

Tomat Najka, lokostrelka

Najka Tomat je lokostrelka z ukrivljenim lokom, sicer pa študentka francoščine in drugih romanskih jezikov ter umetnica, ki neizmerno rada ustvarja, predvsem slika in izdeluje nakit.

Lokostrelstvo v Sloveniji ni ravno pogosto omenjen šport. Tudi v Škofji Loki ni zelo razširjen, čeprav je, tako Najka, dobro organiziran v okviru Športnega društva Partizan. Pravzaprav je Najka edina Škofjeločanka, ki tekmuje na mednarodnem nivoju. Začela je povsem po naključju.

»Ko sem bila majhna, sem poskusila številne športe. Nekajkrat sem se preizkusila tudi v streljanju z lokom in bilo mi je všeč,« se spominja Najka, ki se je leta 1991 zaradi preganjanja dolgčasa udeležila poletnih počitniških delavnic Športnega društva Partizan. Enkrat na teden je bilo organizirano tudi lokostrelstvo, ki je Najki priraslo k srcu, zato se je odločila, da bo to tisti šport, ki se ga bo lotila bolj resno. Najprej je bila v krožku, ki je bil organiziran v okviru Osnovne šole Škofja Loka – Mesto, po enem letu pa se je včlanila v Lokostrelsko sekcijo Škofja Loka. Sprva je trenirala in tekmovala le v Sloveniji, po petih letih pa je dosegla rezultat, ki je zadostoval za uvrstitev v reprezentanco in na mednarodna tekmovanja. Tako je leta 2006 prvič odšla na reprezentančna tekmovanja, najprej v Nemčijo, nato na Češko, potem pa še v Mehiko. Ta tekmovanja so se v tem tempu tudi nadaljevala. Dosegla je že zelo lepe rezultate. Leta 2006 je bila dvakrat četrta na mladinskem evropskem pokalu med kadetinjami, dosegla pa je tudi 36. mesto na kadetskem svetovnem prvenstvu. Tri leta kasneje je bila enajsta na svetovnem mladinskem dvoranskem prvenstvu na Poljskem, leta 2010 pa deveta na evropskem mladinskem dvoranskem prvenstvu. Na članskem svetovnem prvenstvu v Italiji se je uvrstila v elito 64 najboljših lokostrelk na svetu (bilo je več kot 150 udeležencev), na evropskem mladinskem pokalu 2011 na Cipru sta bila z Gašperjem Cehnerjem izvrstna druga v kategoriji mešanih ekip, na mladinskem svetovnem na Poljskem pa je bila sedemnajsta. Udeležila se je tudi univerzijade 2010 na Kitajskem, kjer je bila deveta posamezno, kar je bila tretja najboljša individualna uvrstitev vseh slovenskih športnikov na univerzijadi, ekipno pa so slovenska dekleta dosegla osmo mesto. »Kitajska je bila na splošno veliko doživetje. Univerzijada je olimpijada za študente. Bilo je 10 000 športnikov iz 150 držav in pravo olimpijsko vzdušje. Vse je bilo organizirano na visokem nivoju. Povsod so nas lepo sprejeli. Na vsakem vogalu so nas postregli, se z nami slikali, itd. Vse skupaj mi je ostalo v zelo lepem spominu,« je povedala Najka, ki se je na Kitajskem počutila izvrstno,

še posebej vesela pa je bila novega državnega mladinskega rekorda, saj je dosegla 630 točk od 720 možnih. Prav tako je že leto prej na evropskem mladinskem dvoranskem prvenstvu v Poreču dosegla državni mladinski rekord z rezultatom 573 od 600. Sicer pa je zadnja tri leta članska državna prvakinja, leta 2009 ter 2011 tudi članska državna prvakinja v dvorani, 2010 pa podprvakinja. V letu 2009 je namreč Najka pričela z usmerjenimi pripravami na vsa elitna tekmovanja, vključno s pripravami na olimpijske igre v Londonu, pri tem pa sta ji poleg drugih pomagala trener Samo Medved in psiholog Matej Tušak. V letu 2011 je Najka ostala brez uradnega trenerja. »Osem let sem trenirala s klubskim trenerjem Sandijem Štrukljem, zadnji dve leti sem imela reprezentančnega, trenutno pa sem zaradi slabih razmer v Lokostrelski zvezi Slovenije ostala brez trenerja. Sedaj največkrat treniram sama, razen takrat ko imamo s selekcijo skupne priprave. « V poletni sezoni trenira vsak dan na škofjeloškem poligonu na Kamnitniku, v zimski sezoni pa trikrat tedensko v dvorani na Podnu ter trikrat na teden v Ljubljani. »Treningi potekajo dve do tri ure na dan. Sicer je pomembneje, koliko puščic ustrelim in ne koliko časa streljam. Največkrat začnem treninge na blizu, na prazno tarčo za ogrevanje in občutek, potem pa treniram na razdaljah, katere imamo na tekmovanju: 30, 50, 60 ter 70 metrov, v dvorani pa 18 metrov. Na trening ustrelim od 150 do 200 puščic. Velikokrat tudi streljam 'na rezultat', kot radi rečemo lokostrelci, in sicer zato, da približno vem, kakšna je moja trenutna pripravljenost in kakšna so lahko moja pričakovanja. Seveda pa k dobrem treningu spadajo tudi kondicijske ter psihološke priprave, ki jih opravljam na Fakulteti za šport enkrat tedensko.« Olimpijske igre Prav pričakovanja so pri Najki zelo jasna: »Moj cilj je London 2012, saj še nobena ženska lokostrelka iz Slovenije ni bila na olimpijadi. Za začetek se borim za uvrstitev na igre, potem pa za uvrstitev v elito 32 najboljših lokostrelk na svetu, kar mi je uspelo že na letošnji univerzijadi. Že letos sem se na svetovnem prvenstvu v italijanskem Torinu borila za mesto na olimpijadi, pa mi je ušlo za las. V naslednjem letu imam še priložnost na svetovnem pokalu v Združenih državah Amerike in evropskem prvenstvu na Nizozemskem.«

Katja Štucin, Loški utrip oktober 2011



Na evropskem mladinskem pokalu (EMPOK) na Cipru 2011 je Najka Tomat skupaj z Gašperjem Cehnerjem osvojila drugo mesto.