

Tedenska priloga
Dolenjskega lista

NOVICE dolenjske

OPAZUJEMO • POROČAMO • KOMENTIRAMO

RUDI RAVBAR, SVETOVNI PODPRVAK V KOLESARSTVU MED VETERANI

Vnuk Anže mi pravi, da sem pravi dizel

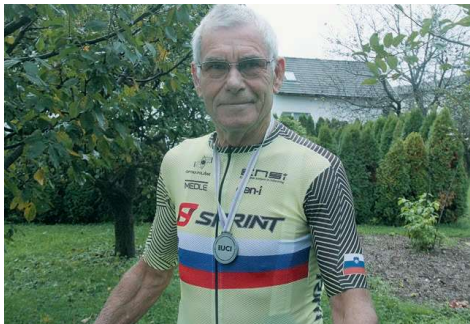
Leta niso ovira za kolesarske podvige. To dokazuje 75-letni Rudi Ravbar iz Novega mesta, ki je sredi septembra v Italiji osvojil drugo mesto na svetovnem prvenstvu za veterane v kategoriji od 75 do 79 let. To je njegov največji uspeh, odkar se je pred približno petnajstimi leti, ko je sin Bogdan končal kolesarsko kariero, tudi sam odločil, da sede na kolo.

Žena Dragica mu ga je kot darilo kupila za 60. rojstni dan. Kolesaril je bolj za rekreacijo, ni si predstavljal, da bo kdaj tekmoval na velikem tekmovanju. Hitro je napredoval in klanci, ki jih je sprva težko premagoval, so bili zanj vse lažji. Leta 2015 se je pridružil Kolesarskemu društvu Sprint Novo mesto, ki združuje rekreativne ljubitelje kolesarstva, kar mu je dalo dodaten zagon. »Ko smo se podali na kakšno kolesarsko vožnjo, sem brez težav držal ritem s precej mlajšimi sosesarji. Na Bazo 20 imam rekord pod 24 minutami. Vedno sem želel več in več. Svoje sposobnosti sem preveril tudi na domačih tekmah za veterane, na katerih mi je šlo odlično,« pripoveduje Rudi. Letos je v svoji kategoriji zmagal na večini tekem, lahko se pohvali tudi z naslovom državnega prvaka v cestni vožnji, ki je potekala v okolici Vrhnike, najhitrejši pa je bil tudi na državnem prvenstvu v vzponu na Pokljuko. V kolesarjenju je našel nov izziv, uspehi pa ga še dodatno motivirajo. »Dobro se peljem in klanec,

Kmalu po začetku vzpona smo trije pobegnili zasledovalcem. 5 km pod vrhom klanca sem nekoliko popustil, saj nisem želel tvegati, da bi z vožnjo na vso moč dobil krče v nogah. Avstrijec Josef Bichl se je odpejal naprej, Francoz Christian Gibelin pa je držal moj ritem. Ko smo prišli do vrha, je sledilo 25 km spusta, pri katerem je slo več kot 70 km/h. Francoz mi je sledil vse do drugega vzpona, ki je bil dolg 15 km. Dolgo časa sva vozila z ramo ob ramo, a nato sem začel nekoliko pospeševati. Ko sem opazil, da nima tistih pravih obratov, sem se bolj zavzelo vrtil pedale. Nabil sem si prednost sedmih minut, kar je bilo dovolj, da me Francoz tudi na vratolomnem spustu ni mogel dohiteti,« se poteka 87 km dolge dirke spominja Rudi.

POGLEDUJE PROTI GLASGOWU

Njegovega uspeha so bili še posebno veseli domači. »Čedalje bolj dojemam, kakšno vrednost ima ta medalja. Ni veliko Slovencev, ki bi se lahko pohvalili



Rudi Ravbar s srebrno medaljo okoli vratu, ki jo je osvojil na septembrskem svetovnem prvenstvu za veterane v Italiji. (Foto: R. N.)

vse prej odpove, samo srce ne. Sem kar vzdržljiv, vnuk Anže, ki je tudi kolesar, mi pravi, da sem pravi dizel,« z nasmehom pove Rudi.

Ze lani se je uvrstil na svetovno prvenstvo za veterane v Bosni in Hercegovini in v svoji kategoriji osvojil 10. mesto. Izkušnje, ki jih je dobil, so mu letos precej pomagale, da je v cilj v Trentu pripeljal kot drugi. »V moji kategoriji je tekmovalo 13 kolesarjev. Po 10 pretežno ravninskih kilometrih je sledil 20 km dolg in precej zahteven vzpon, saj smo se dvignili za 1.500 višinskih metrov. Noge so me kar pekale, a treba je bilo zdržati.

s takšnim dosežkom. Ves trud, ki sem ga vložil v zadnjih letih, se je poplačal. K uspehu so mi veliko pomagali Mirko Zupančič in družina Bojanc, zahvaljujem se tudi KD Sprint Novo mesto za vso podporo in pomoč,« pove. Odbor za množičnost in rekreacijo pri Kolesarski zvezi Slovenije mu je pred dnevi podelil posebno priznanje za letošnje uspehe. Rudi že zdaj malo pogleduje proti škotskemu mestu Glasgow, kjer bo prihodnje leto svetovno prvenstvo za veterane. Žena Dragica, ki zanj zelo lepo skrbi, pravi, da je to malo predač, a Rudi dodaja, da tako zelo pa spet ne. Če mu bo



Rudi, oblečen v dres slovenske reprezentance, je v Italiji dosegel uspeh kariere. (Foto: KD Sprint Novo mesto)

zdravje dopušča, bi rad branil srebrno kolajno.

PRI PRIPRAVAH POMAGALA VNUKA JAN IN ANŽE

S kolesarstvom je povezan že dolgo. Sina Bogdana, ki je leta 1996 osvojil naslov državnega prvaka v cestni vožnji med člani, je velikokrat spremljal na dirkah. Pomagal je tudi pri organizaciji domačih dirk novomeškega kolesarskega kluba, skrbel je za varnost ob progi. Pred leti je prejel bronasto Bloudkovo priznanje, ki ga podeljujejo za najmanj 10 let dela v športu. »Ko je sin Bogdan nehal kolesariti, sem jaz začel. Morda sem po njem podedoval dobre kolesarske gene,« se pošali.

Na septembrsko svetovno prvenstvo se je pripravil od začetka leta, zadnja dva meseca še intenzivneje, pod budnim očesom vnuka Anžeta, ki vozi za mladinsko ekipo Kolesarskega kluba Adria Mobil. »Dvakrat ali trikrat na teden sem v štirih urah prevozil okoli 90 km s številnimi vzponi. Naredil sem okoli 2.200 višinskih metrov, simuliral sem progo, kot je bila predvidena za prvenstvo. Ker pri nas ni 20 km dolgega klanca, smo se morali znajti,« pove Rudi. Po napornih treningih so se mu še kako prilegle masaže vnuka Jana, ki študira fizioterapijo. Anže mu je tudi svetoval glede prehrane. »Predpisal mi je veliko ogljikovih hidratov, a zjutraj mi makaroni ali špageti niso preveč tekli. Dan pred dirko v Italiji me je poklical in preveril, kaj sem jedel. Kar malo je bil razočaran, ker sem se pregrešil. V eni od gostiln sem na koncu naročil pico margarito, ker nisem znal jezika. Po njegovih besedah sem zato izgubil prvo mesto,« pove Rudi.

VINOGRADNIK, KI RAD USTVARJA IZ LESA

Kolesarjenje mu je zlezlo pod kožo. Če vreme dopušča, se vsaj petkrat na teden

usede na kolo, velikokrat se odpravi na vikend, ki ga ima na Ratežu. »Naredim okoli 40 km dolg krog. Treninji me napolnijo z energijo, ko pridem na vikend, lahko potem še ves dan delam v vinogradu, zvečer pa se znova usedem na kolo in se odpravim po isti poti nazaj,« Kadar

dela v vinogradu, uživa. Na leto pridelava okoli 1001 frankinje, 250 l cvička in 100 l belega vina. »Dovolj ga je za vso družino,« pristavi Rudi.

Preden je začel kolesariti, so ga pestile težave s hrbtom in koleni, nosil je tudi ledvični pas. Danes pravi, da je hrbet veliko boljši, let ne občuti, počuti se kot mladenič. Če zaradi slabega vremena ne more na kolo, se odpravi kam peš. Rad se povzpne na bližnji hrib Sv. Vid, med pogovorom pa omeni, da je za vzpon od table Šumeč potok do Trdinovega vrha potreboval uro in minuto, običajno pa pohodniki potrebujejo vsaj dve uri. V prostem času rad ustvarja iz lesa, med drugim si je za 70. rojstni dan naredil čisto pravo leseno kolo.

Čeprav se je izučil za strojnika, je dolgo časa v novomeškem gradbenem podjetju Pionir delal kot učitelj praktičnega pouka. Učil je, kako upravljati in vzdrževati različne delovne stroje. Nekaj mesecev pred stečajem Pionirja se je upokojil in zdaj že 26 let uživa v tretjem življenjskem obdobju.

Rok Nose



Tekmovati je začel pri 60 letih, ko mu je žena Dragica kupila novo kolo. (Foto: R. N.)



Za 70. rojstni dan je izdelal leseno kolo. (Foto: R. N.)

SENČILA
MEDLE
WWW.SENCILA-MEDLE.SI

PERGOLJE NOTRANJA SENČILA KOMARNIKI SCREENI SONČNA JADRA TENDE

ADRIA

SAVA
ZAVAROVALNICA