

Biciklistička utrka 4Islands i trail utrka Istria 100 dio su ambiciozne Ironman grupe

Dario MAJETIĆ

Kvarner i Istra najbolje su uravnotežili cjelogodišnji turizam i tako od svih naših regija najviše pridonijeli repositioniranju Hrvatske kao autentične destinacije. Blizina velikih europskih gradova, dobra prometna povezanost i strategija u kombinaciji s prirodnim ljepotama pridonijeli su poboljšanju svih sastavnica kvarnerskog i istarskog turizma, pri čemu posebno jaku ekspanziju ima outdoor turizam. Unutar ove specifične i osjetljive niše posebno su se ističu dvije manifestacije - trail utrka Istria 100 i biciklistička utrka 4Islands. Zajedničko im je što su obje dio ambiciozne Ironman grupe, najvećeg svjetskog operatora sportova izdržljivosti u svijetu. Pritom se u istarskom slučaju rekreativci utrkuju »rame uz rame« s profesionalcima, a obje utrke održavaju se početkom proljeća.

Prvo ide Istria 100, trail utrka od 170 km sa sedam tisuća metara uspona. Obuhvaća razne segmente i kontekste planskog trčanja, poput tehničkih terena, trčanja uz priobalje, kroz srednjovjekovne gradove, šume, gradska središta, stare željezničke pruge, kroz doline, uz rijeke, potoke i druge prirodne divote. Utrka starta u Labinu, odakle se obodima jugoistočnih padina Učke penje u srce planine i dalje preko prijevoja Poklon ide do planinskog masiva Čičarije. Tu se spušta u Buzet pa dalje preko srednjovjekovnih gradova Motovuna, Grožnjana, Oprtlja i Buja završava u Umagu. Istria 100 (Istria 100) dio je planetarno poznatog serijala planinskih utrka Ultra-Trail du Mont-Blanc koji je, kao što smo rekli, dio globalne tvrtke za upravljanje slobodnim vremenom Ironmana.

NEMA MJESTA ZA ODMOR

Koncern pod okriljem drži najbolje trail trkače, a ovogodišnjim trijumfom na Istria 100 Ivana Širić iz Zagreba postala je prva osoba iz Hrvatske koja je pobijedila u utrci iz UTMB serijala. Ivanu smo pitali je li očekivala pobjedu u kojoj je, usput rečeno, vodila od početka do kraja.

- Ako pitate mog trenera Gorana Murića, on je to znao i prije utrke. Čak je i predvidio vrijeme dan prije utrke (22:59:31 sati). Radili smo na pripremi utrke jako dugo i točno je znao koja je moja trenutna forma. Također je moj support tim, Ana i Antonio, predviđao postolje, no nisam ih shvaćala ozbiljno jer su oni uvijek uvjereni u moju pobjedu. Osobno sam apsolutno iznenađena plasmanom, a rezultat objašnjavam time što volim trčati duge utrke.

Tko je zapravo Ivana Širić, zanimalo nas je.

- U sportskom životu zaljubljenik sam u outdoor sportove, posebice one ekstremnije, poput visokogorstva i skyrunnunga. U poslovnom sam životu marketinška i kreativac, a u privatnom sam veliki društvenjak i emotivac. Većina mojih prijatelja šali se da nisam s ovog planeta. Ukratko, sportski sam tip koji obožava boraviti u prirodi. Volim planine, posebno visoke. Sve je krenulo s visokogorstvom i vjerujem da su svi moji sportski uspjesi došli iz strasti prema planinama. Prije desetak godina krenula sam planinariti i upisala planinarsku školu, a nakon toga uslijedila je visokogorska škola, sportsko penjanje itd. Sada, osim trčanja, volim i biciklizam.

Unatoč gradskom načinu života i punom radnom vremenu, Ivana navodi da nema problema s treninzima i da, kao što netko svakodnevno ide na fitness ili gym, ona ode šetati po brdu i šumi. Način vježbanja trener



DUNJA DOPKA / 4ISLANDS EPIC

“

Ova manifestacija znači još jače pozicioniranje otoka Cresa kao idealne destinacije za aktivni turizam, pri čemu biciklizam zauzima posebno mjesto

ŽELJKA STAŠIĆ



LJEPOTE KVARNERA I ISTRE NA SVJETSKOJ OUTDOOR KARTI

Istria 100, trail utrka od 170 km sa sedam tisuća metara uspona starta u Labinu, odakle se obodima jugoistočnih padina Učke penje u srce planine i ide do planinskog masiva Čičarije, a završava u Umagu. Utrka 4Islands vozi se po Lošinju, Cresu i Krku u dužini od 270 kilometara sa 6.000 metara uspona, a na desetu obljetnicu ove se godine na startu u Malom Lošinju pojavilo 500 sudionika iz 40 različitih država



Cres nudi i pozitivan stres

joj prilagođava prema željama i interesima. Većinu treninga čini lagano trčanje s prijateljima iz trkačke zajednice.

Što se tiče dnevne rutine, Ivana ističe da kao jutarnji tip najviše voli ustati prije zore i odraditi lagani jogging. Ostale treninge, zbog poslovnih obveza, radi nakon posla, što joj također čini veliko zadovoljstvo: »Dan traje 24 sata, a trening sat-dva. Kada se poslože prioritete, mislim da doista ostane vremena za sve obveze. Osim za odmor! Za njega nikako da uhvatim vremena.«

ČETIRI OTOKA

U vezi s planovima naša najbolja ultrašica navodi kako ima sve zacrtano i logički posloženo. Ima

da mogu utрку odraditi onako kako ja to želim, uživati i napraviti rezultat kojim ću osobno biti zadovoljna. Do pobjede na Istri 100 nisam osjećala da sam dorasla UTMB-u i »Zlatna karta« je samo ubrzala moje planove. Sada imamo godinu dana za pripremu. Svakako će to biti u fokusu za iduću sezonu, a osobno ću dati sve od sebe da opravdam ovu nagradu.

Za dugu, strmu i iscrpljujuću utрку poput UTMB-a Ivana će morati puno trenirati i na biciklu, pa je možda vidimo i na jednom od najvećih svjetskih okupljanja etapnih brdskih biciklista, utrci 4Islands. Utrka se vozi po kvarnerskim otocima u paru, a čini je prolog te četiri

moćne etape po Lošinju, Cresu i Krku u dužini od 270 km, sa 6.000 metara uspona. Na desetu obljetnicu ove se godine na startu u Malom Lošinju pojavilo 500 sudionika iz 40 različitih država uključujući i vrh svjetskog brdskog biciklizma. Naporni rad i jasna vizija prije nekoliko godina odveli su 4Islandu Epic seriju legendarnih višestapnih utrka pod okriljem Ironman grupe pojačavajući tako vidljivost Kvarnera i Hrvatske kao najpoželjnije svjetske outdoor destinacije. Najduža i najteža etapa, tzv. Queen Stage, vozi se na otoku Cresu, s kojega nam direktorica turističke zajednice Željka Stašić poručuje:

- Ova manifestacija znači još jače pozicioniranje otoka Cresa kao idealne destinacije za aktivni turizam, pri čemu biciklizam zauzima posebno mjesto među outdoor aktivnostima koje se nude tijekom cijele godine. Prirodne ljepote, raznolik reljef i mreža postojećih staza pružaju jedinstveno iskustvo vožnje kroz netaknutu prirodu, maslinike, suhozide i spektakularne vidike na more. Sudjelovanje otoka Cresa u međunarodno poznatoj etapnoj MTB utrci 4Islands Epic Series, koja se vozi kroz najljepše dijelove kvarnerskih otoka, dodatno učvršćuje našu poziciju na karti atraktivnih cikloturističkih destinacija Europe. Ova utrka ne samo da okuplja vrhunske natjecatelje iz cijelog svijeta, već i promovira Cres kao destinaciju iznimne prirodne i kulturne vrijednosti i ljepote. Ponosni

“ Najjače jugo i kiša posljednjih nekoliko godina pogodili su nas odmah na početku utrke, pa smo morali otkazati posjet Unijama, otočiću koji smo planirali uvrstiti u program

IGOR RULJ



Sto kilometara Istre



“Ako pitate mog trenera Gorana Murića, on je to znao i prije utrke. Čak je i predvidio vrijeme dan prije utrke (22:59:31 sati). Radili smo na pripremi utrke jako dugo i točno je znao koja je moja trenutačna forma. Također je moj support tim, Ana i Antonio, predviđao postolje, no nisam ih shvaćala ozbiljno jer su oni uvijek uvjereni u moju pobjedu. Osobno sam apsolutno iznenađena plasmanom, a rezultat objašnjavam time što volim trčati duge utrke

IVANA ŠIRIĆ

smo što je Cres dio ove biciklističke priče koja spaja sport, prirodu i turizam. Utrka 4Islands nije samo sportski događaj, ona je snažan alat promocije održivog turizma i poticaj razvoju lokalne infrastrukture, ugostiteljske ponude i podizanja svijesti o važnosti očuvanja prirodne baštine. Biciklizam je na Cresu više od rekreacije, to je način na koji povezujemo zajednicu, promičemo zdrav život, aktivno istražujemo otok i razvijamo turizam budućnosti.

QUEEN STAGE

Kada smo kod našeg najvećeg otoka, valja istaknuti da je ove godine na 4Islands nastupila i domaća ekipa »Cres No Stress Team« u sastavu Vedran Rožić i Dario Majetić. Vedran nam je ispričao kako je oduševljen svim etapama utrke, ali da je ipak »Queen Stage« na Cresu jedna od najtežih i najljepših koju je u životu vozio.

- Oduševili su me brutalni usponi iz grada do hiberniranih Lubenica, kao i spustovi po vijugavim i kamenitim stazama koje organski vode kroz pašnjake, maslinike i šume pokraj Vranskog jezera. Posljednji spust od Pržića do grada Cresa bio je brutalan! Ističem i zahtjevne lošinjske etape koje su obilježile orkansko jugo te mokar i sklizak teren s dosta padova. Nakon »mokrog starta« na Lošinju i ludo zabavnog Cresa vozili smo još dvije etape kroz raznolike terene Krka uključujući guste šume, suhozidima omedene visoravni i

kamene plate s nezaboravnim vidicima. Uglavnom, od prologa pa do cilja posljednje etape u Baški na otoku Krku svaki mi je okret pedale bio čisto zadovoljstvo. Sretan sam i zadovoljan što sam s Dariom odvezio 4Island, Epic Series, jednu od najboljih i najzahtjevnijih etapnih brdskih utrka na svijetu.

U povodu jubilarnog, desetog izdanja 4Islandsa, njezin utemeljitelj i direktor Igor Rulj ispričao nam je da su ove godine dali sve od sebe da utрку organiziraju što je bolje moguće, unatoč vrlo lošim vremenskim uvjetima na startu.

- Najjače jugo i kiša posljednjih nekoliko godina pogodili su nas odmah na početku utrke. Zbog toga smo morali otkazati posjet Unijama, otočiću koji smo ove godine planirali uvrstiti u program, nastojeći tako dodati još jedan jedinstven začim utrke. Nažalost, vremenske prilike nisu bile na našoj strani, ali, srećom, naš tim već ima puno iskustva s izmjenama na utrci, pa je upravo to jedan od razloga zašto smo uspjeli sa zadovoljstvom izvući događanje do kraja. Na vrijeme smo reagirali na nepogode i prilagodavali se novonastaloj situaciji u hodu. Riješili smo problem čak i kada su brodovi zbog orkanskog juga morali stati. Vjerujem da smo uza sve izazove i vremenske nepogode ove godine uspjeli osigurati sudionicima iz 40 zemalja nezaboravno i jedinstveno petodnevno iskustvo vožnje po kvarnerskim otocima okruženim morem.