

Janek Õiglane

10-võistleja

Isiklik rekord: 7945 p

Treener: Sven Andresoo

Klubi: Audentese SK

• Miks otsustasid just mitmevõistluse kasuks?

Otsustasin mitmevõistluse kasuks, kuna ma polnud kunagi ühelgi alal ei hea ega ka väga halb. Kindlasti oli üks põhjus veel see, et trennid ja võistlused on huvitavad ning treenida ja võistelda saab palju mitmekesisemalt kui üksikalade sportlased.

• Milline on Sinu lemmikala mitmevõistluse sees? Miks?

Lemmikalad on mul kõrgushüpe, teivashüpe ja odavise. Kõrgushüpe on juba väiksest east saati väga meeldinud. Teivashüpe meeldib mulle kohe väga. Meeldib vaadata, meeldib ise toikaga turnida, kuigi veel ei oska, aga tahaks kunagi kõrgele hüpata ja tunda seda lennufaasi.

Odavise on lihtsalt sellepärast üks lemmikuid, kuna ma enam-vähem oskan seda ja teiseks on tore vaadata oda, kui ta kaua õhus püsib.



Foto: Erlend Štaub



Foto: Hendrik Osula / EKJL

• Kes sulle veel abiks ja toeks on?

Kõige suuremaks toeks on mu vanemad ja hea vend. Tänu vanematele ja vennale olen jõudnud tegelikult nii kaugele, kus ma praegu olen. Nad on tõesti mind väga aidanud ja teinud minust parema inimese nii staadionil kui ka väljaspool seda.

Üks tore inimene, kes mind veel aitab on Lex (*Leho*) Rennit. Üks suure südamega mees, kes tunneb alati muret ja aitab sageli mul mentaalselt üle olla spordi või eraeluga seotud raskustest.

• Kas treenimise kõrval jääb aega ka õppimiseks? Kui ei, siis millised on su tulevikuplaanid?

Hetkel ei õpi ja keskendun täielikult spordile. Üritan seal võtta maksimumi - kui veel võimalusi on, siis miks mitte. Tulevikus tahan õppida küll, kuid aeg näitab, millal see toimub ja mida õppida soovin. Mõned mõtted juba on.

• Kas sul on olnud kergejõustiku kõrval teisi harrastusi? Kuidas on need toetanud sinu arengut kergejõustikus?

Otsestelt suuri huvisid mul pole. Mulle meeldib väga piljardit mängida ja vennale ka - perekonnasisene konkurents on hea (kuigi praegu kaotan ikka). Kuna ma olen üks suur spordiinimene, siis loen suure huviga ja hoian kursis ennast kõigega, mis toimub spordiväljakutel.

• Kes on olnud sinu treenerid? Mida olulist oled neilt õppinud?

Valdur Ojala oli mu esimene kergejõustiku treener. Ta õpetas mind hästi ja trenni tegime kunagi üsna mitmekesiselt, mis on tagantjärele mõeldes ainult hea mitmevõistlusele.

Teine ja ka praegune treener on mul Sven Andresoo. Sven on väga mõistlik, tark ja hea treener, kellega koos töötada ja kes suudab alati kehvast olukorrast midagi head leida. Temalt olen õppinud kõige rohkem seda, kuidas jääda endaks ja mitte kahelda oma otsustes. Tänu temale olen veel palju teadmisi spordi valdkonnas juurde saanud.

- **Millised tugevad küljed tood endaga kaasa Utilitase järelkasvutiimi?**

Mulle isiklikult meeldib teisi tagant utsitada ja teisi paremaks teha. Tahan, et kõigil teistel läheb hästi siis on endal tuju hea ja tulemused paranevad.

- **Millise kunstivormi valiksid, kui peaksid Utilitase järelkasvutiimi teistele noortele tutvustama?**

Oi, keeruline küsimus, aga arvan, et mingi trennivideote ja muusika kokku panemisega saaks seda üsna hästi noorteni viia.

- **Palun ütle üks ilus number saabuvaks suveks (... sekundit, ... sentimeetrit, ... punkti, ... koht).**

Olümpiale tahaks küll pääseda. Kui seda ei juhtu, siis ei juhtu, aga eesmärgid peavad olema, et üldse sporti teha. 8100+ punkti siis igal juhul.

- **Mida soovid suviseks võistlushooajaks tiimikaaslastele?**

Et kõik Utilitase tiimi liikmed on mulle väga head sõbrad ja üldse muhedad inimesed, siis soovin noortele palju tervist ja vähe vigastusi. Palju isiklikke rekordeid, kordaminekuid ja minu silmis kõige tähtsam – saada hulgaliselt palju häid emotsioone spordist!!!



Foto: Erlend Štaub



Foto: Erlend Štaub

Janek Õiglane ja Eesti Kergerõustikuliit
tänavad

