

otroke in odrasle ter prikaz mešanih borilnih veščin za ženske, nadaljevali pa smo s funkcionalno vadbo za starejše in ljudi s posebnimi potrebami. Skratka, prvo naše skupno srečanje ljudi vseh starosti, športnega duha in pozitivne energije je bilo nepozabno.

Vadeči v naši akademiji se vedno počutijo sproščeno in pridno trenirajo dvakrat tedensko. Punce in fantje se odrekajo marsičemu, zato so rezultati vidni že kmalu. Zraven naštetih vadb se družimo tudi ob veselih tekaških sobotah, na katerih se nam tekaški kilometri pridno nabirajo. Tako smo se tekači Bini akademije tudi letos udeležili 38. tekaškega maratona Radenci 2018 in dosegli odlične rezultate, saj smo 10-kilometrsko traso pretekli v odličnem času – v manj kot eni uri. Naše skupinsko vodene vadbe bodo tudi letos v juliju in avgustu potekale nemoteno, kar pomeni, da se nam lahko pridružite vsak torek in četrtek ob 20.30 uri v večnamenski dvo-

rani (baraka) v Spodnjem Dupleku in vsako soboto na veselem tekaškem druženju. Vse o nas in naših dogodkih lahko spremljate na spletnem portalu www.biniakademija.com, Facebook strani Bini akademija ali nam pišite na elektronski naslov binetrucl@gmail.com. Veseli pa bomo tudi vašega klica na telefonsko številko 070 823 510 (Bine).

Naša interpretacija telesne pripravljenosti je doseganje enakomerno razvitega telesa z zdravim duhom, ki je v celoti sposoben naravno, enostavno in zadovoljivo opravljati številne dnevne naloge.

Bine ŠTRUCL, osebni trener in trener športne rekreacije 1. in 2.stopnje, prehranski svetovalec, instruktor aikida I. dan

KARATE KLUB WKSA DUPEK NIZA USPEHE

**KARATE KLUB
WKSA
DUPEK**

Na odprtem prvenstvu Občine Šentilj so si priborili 9 zlatih, 5 srebrnih in 2 bronasti medalji

Karate klub WKSA Duplek je s svojimi člani med desetimi gostujočimi klubi na odprtem prvenstvu občine Šentilj dosegel skupno 3. mesto. Med 112 tekmovalci so se naši karateisti in karateistke odlično odrezali in odšli domov z 9 zlatimi, 5 srebrnimi in 2 bronastima medaljama. K skupno 16 medaljam so pripomogli prav vsi člani, še posebej pa smo ponosni na naše najmlajše. V katah so prva mesta osvojili: Lejla Verbošt, Karin Ludvik, Jana Rojs, Sara Rojs in Damjan Žinko. V ekipnem delu je ekipa v sestavi Jana in Karin Ludvik ter Jane Rojs prav tako osvojila najvišjo stopničko. Drugo mesto je v katah zasedla Tjaša Rojs, takoj za njo pa je bila na tretjem mestu Gaja Rojs. S tretjim mestom v kategoriji kat se je okitila tudi Vita Rojs. Nato smo imeli smo še dve ekipi v tej disciplini, ki sta obe dosegli drugo mesto. To sta bili ekipi najmlajših v sestavi Gaje Rojs, Lejle Verbošt in Tjaše Rojs ter starejših deklic Here A. Masten, Sare Rojs in Vite Rojs. V disciplini športnih borb so prva mesta osvojile Lejla Verbošt, Sara Rojs in Vita Rojs, ki so se zelo izkazale z odličnimi boji. Še posebej smo ponosni na Lejlo Verbošt, ki je debitirala v športnih borbah in suvereno zmagala.

Sara Rojs med nastopom

Foto: Matej Verbošt



Gaja Rojs, Lejla Verbošt in Tjaša Rojs

Foto: Matej Verbošt

Domov smo odnesli še dve srebrni medalji, ki sta ju dosegli Jana Rojs in Hera A. Masten.

Vsi naši člani so odlično nastopili in se hrabro borili na svojih nastopih. Od starejših smo veliko pričakovali, naša pričakovanja pa so upravičili čisto vsi. Najmlajše tri, Tjaša in Gaja Rojs ter Lejla Verbošt, so nas najlepše presenetile s svojimi nastopi, saj jih je bilo veselje gledati. Čestitamo vsem!

Prva pokalna tekma Karate zveze Slovenije – Lucija 2018

S tremi članicami smo se udeležili močne 1. pokalne tekme v Luciji, kjer je bilo skoraj 500 nastopov iz kar 50 klubov. Vsa tri naša dekleta so se zaslužno vrnila z medaljami. Vse medalje so dosegle v športnih borbah, in sicer je Jana Rojs prejela zlato, Lana Žugman srebrno in Vita Rojs bronasto medaljo. Najprej je nastopila Jana Rojs v katah in se med 29 tekmovalkami suvereno uvrstila v drugi krog, kjer pa je na žalost tudi ostala, saj je izgubila. Zato pa se je toliko bolj izkazala v športnih borbah. Izkušeno je premagovala nasprotnice eno za drugo ter se uvrstila v finale, kjer je po napeti končnici postala pr-

vakinja prvega pokalnega tekmovanja. Tudi Vita Rojs je nastopila v športnih borbah in se uvrstila na tretje mesto. Lana Žugman je imela še najmanj izkušenj, a se je dobro borila in v finalu nastopila proti večletni prvakinji ter dosegla odlično drugo mesto. Čestitamo!



Lana Žugman, Jana in Vita Rojs

Foto: Matej Verbošt

Državno prvenstvo WKSA Slovenije 2018

Karate klub WKSA Duplek je znova zablestel na državnem prvenstvu WKSA, ki je bilo letos prvič v Jarenini. Z večino tekmovalcev, od katerih so nekateri nastopili prvič ali drugič, smo dosegli skupno 2. mesto med desetimi klubi. Nastopilo je več kot 100 tekmovalcev, ki so pokazali najboljše, kar znajo. 20 medalj in pokalov, od katerih je bilo kar 9 zlatih, 6 srebrnih in 5 bronastih, pomeni velik uspeh in mogočno spodbudo za naprej.

Če povzamemo, so prva mesta v katah osvojili: Karin Ludvik, Jana Rojs, Sara Rojs in Damjan Žinko v posebni kategoriji, na kar smo še posebej ponosni. V tej kategoriji so druga mesta osvojili: Tjaša Rojs, Lejla Verbošt in Vita Rojs. In nenazadnje sta tretje mesto osvojila Gaja Rojs in Jan Ludvik.



Med borbo

Foto: Vasja Šabeder

Katam so sledile športne borbe, kjer so prvakinje postale Lejla Verbošt, Hera Agapito Masten in Vita Rojs. Podprvaki so Jana Rojs, Sara Rojs in Aslan Krasniči, takoj za njimi pa sta se na tretje mesto uvrstila Benjamin in Beke Krasniči. Naše najmlajše – Tjaša in Gaja Rojs ter Lejla Verbošt, ki so šele začele s prvimi tekmovanji, so se odlično izkazale v t. i. kata teamu in skupaj osvojile 3. mesto. Tudi dva ostala naša karate teama sta se odlično izkazala in brez velike konkurence osvojila prvi mesti.

Zaradi velike bere medalj smo na koncu osvojili odlično 2. mesto, za kar čestitamo vsem našim tekmovalcem.

Četrti krog osnovnošolske lige 2018 in skupni rezultati

Naši dve karateistki Hera Agapito Masten in Sara Rojs sta se udeležili 4. kroga osnovnošolske lige v Ljutomeru, kjer je nastopilo 142 tekmovalcev iz 28 osnovnih šol. Sara je nastopila med prvimi tudi v katah in se kljub močni konkurenci odlično prebila vse do 3. mesta. Skupaj sta prav tako nastopili v športnih borbah, kjer jima pa tokrat ni šlo tako zelo dobro in sta se morali zadovoljiti z vseeno odličnim tretjim mestom.

Ker je to bilo zadnje kolo šolske lige, je na koncu potekala tudi razglasitev skupno najboljših. Obe sta zaslužno osvojili pokala za dosežke skozi celo sezono, čeprav nista nastopili v prvem krogu, v naslednji sezoni pa lahko torej upravičeno pričakujemo še več. Sara je dosegla skupno tretje mesto, Hera pa celo drugo, za kar jima čestitamo.

Uspešni tudi v Sarajevu

Z našimi člani smo se odpravili v Sarajevo na tradicionalno tekmovanje Stari Grad open in dosegli kar 8 medalj. Med drugim so nastopili izvrstni reprezentanti iz BIH, ki jih je bilo užitek opazovati. V katah sta nastopili samo dve naši dekletki. Jana Rojs ni imela veliko konkurence, a je bila ta zato kvalitetna, tako da je nazadnje osvojila odlično 3. mesto. Nastopila je tudi Sara Rojs, na katero smo lahko upravičeno ponosni, saj se je prebila vse do finala, kjer ji je zmanjkalo znanja v visokih katah ter se je morala zadovoljiti z odličnim 2. mestom. Kljub malemu številu naših nastopajočih smo se odlično izkazali tudi v športnih borbah. Hera Agapito Masten se je odlično borila in dosegla 2. mesto. Takoj za njo je bila znova Sara, ki pa zaradi zdravstvenih težav več ni zmožla doseči. Tudi Vita Rojs je nastopila in dosegla 2. mesto, a bi gotovo lahko zmagala ob nekoliko večji koncentraciji v ključnih trenutkih. Jana Rojs je nastopila odločno, a je naletela na odlično nasprotnico, ki je izvrstno obvladovala nožne udarce. Ta ji je preprečila borbo za prvi dve mesti. Na tekmovanju je debitiral Amadej Želj, ki je imel nekaj sreče z žrebom in se uvrstil direkt v finale, a je tam klonil proti odličnemu nasprotniku iz Bosne. V tej borbi si je nabral prve dragocene izkušnje.

Čestitamo vsem za odlične nastope, ki jih v prihodnosti gotovo ne bo zmanjkalo.



Naši tekmovalci v Sarajevu

Foto: Matej Verbošt

Matej Verbošt