada i Olimpijske igre, a grad domaćin koji je organizirao Olimpijske igre obavezan je održati i Paralimpijske igre. Paralimpijske igre obično se održavaju oko 10 dana nakon Olimpijskih igara. Zimski paralimpijski sportovi su alpsko i nordijsko skijanje, carling u invalidskim kolicima i hokej. Danas se natjecanja u alpskom skijanju za osobe s tjelesnim invaliditetom i oštećenjem vida održavaju u pet disciplina: slalom, veleslalom, superveleslalom, spust, super kombinacija. Osim Paralimpijskih igara, kao najveće sportsko natjecanje, sportaši se svake godine natječu u Europa kupu, gdje sudjeluju najbolji europski skijaši, i Svjetskom kupu, samom vrhu alpskog skijanja, gdje sudjeluju najbolji svjetski skijaši (Ciliga, Petrinović, 2017).

Svaki sport u kojem se natječu osobe s tjelesnim invaliditetom podijeljen je u određene kategorije. S obzirom na različite stupnjeve tjelesnog oštećenja, a s ciljem kako bi se osobe ravnopravno natjecale međusobno, razvijena je funkcionalna klasifikacija (Cigrovski, Malec, Matković, 2014).

Funkcionalna klasifikacija je metoda kojom se utvrđuju preostale motoričke i funkcionalne sposobnosti sportaša koji se natječe u određenom sportu. Sustav klasifikacije osigurava da svaki sportaš ima jednaku šansu na natjecanju. Preduvjet poštenom natjecanju po načelima „*fair play*“ je učinkovita klasifikacija. Klasifikacijski sustav u sportu postoji od 1940-ih godina i u svojim počecima bili su bazirani na medicinskoj dijagnozi sportaša. U novije vrijeme postoje dva modela klasifikacija, s obzirom na specifičnost sporta, tako da se različite kategorije invaliditeta mogu natjecati zajedno, i općenita klasifikacija prema tipu i stupnju oštećenja, tako da se osobe istih oštećenja mogu natjecati zajedno (Ciliga, Petrinović, 2017).

Pri klasifikaciji sportaša prve stavke koje se razmatraju jesu: je li tjelesno oštećenje relevantno za sport u kojem se osoba natječe, zadovoljava li tjelesno oštećenje minimalne kriterije svrstavanja osobe u kategoriju s invaliditetom, koja kategorija najtočnije opisuje ograničenja sportaša s invaliditetom (IPC, 2017).

Funkcionalna klasifikacija sportaša s invaliditetom još uvijek je u razvoju, ali isto tako je i otvoreni proces s obzirom na to da sportaš može mijenjati pripadnost klasi tijekom sportske karijere (Ciliga, Petrinović, 2017).

Skijaši s tjelesnim oštećenjem podijeljeni su u 12 kategorija, 9 kategorija namijenjeno je za stojeće skijaše, a 3 kategorije za sjedeće skijaše.

### **3.1.1. STOJEĆI ALPSKI SKIJAŠI**

Stojeći alpski skijaši s oštećenjem nogu dijele se na:

- kategorija LW1- skijaši s težim oštećenjem obje noge, npr. amputacija obje noge iznad koljena ili teže mišićno oštećenje;

- kategorija LW2- skijaši s težim oštećenje jedne noge, skijaju isključivo na jednoj skiji;
- kategorija LW3- skijaši s umjerenim oštećenjem obje noge, imaju blagih problema s koordinacijom, mišićno oštećenje obje noge ili amputaciju obje noge ispod koljena, skijaju s dvije skije i protezom;
- kategorija LW4- slično klasama LW2 i LW3, skijaši s oštećenjem jedne noge ali s manjim ograničenjem aktivnosti noge, tipičan primjer amputacija jedne noge ispod koljena, skijaju s dvije skije;

Stojeći alpski skijaši s oštećenjem ruku dijele se na:

- kategorija LW5/7- skijaši s oštećenjima obje ruke, amputacije, ograničena mišićna snaga ili koordinacijski problem, skijaju bez štapova;
- kategorija LW 6/8- skijaši s oštećenjem jedne ruke, skijaju s jednim štapom;

Stojeći alpski skijaši oštećenjem ruku i nogu dijele se na:

- kategorija LW 9- skijaši s oštećenjem ruke i noge. Problemi s koordinacijom kao spastičnost ili gubitak kontrole nad jednom stranom tijela. Ovisno o mogućnosti skijaju s jednom ili dvije skije i jednim ili dva štapa;

### **3.1.2. SJEDĘĆI ALPSKI SKIJAŠI**

Svi sjedeći skijaši imaju oštećenja koja zahvaćaju noge. Podijeljeni su u klase s obzirom na njihovu sjedeću ravnotežu koja je vrlo važna prilikom ubrzanja i održavanja ravnoteže tijekom same utrke.

- kategorija LW 10- skijaši nemaju ili imaju minimalnu stabilnost trupa, npr. zbog oštećenja leđne moždine ili zbog spine bifide. Oslanjaju se poglavito na svoje ruke kako bi upravljali;

- Kategorija LW 11- skijaši imaju dobru funkciju trupa, ali vrlo ograničenu kontrolu nogu i kukova, [Comments]kao što je slučaj sa skijašima s nižim oštećenjima leđne moždine.
- Kategorija LW 12- skijaši s normalnom ili blagom smanjenom funkcijom trupa i oštećenjima nogu. Skijaši koji se natječu u kategorijama LW 1-4 također se mogu natjecati u ovoj, stoga mogu izabrati na početku karijere hoće li skijati u sjedećoj ili stojećoj kategoriji. Slobodan prijevod s (IPC, 2017).

Svaka pojedina kategorija ima odbitak vremena koji se izračunava na osnovu težine invaliditeta. Skijaši s težim invaliditetom imaju veći odbitak vremena i obrnuto. Na taj način svi sportaši imaju jednake uvjete.

Skijaši koriste standardnu opremu kao i osobe bez tjelesnih oštećenja- od skija do štapova kombinezona, kaciga, štitnika. Ipak, postoje neke posebnosti kod osoba s amputacijama obje ili jedne noge. Stojeći sportaši koji skijaju na jednoj skiji imaju posebne štapove koji na svojim krajevima imaju malu skiju koja je sa štapom povezana sa zglobovom kako bi se nagib skije mogao prilagoditi terenu da bi skijaš lakše upravljao i održavao ravnotežu. Skija se također može i sklopiti okomito prema gore uz štap te se onda koristi kao običan štap što posebno pomaže skijašima kod guranja na startu kako bi maksimalno ubrzali. Sjedeći skijaši natječu se sjedeći u monoskiji. Monoskija je posebno konstruirano pomagalo koje se sastoji od sjedala koje je napravljeno po skijašu kako bi mu maksimalno odgovaralo. Sjedalo je pričvršćeno na metalno postolje ispod kojeg se nalazi opruga. Opruga je posebno bitna za skijaše. Tvrdoća opruge podešava se prema stilu skijanja svakog skijaša, agresivniji ili mekaniji stil, prema težini skijaša, prema vrsti snijega. Dobra podešenost opruge omogućava bolju kontrolu i izvođenje zavoja. Opruga se nalazi na metalnom postolju koje je poput pancericice pričvršćeno na skijaški vez. Skijaški vez je metalan i DIN skala ima vrlo visoki raspon (DIN skala- dio skijaškog veza koji omogućuje regulaciju otkačivanja skije s pancericice). Vez se regulira ovisno o morfološkim karakteristikama skijaša i skijaškom znanju. Na taj način može se podesiti da skija vrlo teško otpadne, odnosno otpadne pri stvaranju vrlo velikih sila.

### 3.2. SLIJEP I SLABOVIDNI ALPSKI SKIJAŠI

1976. godine u Švedskoj, gdje su održane prve Paralimpijske igre, slijepi i slabovidne osobe se natječu s osobama s tjelesnim invaliditetom. Od tada osobe s tjelesnim invaliditetom te slijepi i slabovidni natječu se na istim natjecanjima, kako Paralimpijskim igrama, tako i drugim. Naravno, imaju različite klasifikacije, prilagođene invaliditetima. Glavna sportska organizacija slijepih i slabovidnih sportaša je IBSA– International Blind Sports Federation, osnovana 1981. godine. Isto kao i kod sportaša s tjelesnim invaliditetom, krovna organizacija je Međunarodni paralimpijski odbor. Slijepi i slabovidni skijaši natječu se s vodičem. Vodič je najčešće i njihov trener koji skija ispred slijepog ili slabovidnog sportaša te mu daje uputstva o stanju na stazi i postavkama same staze. Vodič i sportaš povezani su bluetooth tehnologijom na način da vodič ima mikrofoni koji je pričvršćen u kacigi, a sportaš ima slušalice. Oprema kod osoba s oštećenjem vida u potpunosti je ista kao i kod zdravih sportaša, osim poveza preko očiju, kojeg moraju nositi sportaši u klasi B 1, te bluetooth slušalice u kacigi. Vodiči skijaša u klasi B1 imaju još i zvučnik kako bi lakše mogli navoditi svog sportaša. Vodič i sportaš moraju nositi reflektirajući prsluk s posbenom oznakom. Skijaši s oštećenjem vida natječu se u 3 kategorije.

- kategorija B 1- skijaš je slijep ili vrlo slabo vidi. Sportaš ne može prepoznati slovo dimenzija 15x15 cm s udaljenosti od 25 cm. Tijekom utrke sportaš mora nositi poveza preko očiju;
- kategorija B 2- skijaši sa sposobnošću vida većom od klase B 1. Ne mogu prepoznati slovo dimenzija 15x15 s udaljenosti 4 m. U ovu klasu spadaju sportaši koji imaju vidno polje manje od 10 stupnjeva u promjeru;
- kategorija B 3- skijaši sa najmanjim oštećenjima vida. Njihovo vidno polje u promjeru je do 40 stupnjeva. Slobodan prijevod s (IPC, 2017).

### 3.3. ALPSKI SKIJAŠI S OŠTEĆENJEM SLUHA

Krovna organizacija sportaša s gluhoćom je CISS – Comitee International des Sports des Sourds, osnovana 1924. godine. Organizacija je 2003. godine u Švedskoj promijenila ime u International Committee of Sports for the Deaf- ICSD. Ta organizacija djeluje kao Međunarodni Olimpijski odbor gluhih, te organizira Olimpijske igre gluhih. Gluhe osobe sebe ne smatraju invalidima, pogotovo ne u smislu osoba s tjelesnim invaliditetom. Smataju da su kulturna i jezična manjina. Za gluhe sportaše očito postoje komunikacijske barijere, ali osim toga oni su fizički zdravi i sposobni za natjecanja. Jedina posebnost u njihovim natjecanjima je prilagodba zvučnih signala koji su pretvoreni u svjetleće, npr. umjesto zvučnog, svjetleći signal za start. Iz svih ovih razloga, postoji velika potreba za odvojenim igrama gluhih sportaša. „Olimpijske igre gluhih“ ovaj su naziv dobile 2001.g. kada je Međunarodni olimpijski odbor odobrio zahtjev za preimenovanjem igara u „Olimpijske igre gluhih“, do tada su se zvale „Svjetske igre gluhih“. Olimpijske igre gluhih imaju dugu povijest i tradiciju. Prve igre održale su se 1924.g. u Parizu, to su bile ljetne igre, a prve zimske igre održale su se 1949.g. u Seefeld-u u Austriji. Olimpijske igre gluhih održavaju se u godini nakon Olimpijskih igara i Paralimpijskih. Na Zimskim olimpijskim igrama gluhih natjecanja se održavaju u 5 sportova : alpsko skijanje, nordijsko skijanje, carling, hokej i snowboard. Na prvim igrama sportaši su se natjecali u dva sporta, alpskom i nordijskom skijanju (Ciliga, Petrinović, 2017).

Gluhe osobe moraju testirati svoj sluh i nastupati smiju ako je stvarno utvrđeno da su gluhe. Na testiranju se pušta nekoliko tonova na 500, 1000 i 2000 hertza. Ako osobi u ukupnom prosjeku nedostaje do 55 db u boljem uhu, ona se smatra gluhom. Osobe koje granično čuju između 55-65 db moraju se vrlo pažljivo testirati. Sportašima je strogo zabranjeno korištenje bilo kakvih slušnih pomagala za vrijeme zagrijavanja i samoga natjecanja u posebno ograničenoj zoni na sportskim borilištima. Očito je da bi sportaš koji koristi slušno pomagalo stekao veliku prednost nad sportašima koji ne koriste. Slobodan prijevod s (Deaflympics, 2017).

Skijaši s oštećenjem sluha natječu se u svim disciplinama kao i standardna populacija, a to su: slalom, veleslalom, superveleslalom, spust i super-kombinacija.

#### 4. RAZGOVOR KAO METODA PRIKUPLJANJA PODATAKA

„Komunikaciju možemo definirati kao proces uzajamne razmjene značenja“ (Bratanić, 1993: 76). Nekoliko je kriterija po kojemu se komunikacija može dijeliti. S obzirom na broj osoba i načinu komuniciranja možemo razlikovati: komunikaciju između dvije osobe, komunikaciju u maloj grupi, organiziranu komunikaciju, javnu komunikaciju i komunikaciju masmedijem (Bratanić, 1993). Najprikladniji oblik komunikacije za uspostavljanje određene interakcije je komuniciranje između dvije osobe, a ne više njih. To je ujedno i najčešći oblik komunikacije i osnovna jedinica ljudske komunikacije. Upravo takva vrsta komunikacija korištena je pri prikupljanja podataka u ovome radu. Pri međusobnom komuniciranju ljudi, osim verbalne komunikacije, koriste i neverbalnu. Komunikacija uključuje sadržajni i odnosni aspekt. Verbalnim dijelom ostvaruje se sadržajni aspekt, a neverbalnim dijelom se ostvaruje odnosni aspekt. Verbalni dio komunikacije zaslužan je za ostvarivanje 35% socijalnog značenja, a neverbalni za čak 65% (Bratanić, 1993). Iz navedenog proizlazi zaključak da je pri komunikaciji vrlo bitno promatrati neverbalne znakove s osobom s kojom se komunicira. U ovom diplomskom radu razgovor je korišten kao metoda za prikupljanje podatata.

Istraživački razgovor je vođen između dviju osoba u svrhu prikupljanja podataka koji su relevantni za predmet istraživanja. (Milas, 2005)

Razgovor kao metoda prikupljanja podataka odnosno istraživački postupak nastao je iz komunikacije dvaju čovjeka, što je i osnovna jedinica ljudske komunikacije. Može se podijeliti na novinarski i istraživački. Kod forme novinarskog, i novinar i osoba unaprijed znaju sadržaj. U tom slučaju služi kao sredstvo kojim se sadržaj priopćava medijima. Istraživački je po tome suprotan novinarskom, kod njega se unaprijed ne zna rezultat. Pri vođenju istraživačkog razgovora bitno je da istraživač precizno formulira pitanja kako bi ih ispitanik shvatio točno i jednoznačno. Istraživač mora omogućiti ispitaniku da priziva vlastita mišljenja i sjećanja o predmetu koji se istražuje. Na koji način će ispitivač bilježiti sadržaj razgovora ovisi o njemu, ali očigledno bilježenje razgovora u vidu zapisivanja ometa ispitanika. Sukladno navedenom preporučeno je na neki drugi način bilježiti sadržaj. U današnje vrijeme to je vrlo lako moguće uz diktafone, mikrofone i mobilne uređaje. Na taj način ispitanik se može usredotočiti na dijeljenje svog iskustva. Jedna od bitnih značajki vođenja razgovora je njegovo trajanje. Ne bi trebao trajati duže od 10 minuta kako



ispitanik ne bi izgubio koncentraciju i motivaciju. Najčešći oblik razgovora je standardizirani. Kod takvog unaprijed je definirana tema i određena su pitanja. Takav oblik je i lakše za provoditi. Drugi oblik je nestandardizirani, odnosno slobodni. Kod njega unaprijed je zadana samo tema. On zahtjeva veće sposobnosti ispitivača. (Plenković, 1993) Na sličan način intervjuje dijeli i Milas, (2005) koji kaže da se razgovor dijeli na standardizirani i nestandardizirani. Pri standardiziranom, ispitivač postavlja ista pitanja, istim riječima, istim naglaskom, istim redosljedom. Kod nestandardiziranog, ispitivač je slobodniji u formuliranju pitanja. Takav razgovor koristi se za stvaranje novih pretpostavki i ideja.

## **5. RAZGOVORI**

Iako je tema ovog diplomskog rada prikazati probleme s kojima se susreću natjecatelji u alpskom skijanju s invaliditetom, smatram da je značajno prikazati razgovor s bivšom parolimpijkom, plivačicom Anom Sršen. Ona je tijekom i nakon sportske karijere značajno doprinijela razvoju društvene svijesti o sportašima s invaliditetom i svojim zalaganjem utjecala na poboljšanje njihova statusa.

### **RAZGOVOR S ANOM SRŠEN**

#### **Recite nam par riječi o sebi?**

Ja sam Ana Sršen, bivša paraolimpijka, sudjelovala na 4 Paralimpijske igre od Atlante 1996. godine do Pekinga 2008. godine. Bila sam europska i svjetska rekorderka, osvajačica medalja na svjetskim i europskim prvenstvima. Osim plivanja bavila sam se malo i skijanjem. Prva sam Hrvatica s invaliditetom koja se natjecala na nekom međunarodnom natjecanju iz skijanja za osobe s invaliditetom. Naučila sam skijati u Austriji, naučio me jedan trener austrijskog kluba skijanja za osobe s amputacijom. Kada sam se upustila u to nisam ni znala što je to. Imala sam dvadeset i nekoliko godina i prvi puta sam tada stala na skije. Nakon 8 dana sam uspjela proskijati, u smislu da se mogu normalno spustiti niz stazu. Sada radim u plivačkom klubu „Natator“ kojega sam i osnovala 2003. godine. To je klub koji danas ima oko 500 članova, gdje integrirano treniraju djeca sa teškoćama i bez teškoća od najranije dobi. Naši najmlađi članovi imaju 4 mjeseca, a najstariji su veterani.

#### **Zašto ste osnovali klub? Motiv?**

Zato što sam kao sportašica imala poteškoća pri nalaženju prikladnih uvjeta. Kada sam se počela baviti plivanjem, trenirala sam u Zagrebačkom plivačkom klubu 10 godina i bila sam integrirana s ostalim plivačima. Za mene je bilo jako značajno da treniram u okruženju pravih plivača i da budem u okruženju pravog plivačkog kluba. To je za mene bilo motivirajuće. Tijekom svoje sportske karijere imala sam poteškoća sa nalaženjem pruge u

kojoj sam mogla plivati, te sam zbog toga morala nalaziti sponzore koji bi plaćali tu moju prugu kako bi ja uopće mogla trenirati. Zbog tog svog osobnog iskustva sam odlučila stvoriti drugima uvjete koje ja nisam imala.

### **Vi ste prva sportašica s invaliditetom koja se izborila za svoj status i kategorizaciju?**

Ja sam prva sportašica s invaliditetom kojoj je Hrvatski olimpijski odbor dao status vrhunske sportašice 1997. godine. To je bilo nakon Paralimpijskih igara u Atlanti 1996. godine. S time da me nisu odmah izjednačili sa zdravim sportašima. U početku sam dobila 3. kategoriju sportaša, a tek nakon 2 godine sam dobila kategoriju koju imaju zdravi sportaši s istim rezultatima kao i ja.

### **Na koji način ste se borili za svoj status?**

Za svoj status sportašice sam se borila na način da ne bih čula odgovor „ne“ i ustrajala bih dok ne bi dobila pozitivan odgovor. Velikom upornošću i neodustajanjem. Danas je to svemirski napredovalo u odnosu na ondašnje uvjete. U međuvremenu je formiran Hrvatski paralimpijski odbor i oni kategoriziraju sportaše. Kategorizacija paralimpijskog odbora je dosta izjednačena sa kategorizacijom Paralimpijskog odbora. Naravno to je proces na kojem se uvijek može raditi i koji se uvijek može poboljšati. Još uvijek se mi borimo za nekakav bolji status. Evo npr. otvoren je novi bazen „Svetice“ i nije predviđeno da klub „Natator“ ovdje ima pruge, iako smo mi jedini klub u Zagrebu koji je otvoren za sportaše s invaliditetom. Zapravo svi klubovi bi trebali biti otvoreni za sportaše s invaliditetom jer je to zagantirano nekim konvencijama koje je Hrvatska potpisala, ali svi klubovi nama šalju sportaše s invaliditetom. Raditi s njima je vrlo komplicirano i traži puno više uvjete, potreban je viši standard, manje grupe, više trenera. Treneri moraju biti dodatno educirani. Nakon završenog Kineziološkog fakulteta treneri se educiraju dodatno kroz rad u klubu i trebaju stjecati specifična znanja kroz tečaje, dodatna osposobljavanja, polagati međunarodne licence. Takav rad zahtjeva i individualizirani pristup. Klub bi kao takvog trebao prepoznati Grad i omogućiti mu da bude dostupan svoj djeci u cijelom Zagrebu na svim objektima. Kada su se dodjeljivale pruge ovo ljeto mi smo izbrisani i nikome nije bilo stalo do toga. Tako da ta borba još uvijek traje, to je neprekidan proces i mi radimo na

tome iz dana u dan. Uvjeti općenito nisu dobro za sportaše u Hrvatskoj; a još su gori za sportaše s invaliditetom. Tako da svi moramo stalno raditi na tome.

### **Usporedba vaših uvjeta iz doba kada ste bila aktivna sportašica i današnjih uvjeta?**

Danas je sportašima s invaliditetom puno lakše. Ja sam morala sama tražiti sponzora da mi plati prugu da bih uopće mogla plivati. Naši plivači danas imaju puno bolje uvjete. U klubu je 9 plivača u programu za mlade i nadarene sportaše. Oni imaju plaćenog trenera, plaćenu prugu, stipendiju. Ja sam nekad, malo dobivala stipendiju, nekad nisam, ali uglavnom nisam, a u počecima nikako nisam. Tih 9 sportaša koji su u individualnom programu posebne skrbi imaju osiguranog trenera, bazen im omogućava klub, pokriva im se odlazak na natjecanja, vitaminizacija. Vitaminizacija je sad najnovija stvar za koju smo se uspjeli izboriti. I također pokriveni su im troškovi svih odlazaka na pripreme. Dakle, oni su u potpunosti fokusirani na trening, a ja sam bila na još 100 drugih stvari. Mislim da se nisam toliko potrošila na tu borbu, da bih bila paralimpijska pobjednica.



Slika 1. Plivačica Ana Sršen s oštećenjem donjih ekstremiteta.

Preuzeto s dozvolom s: <http://www.natator.hr/ana-srsen-plivacica/>

## **RAZGOVOR S DINOM SOKOLOVIĆEM**

### **Recite nam par riječi o sebi?**

Zovem se Dino Sokolović, iz Zagreba sam, imam 28 godina, profesionalno se bavim alpskim skijanjem za osobe sa invaliditetom. Igram košarku u kolicima rekreativno i hokej na ledu rekreativno.

### **Najveći dosadašnji uspjesi u karijeri?**

Bio sam 2. u ukupnom poretku Svjetskoga kupa, jedne godine 2. a jedne godine 3. u ukupnom poretku Svjetkoga kupa u slalomu. Najbolji rezultat na svjetkom prvenstvu je 6. mjesto u slalomu. Na velikim natjecanjima nisam uspio osvojiti medalju, ali što se tiče Svjetskoga kupa, tu sam dosta dobar.

### **Koji vam je motiv za bavljenje alpskim skijanjem?**

Od malena se bavim sportom, dok nisam izgubio noge s 14 godina, bavio sam se svakakvim sportovima. Uživam u sportu, pronašao sam se u skijanju, po svim parametrima mi odgovara. Došao sam u pravu kategoriju gdje nema muljanja. Prije sam se bavio plivanjem za osobe s invaliditetom koje nije najpravednije kategorizirano. Bio sam u kategoriji s plivačem koji ima obje noge i jednu ruku, naravno da je on u prednosti. U košarci sam zbog toga što mi je lijeva noga duža 2-3 cm dobio veću kategoriju. Još k tome imam potrebnu kilažu, potrebnu sposobnost i, kad se to sve posloži, uspješan sam i uživam u tome, i to je to.

### **Daljnji ciljevi u karijeri?**

Cilj mi je osvojiti medalju na velikom natjecanju, što još nisam napravio. Bio sam blizu. Pod velikim natjecanjem mislim na Paralimpijske igre i svjetsko prvenstvo. Kod nas se utrke svjetskog kupa ne smatraju velikim natjecanjem, odnosno ne spadaju u istu

kategoriju kao Paralimpijske igre i svjetsko prvenstvo. Bio sam ja 2. u Svjetskom kupu, ali to se ne smatra „*velikom medaljom*“, a to mi je cilj.

**Mislite li da su vaši uspjesi dovoljno cijenjeni od strane medija, od strane sportske zajednice, HPO-a?**

Pa dobro je, ne mogu reći da je loše. U početku, zapravo, uopće nije bilo dobro jer mediji nisu bili uopće uključeni u sport osoba s invaliditetom. To se sad nekako poslije OI u Riu popravilo, i to dosta. Dosta se napravilo po pitanju zastupljenosti osoba s invaliditetom u medijima. Ne mogu se žaliti na sadašnju situaciju kakva je. Nikada nisu prenošene utrke Svjetkoga kupa i Europskoga kupa niti bilo kakve utrke osoba s invaliditetom na televiziji. Tu nije samo pitanje naših televizijskih kuća, nego općenito organizacije. Vrijednost utrke na Sljemeni („*Snježna kraljica*“) je nekoliko milijuna eura, a vrijednost naše utrke je puno manja. Također zastupljenost sponzora je puno manja. Kod nas zapravo nema sponzora. Jedini skijaš koji ima svog sponzora je Japanac u visini 80000 eura, ali zato što mu država uopće financijski ne pomaže oko odlaska na treninge, utrke itd. Sponzor mu zapravo omogućuje da se bavi skijanjem. Kod nas je to ipak bolje uređeno, sustav Paralimpijskog odbora i sporta osoba s invaliditetom je dobro uređen. To bi se, naravno, mogla poboljšati financijska sredstava. Uspoređujući s Olimpijskim odborom imamo puno manji budžet, ali moramo bit zadovoljni s ovim što imamo. S tim novcem s kojim Paralimpijski odbor raspolaže, zapravo, ostvaruju se jako dobri rezultati. Mogu pohvaliti taj sustav i sad se treba dalje boriti da se to digne na još jednu višu razinu, da se osigura još više novaca, da se podigne kvaliteta treninga i da se poveća stručni kadar. Da se osiguraju financijska sredstva za stručni kadar. Osim mog trenera Luke Dobrinića, nitko nije tu profesionalno već samo dobra volja ljudi, ali i ti ljudi trebaju živjeti od nečega.

**Kako je riješeno pitanje financiranja treninga i natjecanja? Dobivate li stipendiju?**

Paralimpijski odbor i skijaški savez mi na temelju mojih rezultata pokriva sve troškove treninga, utrka i to je stvarno dobro. Bez toga se zapravo ne bih mogao baviti skijanjem. Budimo realni, osobe s invaliditetom nemaju adekvatnu državnu skrb, posao je teško pronaći osobi s invaliditetom, a još k tome, tko će me zaposliti ako sam 60-100 dana u godini na skijanju. Dakle, jedini mogući način da se mogu baviti skijanjem je uz potporu

Paralimpijskog odbora. Na temelju svojih rezultata spadam u A kategoriju i prema tome dobivam stipendiju od Hrvatskog paralimpijskog odbora.

### **Koja je vaša kategorija i smatrate li da je kategorizacija invaliditeta u skijanju pravedna?**

Ja sam kategorija sjedeći LW 12/2, to znači da imam najmanje oštećenje i sukladno tome najmanji odbitak vremena. Odgovaraju mi teže, strmije staze gdje je teže skijati i gdje je potrebna bolja tehnika, bolje skijanje. Puno bolje savladam takve staze jer imam funkcionalnu kralježnicu i trup pa mogu bolje kontrolirati i osjetiti skiju.

Što se tiče pravednosti kategorizacije, ne može sve uvijek bit savršeno, ali npr., kao što sam već rekao, u plivanju sam bio svrstan u kategoriju s čovjekom koji ima dvije noge i ruku, zato što mi je jedna noga duža 3 cm. I to jednostavno nije pravedno. U skijanju je drugačija priča, tu je sve dobro posloženo, *fer* i korektno. Neke staze odgovaraju nekim kategorijama. Zbog konfiguracije terena, lakše staze više odgovaraju kategorijama s višim stupnjem invaliditeta, a teže staze kategorijama s manjim stupnjem invaliditeta, dakle meni. Ipak i na tim terenima blaže konfiguracije, ako je staza postavljena s dosta zavoja, zatvorena, gdje dosta treba raditi, opet sam ja u prednosti. Je li staza tako postavljena ovisi o postavljaju, na što se ne može utjecati. Tako da, ako ti staza odgovara bit ćeš dobar, ako ne, biti ćeš malo lošiji.

### **Treneru bi bilo lakše da imate još barem jednog čovjeka u ekipi?**

Pa da, naravno! Luka sve sam radi: nosi kolce, monoskiju, skije, štapove. Ja mu pomognem koliko god mogu. Problem je što smo u ekipi: Eva Goluža (slijepa skijašica), Damir Mizdrak (slabovidni skijaš), Lovro Dokić (skijaš s invaliditetom) i ja. Luka Debeljak je vodič Damiru, Ana Žigman je vodič Evi. Ana i Eva skijaju, Lovro skija, ja skijam, a Damir postavlja stazu s trenerima (Luka i Luka). Damiru je teško tako napraviti rezultat. Umara se dok postavlja stazu, a još bi se za to vrijeme trebao zagrijavati i uskijavati na *free* (slobodno skijanje, bez postavljenih vrata). Ja ne mogu ući u stazu kako treba bez 3 runde na *free*. Još slalom nekako i mogu, ali veleslalom nikako. Moram se

uskijati prije na *free*. Tako da nam fali još ljudi da to sve izgleda kako treba i da svi radimo ono što smo došli raditi, a to je skijanje.

### **Koliko trenirate?**

Na snijegu smo između 60-100 dana godišnje, uz to imam suhe treninge. Kao nadopuna suhim treninzima, dosta igram košarku u invalidskim kolicima, hokej na ledu. Hokej na ledu je mlad sport, i jako malo ljudi ga igra. Malo sam bolji od ostalih dečki, a znam igrati i protiv trenera, i redovito ih pobjeđujem. Skijanje mi dosta pomaže u hokeju jer je konstrukcija kolica u hokeju vrlo slična monoskiji, a i samo klizanje je vrlo slično skijanju.

### **Vaša kategorija ima specifičnu opremu, imate li problema sa nabavkom i možete li je ukratko opisati?**

Znali smo imati problema s time. Kombinezon sam morao ići napraviti po mjeri u Sloveniju kod jednog privatnika. Meni pošalju isti kombinezon kao dečkima iz skijaškog saveza koji mi ne odgovara. Jednom sam otišao na *plac* kod *šnajderice* da prekroji kombinezon. Jedna gospođa je uspjela nešto napraviti, a druga je rekla da ne može nikako napraviti. Meni trebaju štitnici točno na određenim mjestima na rukama, prsima, leđima. Kada se kombinezon prekroji to se više ne može namjestiti točno kako bi trebalo biti. Što se tiče opreme, specifično kod moga skijanje je monoskija. Vrlo važan na monoskiji je amortizer, treba brinuti o njemu. Ako jedan *šaraf* slučajno nije namješten, može se sve potrgati. Za amortizer imam dvije postavke. Jedna postavka je za slalom, a druga je za veleslalom, ali ta postavka za veleslalom odgovara i za brze discipline. Za slalom amortizer mora biti tvrđe namješten zato što su promjene pravca puno brže i puno brže se moraju napraviti tranzicije iz zavoja u zavoj. Ako je namješten mekše, katapultirat će me u zrak. Kad je tvrđe namješten, skija odmah reagira čim ju stavim na rubnik, odmah zagrabi snijeg, dok kod mekanog amortizera treba vremena da se on sabije i odbaci me u novi zavoj. Svaki skijaš si namješta kako njemu odgovara. Ja sam prvi u Hrvatskoj koji se u monoskiji počeo profesionalno baviti skijanjem. Zato je nama (Dino i trener Luka) trebalo toliko dugo vremena da napravimo rezultat. U početku smo jako malo znali o tome svemu. Jednom smo došli na skijanje i napadao je svježi snijeg. I Luka je amortizer namjestio mekano jer inače po dubokom snijegu mora biti mekan. I kada sam krenuo skijati osjećao



sam se kao da ne znam skijati. Onda smo namjestili tvrde amortizer i bilo je dobro. Tada smo počeli raditi sve suprotno od onoga što ima logike u normalnom skijanju.



Slika 2. Alpski skijaš Dino Sokolović s oštećenjem donjih ekstremiteta.

Preuzeto s dozvolom iz privatnog albuma Dine Sokolovića.

## **RAZGOVOR S LOVROM DOKIĆEM**

### **Recite nam par riječi o sebi?**

Ja sam Lovro Dokić, imam 15 godina, pohađam Srednju školu grafike dizajna i medijske produkcije. Treniram alpsko skijanje za osobe s invaliditetom.

### **Kada ste se počeli baviti alpskim skijanjem?**

Alpskim skijanjem sam se počeo baviti 2012. godine, iste godine kada se i Eva počela. Prvo sam počeo u klubu, i to je bilo u početku na rekreativnoj razini. Nedugo nakon toga sam očito pokazao trenerima nešto što se traži za natjecateljsko skijanje, te sam nakon toga krenuo ozbiljno trenirati.

### **Jeste li se bavili još nekim sportovima osim s alpskim skijanjem?**

Jesam, bavio sam se puno sportom. Bavio sam se s plivanjem, baš natjecateljski kod Ane Sršen. Prije toga sam se bavio odbojkom. I evo, sada sam ostao u alpskom skijanju.

### **Najveći dosadašnji uspjesi u karijeri?**

Pa i nemam neki poseban rezultat kojeg bih mogao izdvojiti, dosta sam mlad. Nažalost, evo, ove godine nisam mogao nastupiti u Tarvisiju na svjetskom prvenstvu. Nisam mogao čak odvoziti niti kao predvozač. Donja granica za natjecatelje, ali i za predvozače, je 16 godina. Ja sam u kategoriji stojećih skijaša, i to je najbrojnija kategorija, gdje je i konkurencija vrlo jaka. Stvarno treba odlično skijati da bi se moglo nešto napraviti. Ponekad, kada gledaš skijaše iz te kategorije, ni ne vidiš koji mu je invaliditet. Kao da ga ni nemaju.

### **Koji vam je motiv za bavljenje alpskim skijanjem?**

Jednostavno sam se našao u tome i uživam skijajući, tako da mi je to zapravo motiv.

### **Kako je riješeno pitanje financiranja treninga i natjecanja?**

Troškove treninga i natjecanja pokriva Hrvatski paralimpijski odbor.

### **Dobivate li stipendiju?**

Ja sam u C kategoriji stipendista, te mi stipendiju dodjeljuje Hrvatski paralimpijski odbor. Zagrebački sportski savez ima druge kriterije u odnosu na HPO. Tako da zasad ja ispunjavam samo kriterije HPO-a.

**Mislite li da su vaši uspjesi dovoljno cijenjeni od strane medija, od strane sportske zajednice, HPO-a?**

Kao što sam rekao, još uvijek sam mlad, u najzahtjevnijoj sam kategoriji u smislu konkurencije i nisam još imao neke zapaženije rezultate. Ali usprkos tome piše se nešto o nama, pa se spomene i mene. Bilo mi je jako lijepo kada se spomenulo da sam nosio hrvatsku zastavu na otvaranju svjetskog prvenstva.

**Koja ste kategorija?**

Ja sam u stojećoj kategoriji, preciznije, LW 6/8-2.

**Koliko trenirate?**

Pa imamo oko 80 dana na snijegu uključujući utrke, i kad nije skijaška sezona, onda imamo kondicijske često, a tijekom sezone nešto manje.

**Pomažete li trenerima na stazi s nošenjem opreme i postavljanjem staze?**

Pa najviše Damir pomaže, ali i ja ,naravno, uskačem kada zatreba. Postavljamo stazu, skidamo nakon toga kolce, nosimo ih gdje treba. Nije nam toliko naporno jer nas je puno i organizirani smo, pa to ide. Često znamo trenirati u istoj stazi s drugim reprezentacijama ili nekim klubovima pa onda bude još lakše jer nas je puno više.

**Kako usklađujete skijanje sa školom?**

U školi imamo dosta sportaša i to mi olakšava situaciju. Imam odgovaranje po dogovoru. Profesori su navikli na takav način rada zbog velikog broja sportaša u školi. Bez problema se dogovorim za termin odgovaranja ili neke provjere znanja. Točno im kažem koliko sam na putu, kada se vraćam, te se onda prema tome dogovorimo za odgovaranje.

### **Jeste li imali nekakve ozljede?**

Kao što sam rekao već, istovremeno sam trenirao plivanje i skijanje. Koljena su me dosta boljela u to vrijeme, sve češće. Kada sam otišao kod doktora i rekao mu da se bavim dvama sportovima, savjetovao me je da se odlučim za jedan. Ustvari mi je to puno olakšalo situaciju i pružilo mi više vremena za odmor. Imao sam svaki dan trening, bez slobodnog dana. I evo me, ostao sam u alpskom skijanju.

### **U kojim disciplinama nastupate?**

Slalom, veleslalom i evo, Luka je spominjao da bi lagano trebali početi trenirati i superveleslalom.



Slika 3. Alpski skijaš Lovro Dokić s oštećenjem gornjeg ekstremiteta.

Preuzeto s dozvolom s: <http://www.facebook.com/skoisljeme/>

## **RAZGOVOR S DAMIROM MIZDRAKOM**

### **Recite nam par riječi o sebi?**

Zovem se Damir Mizdrak, imam 25 godina. Iz Zagreba sam, trenutno ne studiram. Bavim se alpskim skijanjem za osobe za invaliditetom u kategoriji slijepih i slabovidnih, te sam ujedno i reprezentativac Hrvatske. B kandidat sam u kategorizaciji Paralimpijskog odbora. Radim povremeno kao maser i osobni trener u studiju „Linea alba“.

### **Kada ste se počeli baviti alpskim skijanjem?**

Prvi puta sam stao na skije u 1. razredu srednje škole u sklopu razvojnih kampova koje organizira Hrvatski paralimpijski odbor. To nije bilo ništa ozbiljno. Skijao bih tih 6 dana dok smo bili u kampu, i sljedeći put tek nagodine. To je bilo rekreativno skijanje u grupi, izgledalo je kao škola skijanja. Kada sam navršio otprilike 19 godina, odlučio sam da bih probao trenirati skijanje. Pošto je nas skijaša s invaliditetom malo, jedini klub koji aktivno radi je „Skijaški klub za osobe s invaliditetom Sljeme“, ali i on uglavnom djeluje više na rekreativnoj razini, osim nas par natjecatelja. Tako da sam ja zapravo odmah dospio u reprezentaciju.

### **Jeste li se bavili još nekim sportovima osim s alpskim skijanjem?**

Jesam, ali to je sve bilo klasično dječje bavljenje sportom, periodično. 2 mjeseca nogomet, pa 2 mjeseca rukomet. To nije bilo ništa ozbiljno. Alpsko skijanje je prvi sport kojim sam se ozbiljno počeo baviti, i u kojem sam se natjecao.

### **Najveći dosadašnji uspjesi u karijeri?**

Od značajnijih rezultata izdvojio bih 7. mjesto na svjetskom prvenstvu u Tarvisiju, ove godine, u Sočiju 2014. godine 11. mjesto na Paralimpijskim igrama. Ima još nekoliko medalja na Europa kupu, koje su ipak manje vrijedne od ova 2 prethodno nabrojena rezultata. Na njih gledam zasad kao najveće uspjehe u karijeri.

### **Koji vam je motiv za bavljenje alpskim skijanjem?**

Kao klinac sam volio nogomet, ali ga nisam mogao trenirati. S druge strane, skijanje je krenulo više iz neke zabave, išli smo kao društvo na te kampove. Tako je krenulo. Mogao sam trenirati, za razliku od nogometa. Skijanje je kao sport super. Ja nisam upoznao nekoga da je krenuo trenirati i onda rekao da mu je to glupo. Svi su ostali i svima je zakon jurnjava, i tako ostaneš u tome. To mi je motiv što uživam u tome.

### **Kako je riješeno pitanje financiranja treninga i natjecanja?**

Klub većinom radi rekreativno, ima nas samo 4 natjecatelja od ukupno 30 članova. Kada kreneš trenirati ozbiljnije, odmah te savez priključi reprezentaciji, i od toga trenutka Savez ili Paralimpijski odbor, nisam sad točno siguran, pokrivaju sve troškove. Grad Zagreb nam osigurava stazu za treninge na Sljemeni, dakle, kada smo u Hrvatskoj. Sve treninge i utrke izvan Hrvatske pokriva Savez odnosno Paralimpijski odbor.

### **Dobivate li stipendiju?**

Da, dobivam dvije stipendije. Jednu od Paralimpijskog odbora i jednu od Zagrebačkog športskog saveza za osobe s invaliditetom. Svaki od njih ima određeni pravilnik po kojem se sportaši rangiraju i, sukladno rangu, određuje se iznos stipendije. Određeni rang se dobiva na temelju rezultata.

### **Mislite li da su vaši uspjesi dovoljno cijenjeni od strane medija, od strane sportske zajednice, HPO-a?**

Pa ovako, uspoređujući npr. s nogometom, nikada neće biti isto. Neusporediva je popraćenost košarke i nogometa u Hrvatskoj. Niti jedan sport kojim se dominantno bave žene nije popularan kao nogomet, a kamoli onda paralimpijski. Tražiti nekakvu jednakost nije realno. S obzirom na sve to, dobro je da se išta piše o nama. Ako se pomirim s činjenicom da to nikada neće biti isto kao, evo, već spomenuti nogomet npr., onda moram reći da sam zadovoljan. Evo, pogotovo sada nakon prvenstva, stvarno je bilo u medijima, bili smo na televiziji, Eva pogotovo.

### **Koja ste kategorija?**

Ja sam u kategoriji slijepih i slabovidnih. 3 su kategorije unutar slijepih i slabovidnih gdje se natječemo. B1, koji su skroz slijepi, ili imaju eventualno neki ostatak vida, npr. kao da je potpuni mrak i na nebu se vidi jedna zvijezda. Natjecatelji u toj kategoriji imaju potpuno zamračene skijaške naočale. Kategorija B2 ima ostatak vida pa se mogu eventualno kretati pomoću štapa, mogu vidjeti svog vodiča ispred sebe s kojim skijaju. B3 kategorija vidi

nešto bolje od B2, ali opet je to ostatak vida, najviše do 10%. Ja sam B3 kategorija. Moja kategorija ima najmanji odbitak od realnog vremena, B2 nešto veći, a B3 kategorija ima dosta veći odbitak, mislim da čak imaju najveći odbitak od svih kategorija, uključujući i stojeće i sjedeće natjecatelje.

### **Koliko trenirate?**

Pa otprilike imamo 80 skijaških dana uključujući utrke. Osim skijaških treninga na snijegu, imamo i „suhe“ treninge. Tijekom skijaške sezone nemamo toliko često, ali inače između 4 do 6 puta tjedno.

### **Možete li opisati jedan skijaški dan?**

Buđenje je oko 6 ujutro, direktno obučeni idemo na doručak i žurimo na prvi vlak koji vozi na glečer. Na vlaku je gužva, jurnjava, a isto tako je i kada dođemo gore. Brzo oblačenje i izlazak na teren da bismo izborili mjesto za stazu i da je što prije *popikamo*, jer su treninzi dozvoljeni najčešće do 11, a ponekad i kraće. Svi nosimo kolce jer nas je malo, a i trenera je malo pa ne mogu sve bunteve sami nositi. Kada bi sami treneri nosili, postavljanje bi puno duže trajalo. Nakon treninga, ako je lijepo vrijeme, najčešće ostajemo skijati na *fraj*. Kada smo gotovi s treningom, slijedi ručak i spuštanje s glečera. U sobi smo najčešće oko 3 sata. Svi zajedno odradimo istežanje, a onda i kondicijski trening. Večera je oko 7, odmor i spavanje.

### **Možete li opisati kako izgleda komunikacija s vodičem?**

Meni je Luka Debeljak vodič i trener, ali je trener i Evi i Lovri. Kad je samo on s nama na terenu, jer je drugi Luka (Dobrinić) s Dinom ili negdje, onda je malo teže. U tim slučajevima kada skijamo na *fraj*, on se najčešće spusti nekoliko stotina metara niže, i mi onda skijamo jedan po jedan kako bi nas sve mogao pogledati. Inače na utrkama ili kada na treningu vozimo stazu, onda vozim iza njega. Komuniciramo putem *bluetooth* uređaja. Daje mi kraća uputstva ili, kad se svako toliko okrene pa vidi neku grešku kaže mi. Što se tiče utrka, ogled staze prije samog starta je jako bitan i tamo zapravo moram zapamtiti

cijelu stazu da nam bude lakše na utrci. Ponekad mi pobjegne pa mu moram reći da malo uspori ili ga ja sustižem pa on mora malo ubrzati.

### **Jeste li imali nekakve ozljede?**

Taman kada sam počeo trenirati ozbiljno ,2013. godine, sam ozlijedio koljeno. Puknuo mi je prednji križni ligament i lateralni meniskus parcijalno. 3 mjeseca nakon ozljede operirao sam koljeno. I sad, sljedeći tjedan, idem operirati stopalo. Imam fibroadenom, stvara se tkivo kako je stopalo stisnuto u pancericu. To moram ići kirurški odstraniti jer me počelo dosta smetati u pancericu. Ovo su ozljede zbog kojih sam morao ići pod nož. Naravno, ima tu još dosta padova pri kojima se natučemo, nagnječimo, ali to nije ništa.

### **U kojim disciplinama nastupate?**

Zasad vozim samo slalom i veleslalom, ali Luka je spominjao da bi za sljedeću sezonu mogli pripremati i brze discipline.



Slika 4. Alpski skijaš Damir Mizdrak s oštećenjem vida.

Preuzeto s dozvolom s: [http:// www.facebook.com/skoisljeme/](http://www.facebook.com/skoisljeme/)



## **RAZGOVOR S EVOM GOLUŽOM**

### **Recite nam par riječi o sebi?**

Ja sam Eva Goluža, imam 16 godina, idem u Opću gimnaziju Tituša Brezovačkog. 2. sam razred i odlična sam učenica. Bavim se alpskim skijanjem. Vodič mi je Ana Žigman. U slobodno vrijeme učim španjolski i francuski jezik.

### **Kada ste se počeli baviti alpskim skijanjem?**

Još kao mala smo tata i ja na televiziji gledali Ivicu i Janicu. U 5. razredu osnovne škole, 2012. godine, htjela sam ići na skijanje sa školom, ali to zbog mog invaliditeta nije bilo moguće. Tada me profesor tjelesne i zdravstvene kulture povezo sa Draganom Katunarom iz Hrvatskog paralimpijskog odbora i tako je sve počelo. Krenula sam na razvojne kampove, pred otprilike 5 godina. 2015. godine debitirala sam na Otvorenom nacionalnom prvenstvu Austrije i od tada redovito treniram.

### **Jeste li se bavili još nekim sportovima, osim s alpskim skijanjem?**

Nisam se bavila nijednim sportom osim alpskim skijanjem.

### **Najveći dosadašnji uspjesi u karijeri?**

7. mjesto u slalomu, 8.mjesto u veleslalomu na svjetskom prvenstvu u Tarvisiju ove godine. Ove sezone bila sam i ukupna pobjednica Europa kupa.

### **Daljnji ciljevi u karijeri?**

Pa evo već sljedeće godine su Paralimpijske igre u Južnoj Koreji i tamo bi voljela nastupiti. Nadam se svom prvom nastupu u Svjetskom kupu sljedeće sezone, ili one poslije.

### **Kako je riješeno pitanje financiranja treninga i natjecanja?**

Troškove treninga i natjecanja u potpunosti nam pokriva Hrvatski paralimpijski odbor.

### **Dobivate li stipendiju?**

Dobivam stipendiju od Hrvatskog paralimpijskog odbora za B kandidata. Dosad sam dobivala za C kandidata, ali od 1.3. se to promijenilo s obzirom na dobre rezultate u Europa kupu koje sam ostvarila ove sezone. Iz istog razloga ću početi dobivati i stipendiju od Zagrebačkog športskog saveza.

### **Mislite li da su vaši uspjesi dovoljno cijenjeni od strane medija, od strane sportske zajednice, HPO-a?**

Da, mislim da jesu. Ja sam zadovoljna. Pogotovo ove sezone nakon osvajanja Europa kupa.

### **Koja ste kategorija?**

Natječem se u kategoriji slijepih i slabovidnih skijaša, i to u B2 kategoriji.

### **Koliko trenirate?**

Na snijegu, uključujući utrke i ,treninge, ove godine sam imala oko 80-ak dana. Imam i kondicijske treninge otprilike 3 puta tjedno van sezone. Kada je skijaška sezona, imamo ih manje.

### **Možete li opisati jedan skijaški dan?**

Ustajemo se oko 6 sati, oblačimo se u skijašku robu, spremamo pancericice i svu potrebnu opremu. Nakon doručka odlazimo na 1. vlak koji vozi na vrh glečera oko 7:30. Kada dođemo na vrh, oblačimo pancericice, kacige te odlazimo na stazu. Za to vrijeme Luka i

Damir postavljaju stazu. Napravimo 2 runde zagrijavanja, idemo u ogled staze i onda krećemo voziti u stazi. Kada završimo s treningom, svi zajedno skidamo stazu i spremamo kolce. Ako je dobro vrijeme, onda ostanemo skijati još na „fraj“. U sobu dolazimo oko 3 sata. Slijedi istežanje, lagano trčanje i popodnevni odmor. Nakon odmora, učenje i večera. Za to vrijeme Luka uređuje skije pa ih mi ociklamo. Oko 10 sati spavanje.

### **Možete li opisati kako izgleda komunikacija s vodičem?**

Moj vodič je Ana Žigman. Skupa smo već 2 godine, ali po mom mišljenju komunikacija nam je proradila tek početkom ove sezone. To se i vidi po ovosezonskim rezultatima. To je normalno da treba proći neko vrijeme dok se ne uskladimo. Što se tiče uputa u stazi, Anine i moje su puno kraće od Lukinih i Damirovih. To su najosnovnije upute, npr. daje mi nekad ritam staze, upozori me na tehničke elemente koji slijede, poput luka ili vende, uglavnom kratke upute. Tako se što bolje mogu koncentrirati na samo skijanje. Osim toga, moram joj reći ako mi bježi, ili ako je prespora, da ubrzamo.

### **Kako usklađujete skijanje sa školom?**

Pa neki profesori izlaze u susret, a neki malo manje. Imam odgovaranje po ,dogovoru, ovisno o planu treninga koji pokažem profesorima. Neki rade probleme, neki ,ne, ali zasad uspijevam stizati.

### **Jeste li imali nekakve ozljede?**

Pa jesam, ali sva sreća, sve su bile lakše. Natučena glava, istegnuti kolateralni ligamenti na koljenu, i još par ,natučenja, ali kao što sam rekla, ništa ozbiljno.

### **U kojim disciplinama nastupate?**

Slalom i ,veleslalom, iako je Luka rekao da bismo počeli superveleslalom od sljedeće sezone. Kod nas se kombinacija vozi superveleslalom i ,slalom, tako da bi sljedeće sezone mogla nastupati u 2 nove discipline.



Slika 5. Alpska skijašica Eva Goluža s oštećenjem vida.  
Preuzeto s dozvolom s: [http:// www.facebook.com/skoisljeme/](http://www.facebook.com/skoisljeme/)

## **RAZGOVOR S REOM HRASKI**

### **Recite nam par riječi o sebi?**

Zovem se Rea Hraski i rođena sam 22.03.1992. u Zagrebu. Gluha sam od rođenja, vrhunska sportašica i studentica četvrte godine Kineziološkog fakulteta u Zagrebu.

### **Kada ste se počeli baviti alpskim skijanjem?**

Moj tata Željko je učitelj skijanja. Kaže da me je stavio na skije s četiri godine i da mi nije baš išlo. Kasnije, kada sam imala sedam godina, išla sam s tatom u Sappadu i tamo sam se zaljubila u skijanje. Skije, priroda, tišina planinskih vrhunaca, sloboda kretanja, to je bilo to. 2002. godine uključila sam se u natjecateljsko skijanje. Na prvim utrkama za gluhe nastupila sam 2005. godine.

### **Jeste li se bavili još nekim sportovima, osim s alpskim skijanjem?**

Jesam, najprije sam krenula na ritmičku gimnastiku, a onda tenis, ali i gimnastiku. Iako nikad nisam službeno trenirala, oduvijek se smucam po gimnastičkoj dvorani. Obožavam

premete, salta i skokove na trampolinu, mislim da mi je to puno puta pomoglo da sretno i spretno prođem kroz brojne padove koji su neminovni dio skijaškog sporta.

### **Najveći dosadašnji uspjesi u karijeri?**

- 1 olimpijska brončana medalja - Salt Lake City, Utah 2007. godine
- 4 brončane medalje s Europskog prvenstva – Seefeld, Austrija 2008. godine
- Prvi veliki kristalni globus u Europskom/Svjetskom kupu u skijanju za gluhe, 2010. godine
- Drugi veliki kristalni globus u Europskom/Svjetskom kupu u skijanju za gluhe, 2011. godine
- 5 srebrnih i 5 zlatnih juniorskih medalja sa Europskog prvenstva – Davos, Švicarska 2012. godine
- Treći veliki kristalni globus u Europskom/Svjetskom kupu u skijanju za gluhe, 2012. godine
- 5 srebrnih i 5 zlatnih juniorskih medalja sa Svjetskog prvenstva – Nesselwang, Njemačka 2013. godine
- Četvrti veliki kristalni globus u Europskom/Svjetskom kupu u skijanju za gluhe, 2013. godine
- Peti veliki kristalni globus u Europskom/Svjetskom kupu u skijanju za gluhe, 2014. godine
- 1 brončana medalja sa Svjetskog prvenstva – Innerkrems, Austrija 2017. godine
- Ukupno 80 postolja na velikim seniorskim natjecanjima (OI, SP, EP, WC)

### **Koji vam je motiv za bavljenje alpskim skijanjem?**

Najvažnije je uživati u sportu. Ako ne uživamo u tome što radimo, ne možemo ništa postići, to je poznato. Alpsko skijanje zna bit naporan i opasan sport, ali onaj osjećaj kada daješ sve od sebe i rezultati su odlični, nemjerljiv je. Vrlo sam ponosna na sebe što sam sve postigla i što sam, uspjela, jer sam mislila da ne mogu zbog gluhoće.

### **Daljnji ciljevi u karijeri?**

Želim osvojiti još jednu ili više olimpijskih medalja jer sam, nažalost, propustila Olimpijske igre gluhih 2015. godine, koje su se održale u Khanty Mansiysku u Rusiji, zbog teške ozljede koljena.

### **Kako je riješeno pitanje financiranja treninga i natjecanja?**

Hrvatski sportski savez gluhih sve financira: skijašku opremu, prijevoz, smještaj, kombi. Ponekad imamo problema kada savez nema novaca, onda tata i ja snosimo sve troškove, pa nam savez vraća novce. Ipak, bez njih se ne bih mogla baviti skijanjem.

### **Jeste li dobili priznanja za vaše uspjehe? Dobivate li stipendiju?**

Jesam, dobila sam niz priznanja Zagrebačkog sportskog saveza i Grada Zagreba, a 2013. godine, odlukom Predsjednika republike Hrvatske odlikovana sam Redom hrvatskog pletera. Stipendiju sam na početku dobivala od Hrvatskog sportskog saveza gluhih, sve do 2014. godine. Tada se smanjila, i to 3 puta zbog financijskih problema Saveza. To me je dosta razočaralo, nakon svog napornog rada i truda. Mislim da to nije pošteno. Ove godine primam stipendiju od Grada Zagreba.

### **Mislite li da su vaši uspjesi dovoljno cijenjeni od strane medija, od strane sportske zajednice, Hrvatskog sportskog saveza gluhih?**

Ne znam, dobila sam lijepih čestitaka. Rijetko sam na televiziji, samo u novostima kada osvojim koju medalju. Tako da nisam popularna poput naših vrhunskih poznatih sportaša: Sandre Perković, Blanke Vlašić, Luke Modrića.

### **Koja ste kategorija?**

Po pravilu, na Europskom i Svjetskom prvenstvu, Olimpijskim igrama te Europa Cupu/World Cupu može se natjecati osoba koja na zdravije uho ne čuje više od 55

decibela. Moja gluhoća je potpuna -100% (otprilike 120 decibela). Na natjecanju ne smije nastupiti sportaš koji čuje slabije, ali čuje više od dozvoljene granice. Nažalost, postoje problemi oko toga. Nedavno na Svjetskom prvenstvu za gluhe u Innerkremsu, prošlog mjeseca ove godine, pojavila se jedna ruskinja, koja uopće nije nastupila s nama na trkama za gluhe, i tamo joj je bio prvi nastup na prvenstvu za gluhe ove godine. Iako svi znamo da se natječe u Svjetskom i Europskom kupu, te da je bila na Svjetskom prvenstvu u St.Moritzu ove godine, i na Olimpijskim igrama u Sočiju. Osvojila je 5 medalja (3 zlatne i 2 srebrne) u svim disciplinama na Svjetskom prvenstvu za gluhe. Nije nam bilo ugodno gledati je kako može normalno govoriti kao čujuća, bez problema (čist glas, točna gramatika), može telefonirati, slušati muziku. Bila je na testiranju i potvrdili su da ima točno 55 db. Iskreno, nije jedina koja je između čujuće i nagluhe. Ima još nekoliko skijašica koje su nagluhe više od 55db (60, 65db). Isti problem događa se i u ostalim sportovima, kao npr. tenis, hokej, rukomet, košarka. Održati će se veliki sastanak o tome ove godine. Pričati će se o tome trebaju li se formirati kategorije, npr. 1. kategorija- naglušnost (od 55 do 80db), 2. kategorija- Gluhoća (od 80 120 db npr.). Nadam se da će nešto poduzeti po tom pitanju. Kada netko dobro vidi i natječe se sa slijepima, tko bi bio brži? Naravno, onaj koji dobro vidi. Tako je to kod nas, nadam se da razumijete.

### **Koliko trenirate?**

Oko 200 dana na snijegu te oko 350 suhих treninga godišnje. Iskreno, u zadnje tri godine puno manje treniram zbog obaveza na fakulteta, ispita, ali i odmora.

### **Je li vam ponekad fizički naporno trenirati pošto ste vi i vaš otac sami u ekipi?**

Da, jako. Tata je teško u zadnje vrijeme, puno vozi, radi skije, rano se ustaje, nosi više od 2 para skija. Teško je, pogotovo kada se vraćamo u Zagreb, odmah drugi dan radi na faksu, sigurno mu je to naporno. Iznenaduje me što stigne sve raditi. Tata mi nije samo trener, već je vozač, nosač, serviser, pomagač itd.

### **Pomažete li nekad s postavljanjem i skupljanjem staze? Pomažete li ocu u skijarni?**

Da, pomažem kada smo sami tj. kada nema nikoga, onda mi sami postavljamo stazu. U skijarni pomažem koliko mogu, ciklati skije i tako. Ne znam kako brusiti i namazati skije

kada to sve tata radi inače. Potrebno je puno vremena provesti uređujući kako bi se usavršili. To je bitna stavka u alpskom skijanju.

### **Bi li vam bilo lakše da imate još jednog čovjeka u ekipi?**

Da, bilo bi puno lakše. problem je financirati tog čovjeka jer Savez nema dovoljno novaca za to. Uskoro imamo sastanak s ljudima iz Saveza za sljedeću sezonu, pa ćemo vidjeti je li moguće. Ukoliko nije, onda ne znam može li tata sve nastaviti sam raditi.

### **Na kojim sve natjecanjima nastupate svake godine?**

FIS trke i deaf Europa Cup/World Cup. Na Europa kupu i Svjetskom kupu (za standardnu populaciju), ne mogu nastupiti jer su to najjače trke, treba prvo uzeti dobre *fis* točke (najbolje bodove), pa tek onda se može nastupiti na Europa kupu, i tek onda na Svjetskom kupu. To je vrlo dug put, treba puno trenirati i nastupati negdje na *fis* utrkama do 50 puta čak. Može se i preko ljeta, npr. na Novom Zelandu. Ja sam nastupila na *fis* utrkama ove godine samo 17 puta i to od prosinca. Tata i ja smo radili na tehnicu pa sam morala samo trenirati. Malo sam nastupala na FIS utrkama jer se pripremam za Svjetsko prvenstvo za gluhe.

### **Je li vam nekad bilo teško i jeste li imali neugodne situacije na natjecanjima na kojima nastupate sa standardnom populacijom?**

Nije lako biti gluha i trenirati sa čujućima jer njima nije baš drago trenirati s osobom koja ne čuje ništa. Dosta neugodnih situacija sam proživjela. Bilo je ruganja, svađanje, ponižavanje. Stvarno mi nije bilo lako, sva sreća da je tata bio uz mene. Neću zaboraviti kada tata nije mogao sa mnom na trening ili utrke zbog posla, pa sam morala otići sa *ski* klubom. Nisam uopće uživala, svaki dan sam bila sama i plakala zbog svega što sam morala trpjeti i slušati grozne riječi. Pratila sam svoje srce. Željela sam uživati u skijanju, to me uvijek oraspoloži. Sada je bolje kad sam s tatom stalno, a na *fis* trkama me već svi poznaju i pozdravljaju, više nema ruganja, svađanja, ponižavanja.



### **Kako uspijevate koordinirati fakultetske obaveze i treninge?**

Kada sam u Zagrebu, idem na predavanja i seminare. Uvijek provjerim i pitam profesora koliko smijem izostati, mogu li nadoknaditi, i takve stvari. Meni je važno što profesori imaju razumijevanja i pomažu što god mi treba. Ipak zna biti problema. Na jednom ispitu sam imala problema jer nisam izašla na kolokvij. Nije me bilo kada se to ,održalo, tako da sam morala pisati teži test. A još veći problem što je test bio na ,zaokruživanje, gdje je bilo ponuđeno nekoliko sličnih odgovora, a ja imam problem sa razumijevanjem. Kada skijaška sezona završi ostavljam se skijanja i treninga kako bi stizala učiti i polagati ispite.

### **Jeste li imali nekakve ozljede?**

Jesam, ozljedu koljena – kolateralni ligament i meniskus. Oporavak je trajao oko 3 mjeseca, nakon 116 dana vratila sam se na skije. Nije to bilo strašno, ali mene je jako pogodilo jer sam morala propustiti Olimpijske igre gluhih, tako da se dogodilo baš u krivo vrijeme. Još uvijek mi je žao.



Slika 6. Alpska skijašica Rea Hraski s oštećenjem sluha.

Preuzeto s dozvolom iz privatnog albuma Ree Hraski.

## 6. RASPRAVA I ZAKLJUČAK

Cilj ovoga diplomskog rada bio je prikazati status hrvatskih alpskih skijaša s invaliditetom i probleme s kojima se susreću tijekom svojih sportskih karijera. Razgovor je bio slobodnog tipa, ali su pitanja postavljena sportašima bila iste tematike kako bi se odgovori mogli usporediti, te tako prikazati određene sličnosti u problematici s kojom se susreću alpski skijaši s različitim invaliditetima. Pretpostavka je bila da natjecatelji s invaliditetom imaju lošiji status od natjecatelja standardne populacije istoga ranga. To se ogleda u medijskoj popraćenosti njihovih uspjeha, uvjeta za treninge, te financijske pomoći u obliku stipendija. Realnost je da će sportaš s invaliditetom istoga ranga kao sportaš standardne populacije imati nešto manja sredstva na raspolaganju s obzirom na financijsku situaciju općenito u hrvatskom sportu. Sportaši standardne populacije imaju veću konkurenciju na svojim natjecanjima i nešto teže je ostvariti zapaženi rezultat. Puno je manje sponzora i gledanost natjecanja sportaša s invaliditetom je manja. No, isto tako, sportaši s invaliditetom nikako ne bi smjeli biti zakinuti za neke od uvjeta koji su potrebni da ostvaruju vrhunske rezultate, dapače, uvjeti trebali bi biti ujednačeniji. Sportaš s invaliditetom istoga ranga kao sportaš standardne populacije trebao bi imati jednaka prava. Sport osoba s invaliditetom se razvija, konkurencija, i popularnost je sve veća, broj sponzora, i fizički zahtjevi su u porastu. Kroz razgovore (*intervjue*) s alpskim skijašima s invaliditetom ta konstatacija se i potvrdila. Iskusniji sportaši potvrdili su da su se tijekom svojih karijera, pogotovo u počecima borili s neadekvatnim uvjetima. Posebno mislim na Anu Sršen koja je prva od osoba s kojima je vođen razgovor započela sportsku karijeru. U počecima njezine karijere uvjeti su bili daleko lošiji nego sad. Tada je i društvena svijest o sportu osoba s invaliditetom bila daleko manje razvijena. Ana Sršen je uvelike doprinijela razvitku svijesti o sportu osoba s invaliditetom, i što je još i važnije utjecala je na kategorizaciju, i približavanje prava sportaša s invaliditetom i sportaša standardne populacije. Kao što se spominje u razgovoru morala je sama pokrivati troškove plivačke staze ili pronaći sponzora koji će pokrivati troškove. U to vrijeme, na početku karijere, Ana navodi kako nije dobivala stipendiju redovito. Ovisno o odlukama saveza malo je bila u programu stipendista, malo nije. Rea Hraski se u svojoj karijeri poglavito na početku nalazila u određenim teškim situacijama. Trpila je uvrede, izrugivanja, osjećala se izolirano kada je trenirala sa sportašima standardne populacije. To upravo govori o niskoj razini

društvene svijesti prema osobama s invaliditetom, nerazumijevanju istih. Također, Rea u razgovoru navodi kako je potrebna dodatna kategorizacija u alpskom skijanju za osobe s oštećenjem sluha. Natjecatelji koji su na granici gluhoće u velikoj su prednosti nad natjecateljima koji su potpuno gluhi. S problemima kod kategorizacije susreo se je i Dino Sokolović u vrijeme dok se bavio plivanjem. Umjesto trošenja energije na treninge i natjecanje, često su svoju energiju trošili na borbu za osnovne uvjete kako bi se uopće mogli baviti sportom. Problemi su još uvijek prisutni što se, između ostalog, očituje u nedostatku trenera. Alpsko skijanje je specifičan sport gdje je za svaki trening potrebno fizički prenijeti na teren puno opreme. Treneri ovih natjecatelja uglavnom se suočavaju s takvim problemima gdje teško sami prenose potrebnu opremu, te onda sami alpski skijaši moraju pomoći i zapravo potrošiti dio energije koja je potrebna za trening. Tu bi svakako dobro došla pomoć da se osigura dodatni stručni kadar. S time se slažu svi sportaši s kojima je vođen razgovor u ovom diplomskom radu. Iz razgovora s mlađim sportašima vidi se da su oni zadovoljni s uvjetima, financijskom pomoći i medijskim prostorom koji dobivaju. Za razliku od Ane Sršen i početku njezine karijere, oni dobivaju redovno stipendiju. Njihovi uspjesi su popraćeni u medijima, kako oni kažu barem ih se spominje. Uglavnom su pokriveni troškovi odlazaka na treninge i natjecanja. Status sportaša s invaliditetom u Hrvatskoj se značajno popravio, ali još uvijek nije na razini na kojoj bi trebao biti. Borba za status sportaša s invaliditetom traje i trajati će još dugo, ali važno je ustrajati kako bi svi sportaši ispunili svoje pune potencijale. Rezultati koje su postigli intervjuirani natjecatelji su zavidni, ali vjerujem da bi bili na još višoj razini da su imali adekvatne uvjete. Za kraj, valja primijetiti da se odgovor na jedno pitanje poklapa kod svih sportaša. To pitanje je pitanje motiva za bavljenje skijanjem. Bez obzira na sve probleme s kojima se susreću i s kojima su se susretali ipak je prevladala ljubav prema alpskom skijanju!

## 7. LITERATURA

1. Bratanić, M. (1993). Mikropedagogija. Zagreb: Školska knjiga.
2. Cigrovski, V., Matković, B. (2015). Carving skijaška tehnika. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
3. Cigrovski, V., Malec, L., Matković, B. (2014). Skijaško trčanje sportaša s invaliditetom. U: Zbornik radova 23. ljetna škola kineziologa Hrvatske. (Ur. V. Findak), Poreč, 24-28.06.2014. str. 272-278. Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez.
4. Ciliga, D., Petrinović, L. Skripta za izborni predmet: Sport osoba s invaliditetom, interni materijal.
5. Kovačić, R. (2014). Hrvatski paraolimpijski odbor. U: Zbornik radova 23. ljetna škola kineziologa Hrvatske. (Ur. V. Findak), Poreč, 24-28.06.2014. str. 4-14. Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez.
6. Milas, G. (2005). Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima. Jastrebarsko: Naklada Slap.
7. Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering.
8. Petrinović, L. (2014). Sport osoba s invaliditetom. U: Zbornik radova 23. ljetna škola kineziologa Hrvatske. (Ur. V. Findak), Poreč, 24-28.06.2014. str. 47-56. Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez.
9. Plenković, M. (1993). Komunikologija masovnih medija. Zagreb: Barbat.

### ELEKTRONIČKI IZVORI:

1. Paralympic. (2017). Classification - Fair and equal competition. /on line/. S mreže skinuto 05. ožujka 2017. s: <http://www.paralympic.org/classification>
2. Hrvatski sportski savez gluhih. (2017). O nama. /on line/. S mreže skinuto 10. travnja 2017. s: <http://hssg.hr/index.php/o-nama>
3. Paralympic. (2017). Alpine skiing. /on line/. S mreže skinuto 07. travnja 2017. s: <https://www.paralympic.org/alpine-skiing>
4. Deaflympic. (2017). ICSD. /on line/. S mreže skinuto 07. travnja 2017. s: <https://www.deaflympics.com/icsd.asp>

## POPIS SLIKA:

1. Slika 1. Plivačica Ana Sršen s oštećenjem donjih ekstremiteta. /on line/. S mreže skinuto 14. travnja 2017. s: <http://www.natator.hr/ana-srsen-plivacica/>
2. Slika 2. Alpski skijaš Dino Sokolović s oštećenjem donjih ekstremiteta. Preuzeto s dozvolom iz privatnog albuma Dine Sokolovića.
3. Slika 3. Alpski skijaš Lovro Dokić s oštećenjem gornjeg ekstremiteta. /on line/. S mreže skinuto 14. travnja 2017. s: <http://www.facebook.com/skoisljeme/>
4. Slika 4. Alpski skijaš Damir Mizdrak s oštećenjem vida. /on line/. S mreže skinuto 14. travnja 2017. s: <http://www.facebook.com/skoisljeme/>
5. Slika 5. Alpska skijašica Eva Goluža s oštećenjem vida. /on line/. S mreže skinuto 14. travnja 2017. s: <http://www.facebook.com/skoisljeme/>
6. Slika 6. Alpska skijašica Rea Hraski s oštećenjem sluha. Preuzeto s dozvolom iz privatnog albuma Ree Hraski.