

LANA LEDERER NADALJUJE DRUŽINSKO TRADICIJO

Gimnastika je boljša kot plezanje



FOTO: GZS

Lana Lederer se je z gimnastiko prvič spoznala pri petih letih, zdaj pri 11 letih pa uspešno vodi drugo generacijo telovadcev družine Hodžič-Lederer. Z gimnastiko se ukvarja tudi njen mlajši brat Ilan, s katerim smo se pogovarjali pred časom, starša Dunja in Enis pa sta nekdanja telovadca in zdaj priznana mednarodna gimnastična sodnika.

Lana se je na začetku preizkusila tudi v drugih športih, med drugim v plezanju, vendar sama navdušena pravi: »**Ampak gimnastika je boljša!**«

Všeč so ji vsa orodja, jo pa trenutno navdušuje drog, kjer uživa v salti, prvini, ki jo je pravkar osvojila. Ko jo vprašamo, kaj ji ni všeč, kot iz topa ustrelji, da je to trening za moč. Lana je članica Gimnastičnega društva Zelena jama, kjer trenira pod budnim očesom trenerke Nataše Retelj. Deklice v skupini, v kateri trenira, so različnih starosti, vendar pa vse kažejo večjo predanost ter željo po dodatnem znanju in osvajanju prvin.

Njena najljubša tekma je mednarodno tekmovanje v Novem Sadu, na njem pa je tekmovala že dvakrat. Na vprašanje, zakaj se ji je prav ta tekma tako vtisnila v spomin, je odgovorila, da je tam vse super, od družbe in hrane v hotelu do dvonadstropnega avtobusa, ki jih pelje na treninge in tekme. Lana je tudi slovenska reprezentantka v mlajših kategorijah. Med vzornice na prvo mesto postavlja Simone Biles, trenutno prvo ime svetovne ženske gimnastike.

Lana rada gleda tako svoje posnetke kot posnetke drugih članov družine. Vsako leto gredo s klubom na priprave za sedem dni, kar ji je zelo všeč. Tako kot brat Ilan, ki prav tako trenira gimnastiko, običajno predčasno končajo počitnice, da lahko začnejo trenirati za novo sezono. Med prvine, ki si jih želi osvojiti, na prvo mesto postavlja dvojno stegneno salto z bradlje zaradi njene elegancije in zahtevnosti. Seveda pa si želi osvojiti vse.

V šoli ji je zelo všeč tehnika, obenem pa doma zelo rada ustvarja in riše. Rada sestavlja tudi lego kocke, kjer lahko dosledno slediš navodilom in nato na koncu vidiš svoj izdelek. Všeč so ji vse barve, a na prvo mesto postavlja zeleno. To niti ni presenetljivo, saj je slogan njenega društva Dame iz Zelene jame.

Telovadnica tudi doma

Njeni treningi so šestkrat na teden in nanje prihaja z veseljem. Treningi so tudi naporni, kot seveda morajo biti, vendar jih opravlja z veseljem. Zaradi



Lana s trenerko Natašo Retelj

narave gimnastike se je na treningu mogoče tudi zelo zabavati, še posebej na veliki prožni ponjavi. Na vseh festivalih je to oblika zabave tako za mlade kot za starejše. Medtem ko je v telovadnici to posebna panoga, obenem predstavlja zabaven in varen način preizkušanja določenih prvin.

Vprašanje, zakaj se je odločila za športno, in ne ritmično gimnastiko, je bilo zanjo lah-

ko. »**Za ritmično gimnastiko nisem dovolj gibčna,**« pravi, športna gimnastika pa ji je tudi veliko bolj všeč. Mama Dunja priznava, da je za starša precej naporno, ker ta šport trenirata kar dva otroka, saj sta, dokler sta Lana in Ilan še mlajša, tudi njuna taksi služba.

Gimnastiko predlaga vsem, saj je izjemno zanimiv in raznolik šport, ki ti lahko ponudi in te nauči zelo veliko stvari. Lana

pogosto nastopa z gimnastičnim znanjem, kar pomeni, da je hitro pohvaljena, to pa seveda godi vsakomur. V prihodnjem letu si želi predvsem, da bi se naučila nekaj novih prvin in obenem z novim znanjem osvojila kakšno novo odličje. Zelo ji je všeč, da je v času karantene lahko telovadila doma, kjer sta oba z Ilanom lahko trenirala. V najvišjem nadstropju imajo namreč urejeno manjšo telo-

vadnico, ki jim je v času, ko so bile telovadnice zaprte, prišla zelo prav.

Starša nista vplivala

Mama Dunja pravi, da Lana pri izvajanju elementov v vaje vložila več sebe, tako na treningu kot na tekmah, in da je elegantnejša pri svojih gibih. Dodala je še, da z možem nista vplivala na odločitve, za kateri šport naj se otroka odločita, vseeno pa verjameta, da sta se odločila dobro; ukvarjata se namreč z enim izmed bazičnih športov, ki predstavljajo izjemno osnovo za naprej. Delila je tudi zgodbo o tekmovanju, ko so v Zagrebu organizirali festival različnih športov, kamor so bili vabljeni tudi telovadci v starosti okoli 10 let. Ker so bili ti veliko boljši od drugih športnikov in so sodelovali tudi v vseh drugih športih, so imeli organizatorji prihodnje leto velike težave pri ponovni organizaciji dogodka.

Lana je na koncu dodala še misel, da si želi, da bi se vsi lahko preizkusili v tem športu in imeli tako lepo izkušnjo, kot jo ima sama že vrsto let. (šh)



GIMSLO



PLAVALNA ZVEZA SLOVENIJE



baza za uspeh

Gimnastična zveza Slovenije in Plavalna zveza Slovenije skupaj z atletskimi, gimnastičnimi in plavalnimi klubi začinjata z izvajanjem projekta »Baza za uspeh«, namenjeno vsem, ki želijo celovit fizični razvoj otroka.

Več informacij o projektu najdete na spletnih straneh: www.gimnasticna-zveza.si in www.plavalna-zveza.si