

ARSLAN: KO MI JE NAJTEŽJE, RAZMIŠLJAM O ZMAGI

Ahmed Arslan. Turek, ki ga slovenski ljubitelji gorskega teka dobro poznajo. Petkratni evropski prvak je letos končno prejel tudi medaljo na svetovnem prvenstvu, ki je sam niti ni načrtoval. Velika želja je bila povsem nekaj drugega, uspeti novembra na prihajajoči 'najbogatejši' tekmi v gorskem teku v Nigeriji. Vsi letošnji odlični rezultati so zanj kot torta, sedaj čaka le še na češnjo.

Pogovor z njim smo začeli s tekom na Grintovec, kjer je 25-letni Turek začel tlakovati svojo letošnjo pot k skupni zmagi v seštevku grand prixa. Dosežku, ki mu je sicer uspel že v letu 2010. Arslan nam je razkril njegove prihodnje cilje, vzornike, dotaknil se je tudi priprav v Etiopiji, kjer je srečal tudi svetovno znana Haileja Gebrselassieja in Keneniso Bekeleja.

Ste pričakovali tako prepričljivo zmago na 13. Teku na Grintovec? Drugouvrščenega Švicarja Roberta Schneiderja ste prehiteli za več kot minuto in pol, tretjega Čeha Roberta Krupičko pa več kot tri minute.

Pričakoval sem zmago, a tako prepričljive zagotovo ne. Že na začetku sem pobegnil svojim zasledovalcem in v nadaljevanju pazil, da se mi niso približali. Cilj je bil nato ohranjati prednost pred konkurenco. Nisem tekel na vso moč, ker me je že naslednji teden čakala nova tekma za Grand Prix in sem želel prihraniti nekaj moči.

Zaradi vremenskih nevšečnosti - na vrhu Grintovca je bil sneg in temperature so bile pod lediščem - niste tekli do vrha in tako tudi možnosti za izboljšanje rekorda Avstralca Jonathana Wyatta niste imeli. Menite, da vam bi uspelo izboljšati njegov rekord 1:15:43 iz leta 2006?

Zaradi vremena to res ni bilo mogoče. Mislim, da bi s svojim časom, ki sem ga dosegel na cilju Kokrškega sedla (42:50), resno ogrozil tudi rekord Wyatta na vrhu. Za zadnje tri kilometre mi je ostalo še pol ure časa, tako da bi rekord skoraj zagotovo padel.

Se boste torej naslednje leto vrnili in poskušali izboljšati tudi ta rekord?

Seveda, moj cilj na skoraj vsaki tekmi je izboljšati rekord proge. Na takšni tekmi kot je Tek na Grintovec še posebej. Tako zaradi zahtevnosti proge kot Wyatta, ki je velik tekač in izboljšati njegov čas je poseben dosežek.

V Sloveniji ste znova nastopili oktobra, ko ste zmagali na 32. teku na Šmarno goro. Podrli ste svoj lanski rekord in tako zelo uspešno zaključili nastope za veliko nagrado v sklopu Svetovne zveze za gorske teke (WMRA).

Na Šmarno goro sem tekel odlično in svoj nastop kronal še z novim rekordom proge. Lahko sem zelo zadovoljen, čeprav sem zmago kar nekoliko pričakoval. Poleg tega sem ubranil tudi zmago v skupnem seštevku velike nagrade, na kar sem lahko ponosen. V enem dnevu so mi uspele tri velike stvari, ki so zaznamovale letošnjo sezono. Z novim rekordom proge sem tudi sebi dokazal, da lahko še napredujem, da sem še boljši kot leto poprej, kar mi pomeni veliko.

Zdi se, da vas vreme ne moti. Na Grintovcu je tekače motil mraz in dež, na Šmarni gori je bilo lepo toplo in sončno, vi pa ste obakrat prikazali superiorni predstavi?

Vremenske razmere na takratni tekmi na Grintovec me niso motile, čeprav imam veliko rajši nekoliko višje temperature. Sem le iz Turčije, kjer je nekoliko topleje, kot zna biti v Sloveniji.

Slovenijo ste obiskali že nekajkrat. Kakšna se vam zdi?

Lepa. Tu mi je všeč in rad pridem sem. Imate lepe terene za treninge, tekme, ki jih organizirate, so na visokem nivoju, zato vse pohvale. Še posebno Tomu Šarfu, ki je pravi prijatelj in vedno pravi gostitelj ter mi omogoči bivanje pri vas.

Po Grintovcu je sledil 3. Mayrhofen Harakiri, kjer ste osvojili drugo mesto in nato svetovno prvenstvo. Ko smo se pogovarjali pred prvenstvom v Tirani ste bili v napovedih skromnejši, na koncu pa kljub dobrim dosežkom na tekmah pred nastopom v Albaniji vendarle pristal na visokem drugem mestu. Ste presenetili tudi sebe?

Res je, pred prvenstvom sem si sicer želel medalje, a nekako ciljaj na mesta med petim in desetim. Želel sem biti realen, saj nikoli ne veš, kakšna bo konkurenca. Kaj bodo prikazali Afričani. Potem pa sem med samim nastopom na prvenstvu ugotovil, da je to moj dan, da se lahko zavihtim med najboljše in tudi začel razmišljati o odličju. Odtekel sem zelo dobro in veselje ob prvi medalji na svetovnem prvenstvu je seveda logično.

Vemo, da se veliko gorskih tekačev preizkusi tudi v maratonu. Ne nazadnje je Wyatt nastopil celo na maratonu na olimpijskih igrah v Atenah, naš najboljši gorski tekač Mitja Kosovelj lovi normo za olimpijske igre v Londonu. Kaj pa vi? Je vaš cilj tudi nastop na maratonu?

Trenutno je v ospredju le gorski tek. Morda se bom v maratonu preizkusil naslednje leto ali pa v prihodnosti, a zaenkrat o njem ne razmišljam. Tudi program treninga je prilagojen le nastopom v gorskih tekih. Želja je in tudi upam, da bi odtekel 42-kilometrsko razdaljo v dobrem času, a lepo počasi. Nikamor se mi ne mudi.

Kaj je vaš največji cilj, ki ga želite doseči v športu?

Po petih naslovih evropskega prvaka in srebrni medalji na svetovnem prvenstvu je to zagotovo še naslov najboljšega na svetu. In ne le enkrat. Želja je postati serijski zmagovalec, tako kot mi je to uspelo na prvenstvih stare celine.

Kako je z vzorniki? Jih imate?

Da. Prvi je zagotovo etiopski tekač Haile Gebrselassie. Atlet z izjemnimi dosežki in bogastvom, ki pa ga ni spremenilo. Nikoli ni zaspal na svojih lovorikah in je vedno želel narediti še korak naprej. Nič ga ni ustavilo in zagotovo je on človek, ki se ga velja posnemati. Izjemno uspešen, a hkrati preprost.

Všeč mi je tudi voznik formule 1 Nемеc Sebastian Vettel, ki vozi za znamko Red Bull, tudi mojim sponzorjem od letošnjega leta dalje. Mislim, da je on najboljši voznik po njegovem rojaku Michaelu Schumacherju. Dopade se mi, ker se mu vidi ta želja po zmagi, tekmovalnosti.

Kaj pa Jonathan Wyatt? Ko je govora o gorskem teku, njegovih dosežkov človek ne more spregledati.

Seveda je tudi on eden tistih, po katerem se zgledujem. In mislim, da ne le jaz, vsi gorski tekači, saj vemo, kaj on v tem športu pomeni. Je večkratni svetovni prvak, ki je nastopil tudi na olimpijskih igrah, na največjih tekmovanjih je tekel vse od 5000 metrov pa tja do maratona in gorskega teka, kar je osupljivo. Izjemen človek.

O čem razmišljate, ko ste sredi proge in zelo utrujeni?

O cilju, zmagovalnem podiju, zmagi. Ko je telo utrujeno in sem na koncu z močmi, razmišljam o zmagi. Predaje ni, potrebno je pritiskati in pritiskati, se spodbujati in razmišljati o najvišjih ciljih. Vsak športnik razmišlja o zmagi in ko ti je najtežje ne smeš razmišljati o porazu, negativnih stvareh, ampak zmagi. Le to te pelje naprej.

Koliko kilometrov pretečete na teden?

Povsem odvisno. V pripravljalnem, ko se nabira baza med 160 in 180 na teden, v tekmovalnem obdobju, ko pridejo na vrsto specialni treningi in piljenje forme pa med 120 in 140.

Zimski del priprav opravite v Etiopiji. Kako to?

Tam so pogoji za delo odlični. Trenira se trdo, brez popuščanja. Najprej mi je bilo čudno, ker se trenira tako zgodaj, tudi ob šestih, a se navadiš. Tu so prave skupine tekačev, kjer gre velikokrat že na treningu 'na polno' in to mi je všeč. Poleg tega ne gre mimo edinstvenih izkušenj, ko na trening prideta takšni tekaški legendi kot sta Haile Gebrselassie in Kenenisa Bekele. Kdo se ob njiju dveh ne bi želel dokazati?

Veliko gorskih tekačev se je preizkusilo tudi na različnih ekstremnih prireditvah, kot so na primer teki na najvišje nebotičnike sveta. Na takšnih tekmovanjih še niste nastopili?

Lani sem bil povabljen v ZDA na tekmo v New York, kjer vsakoletno tečejo na Empire State Building. Zaradi vnaprej pripravljenega koledarja tekmovanj se na povabilo nisem mogel odzvati, a v prihodnje bi se ga rad. Privlačijo me ekstremne stvari in mislim, da bi se tudi v tem zelo dobro odrezal. Rad imam tek navkreber, ne glede na teren in tudi hiter sem dovolj, da bi lahko konkuriral najboljšim, ki se na Empire State Building povzpnejo v desetih minutah. Mislim, da bi bil uspešen.

Zmagali pa ste na septembrski ekstremni preizkušnji, ki jo je pripravil tudi vaš sponzor Red Bull. Preko 230 športnikov se je podalo nenavadno tekmo na letalnici v Kulmu, ki jo pozimi zasedejo smučarji skakalci. Vi ste se podali ravno v obratno smer, od doskočišča do vrha, v skupni dolžini 400 metrov.

Bilo je noro. In zelo težko, o čemer priča tudi končni čas preko petih minut. Nekje je tako strmo, da niti teči ne moreš, še posebno zadnji del po zaletišču, ko je potrebno dobesedno plezati proti vrhu. A bila je to zanimiva preizkušnja. Obstaja tudi možnost, da bi bilo v prihodnje več takšnih tekem, kar bi bilo po mojem mnenju zelo dobro.

Sezono boste zaključili z morda najodmevnejšo gorsko-tekaško tekmo, Obudu Ranch v Nigeriji. Na tekmi, ki bo letos na sporedu sedmič, zmagovalec prejme 50,000 ameriških dolarjev, skupni nagradni sklad pa znaša preko 250,000 ameriških dolarjev. Že poleti ste dejali, da je vaš glavni cilj prav ta tekma, biti najboljši prav 28. novembra, ko bo šlo zares.

Za menoj je odlična sezona in pika na i bi bil dober nastop tudi v Nigeriji. A konkurenca bo močna, saj se za bogate nagrade poteguje veliko odličnih kenijskih in etiopskih tekačev. Želim se zavihteti med najboljše tri, a bomo videli. Upam, da bo to moj dan. Sicer ne gre za tipični gorski tek, a letos sem bil zelo uspešen in zakaj ne bi bil tudi tokrat.

Domen Jarc