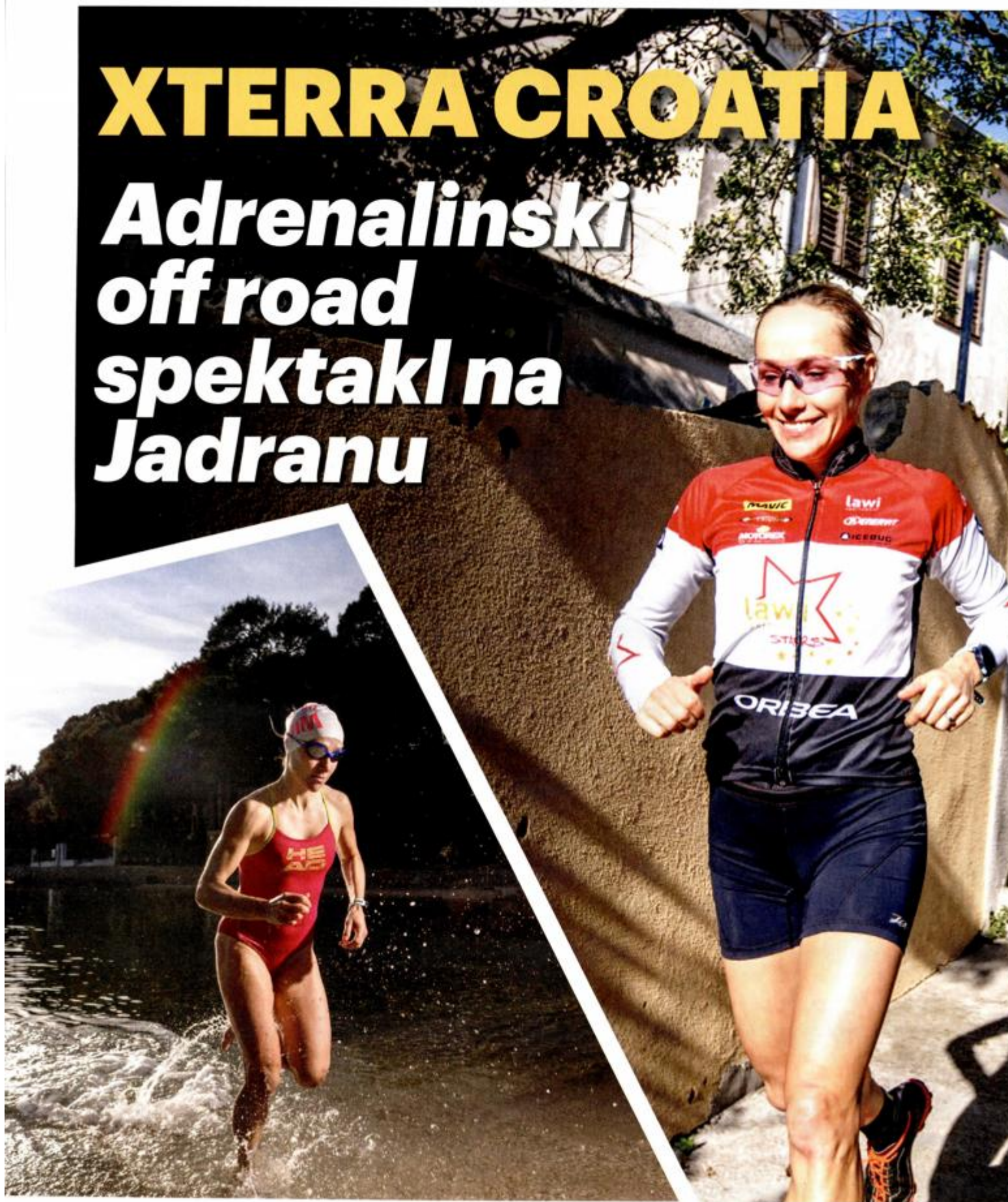




MH TRČANJE

XTERRA CROATIA

Adrenalinski off road spektakl na Jadranu





**NA MALI LOŠINJ
OVOGA TRAVNJA
DOLAZI XTERRA
CROATIA,
NAJIZAZOVNIJA
OVOGODIŠNJA
TRIATLONSKA UTRKA
SREDNJE I ISTOČNE
EUROPE**

Više od pet stotina profesionalnih triatlonaca, žena i muškaraca iz cijeloga svijeta na Jadranskoj će se obali, točnije u uvali Čikat u Malom Lošinju, pokušati kvalificirati na Xterra Svjetsko prvenstvo na havajskom otoku Mauiju. Pred natjecateljima je 41,5 kilometara off road staze na kojoj u što kraćem vremenu i prema pravilima moraju preplivati 1,5 kilometar mora, odvoziti 30 km biciklističke staze te istrčati 10 kilometara – sve u *off road* verziji.

"Izuzetno sam ponosan i sretan što smo moj tim i ja nakon gotovo godinu rada s Xterrom uspjeli dogovoriti da se ova svjetski poznata triatlonska utrka održi u Republici Hrvatskoj, i to na jednom od naših najljepših otoka, na Malom Lošinju. Ovaj događaj pripremamo u partnerstvu s Turističkom zajednicom Malog Lošinja i hotelski brandom Lošinj Hotels & Villas. Najbolji natjecatelji svijeta u ovome sportu na



Lošinj će se boriti za 51 "ulaznicu" za nastup na Svjetskom prvenstvu koje se održava na otoku Mauiju na Havajima u listopadu ove godine. Xterra Croatia, kao *gold event* u kalendaru svjetskih utrka, održat će se od 16. do 19. travnja", istaknuo je Luka Mišović, direktor utrke Xterra Croatia.

Helena Karaskova Erbenova, češka olimpijka, peterostruka europska Xterra prvakinja i četverostruka pobjednica prošlogodišnjeg natjecanja Xterra World Tour, imenovana je ambasadoricom utrke Xterra Croatia.

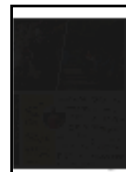
Kako vam se čini lokacija? Hoće li na Lošinj biti dovoljno izazovno?

Lošinj je predivno mjesto, jednostavno prelijepo. Oduševljena sam prirodom i gostoljubivošću lokalnih ljudi, dok su natjecateljske staze i rute koje sam vidjela i testirala vrlo izazovne i prelijepo u isto vrijeme. Sigurna sam da će natjecatelji uživati i ponijeti prelijepu uspomenu; iskreno se radujem proljeću i utrci Xterra!

Koliko često trenirate?

Trening mi je kao jutarnje umivanje ili doručak. Volim ići do krajnjih granica izdržljivosti i uvijek kad završim s jutarnjim treningom, osjećam veliku sreću jer znam da sam napravila nešto za sebe u tom danu, da sam dala svoj maksimum. Ako odrađujem treninge izdržljivosti, treniram oko 20 sati tjedno, što je četiri do pet sati dnevno, ali to je podložno promjenama. Već sam 22 godine u profesionalnom sportu, sudjelovala sam na ZOI 2002. i 2006. godine u skijaškom





SVJETSKJE TRIATLONSKE ZVIJEZDE VODE TRENINGE

Natjecatelji prijavljeni za hrvatsku Xterra utrku na Lošinj će stići već nekoliko dana prije utrke. Vrijeme prije utrke iskoristit će za istraživanje terena te sudjelovanje u Xterra trening triatlon i MTB kampu. Kamp će voditi ambasadorica hrvatske Xterra utrke Helena Karaskova Erbenova i prošlogodišnji Xterra europski prvak i svjetski doprvak Arthur Serrieres. Napomenimo da se na utrku Xterra Croatia možete prijaviti na adresi www.xterraplanet.com/event/xterra-croatia.



trčanju. Moj je životni moto "Kretanje je radost, radost je kretanje". Ne mogu zamisliti život bez sporta.

Pazite li na prehranu ili je to sport u kojem prehrana nema veliku ulogu?

Kad sam bila mlada, puno sam više pazila što jedem, do prije pet godina bila sam vegetarijanka, ali sam shvatila da je za ovako velike fizičke napore kojima se izlažem i na

Xterra utrkama nemoguće odricati se mesa. Pokušavam jesti sve, ali ne u velikim količinama.

Koliko pobjeda imate? Koliko utrka?

Pobijedila sam u 34 utrke World Toura, to sam sigurna, a mislim da sam ukupno odradila više od 100 utrka, nakon nekog vremena više nisam brojila. Jednostavno uživam u utrkama i izazovima! Godišnje prijedem mnogo kilometara, ali to je uvijek otprilike ista brojka. Dakle, otprilike 5000 kilometara

prijedem na biciklu, 2000 trčeci i oko 300 kilometara plivajući. Katkad zimi na skijama ili ljeti na rolama prijedem 1000 km.

Kakvi su vam planovi?

Trenutačno sam na raskrižju, trebat će mi vremena, možda godina ili dvije, da se u potpunosti ostavim utrka. Mislim da ću odraditi još nekoliko utrka, a usput ću početi graditi trenersku karijeru. No nakon što sam posjetila Lošinj, vidjela lokacije i čula planove vezane uz hrvatsku utrku, moram biti iskrena i reći kako bih željela aktivno sudjelovati u ovoj utrci!

Koja vam je najdraža uspomena iz sportske karijere?

Iskreno, ne mogu izdvojiti jednu uspomenu. Katkad je to neka lijepa sitnica s utrke, katkad onaj osjećaj kad prodeš ciljnom ravnom nakon vrlo teške utrke. Tu je i onaj osjećaj kada sam zahvaljujući svojim uspjesima primljena u Kuću slavnih! Puno je prekrasnih uspomena iza mene!