

#ĮVEIKSAVE

PARALIMPINIO JUDĖJIMO ŽURNALAS

TOKIJAS SUSPINDO BRONZA

Lietuvos paralimpiečiai iš Japonijos
parvežė tris bronzos medalius

PERGALINGI IR GIRDIMI

Lietuvos rinktinės
laimėjimai Tokijuje

OSVALDAS BAREIKIS

Bėbaimio kovotojo
širdį ištirpdo sūnus

PARALIMPIEČIŲ KRANTINĖ

Jamžins ir įkvėps

**„SPORTAS MAN DAVĖ TIKSLĄ – UŽSIBRĖŽIU PASIEKTI AUKŠTŲ PERGALIŲ,
TUOMET GYVENIMAS SMAGESNIS.**

**JEI NE SPORTAS, BŪČIAU ĖJĘS DIRBTI MONOTONIŠKO DARBO,
O DABAR KELIAUJU PO PASAULĮ, SIEKIU TIKSLŲ.“**

RAMŪNAS VERBAVIČIUS,
LENKVAATLETIS



TURINYS

- 2 PERGALINGI IR GIRDIMI**
- 4 BEBAIMIO KOVOTOJO ŠIRDĮ IŠTIRPDO SŪNUS**
- 10 PLAUKIKAS SVAJOJA APIE NAUJAS AUKŠTUMAS**
- 14 GOLBOLININKUS Į PRIEKĮ STŪMĖ NUGALĖTOJŲ DVASIA**
- 18 LENGVAATLEČIAI SĖMĖ PATIRTIES SKRYNIOS LOBIUS**
- 22 PAGERBIMŲ MARATONAS**
- 24 PARALIMPIEČIŲ KRANTINĖ ĮAMŽINS IR ĮKVĖPS**
- 28 TOKIJO ŽAIDYNIŲ UŽKULISIAI**

LIETUVOS PARALIMPINIO KOMITETO ŽURNALAS

Leidžiamas nuo 2021 m.
Nr. 3 (3), 2021 m.

VIRŠELIS

Lietuvos paralimpiečiai Tokijo žaidynėse
Dainiaus Ožalo nuotr.

REDAKTORIAI

Donatas Gribauskas
Asta Narmontė

TEKSTŲ AUTORIAI

Birutė Pakėnaitė
Donatas Gribauskas

FOTOGRAFAI

Danas Sodaitis
Dainius Ožalas
Alfredas Pliadis
Saulius Žiūra
Robertas Dačkus
Viltė Domkutė
Laima Penek
Donatas Gribauskas

DIZAINAS

Monika Besevičiūtė

KALBOS REDAKTORĖ

Valia Valentaitė

KONTAKTAI

T. Vrublevskio g. 6-1,
LT-01143 Vilnius
El.paštas: info@paralympics.lt

INTERNETO SVETAINĖS

www.paralympics.lt
www.parateam.lt

SPAUSDINA

UAB „Petro ofsetas“

TIRAŽAS

500 egzempliorių
ISSN 2669-2805

 @ParateamLietuva

 @parateam_lietuva





PERGALINGI IR GIRDIMI

Mindaugas Bilus,
Lietuvos parolimpinio komiteto prezidentas

Mieli parolimpinės bendruomenės nariai,

baigėsi parolimpinis ciklas, kuris dėl pasaulinės pandemijos truko ilgiau nei įprastai – penkerius metus. Jo kulminacija tapo Tokijo vasaros parolimpinės žaidynės, Lietuvai dovanojusios net tris medalius. Bronzine spalva Japonijoje suspindo mūsų vyrų golbolo rinktinės pasirodymas, plaukiko Edgardo Matako grybšniai, Osvaldo Bareikio kovos ant parolimpinio dziudo imtynių tatamio.

Drąsiai galime teigti, kad Tokijo žaidynės mūsų šaliai buvo sėkmingos. Net aštuoni iš vienuolikos atletų iš Japonijos grįžo pasipuošę medaliais, o žaidynėse debiutavę lengvaatlečiai pasisėmė patirties, kuri padės tvirtą pamatą ateities startams ir pergalems elitinėse tarptautinėse varžybose.

Ne mažiau svarbių pergalių iškovojo ir už arenų ribų. Dar per Tokijo parolimpines žaidynes kilo vieša diskusija dėl parolimpinio sporto atletų skatinimo – valstybės premijų, rentų skyrimo tvarkos. Galime pasidžiaugti, kad mums, parolimpinio sporto bendruomenei, pavyko pralaužti ledus ir inicijuoti sportininkus su negalia diskriminuojančių įstatymų pakeitimus.

Dėkoju visiems sportininkams, garbingai kovojusiems Japonijoje su Lietuvos vėliava. Dėkoju tiems, kurie tuos penkerius metus kasdien liejo prakaitą dėl teisės būti parolimpiniame Tokijuje, bet pritrūko sėkmės. Nenuleiskite galvos ir žiūrėkite tik pirmyn. Iki Paryžiaus parolimpinių žaidynių lieka tik treji metai.

Japonijoje mūsų šaliai atstovavo keturių sporto šakų atletai. Turime tikslą padidinti atstovaujamo sporto šakų skaičių. Mes matome perspektyvų parolimpinio triatlono, šaudymo, šaudymo iš lanko, dviračių, kitose sporto šakose. Sėkmės formulė įprasta: sunkiai dirbti, atkakliai siekti savo tikslų, ir sėkmė būtinai nusišypsos.

Dar arčiau 2022 m. Pekino žiemos parolimpinės žaidynės. Gražinti Trispalvę į žiemos sporto šventę, kur Lietuva dalyvavo dar 1994 m., siekia kalnų slidininkas Karolis Verbliugevičius ir gidas Vytenis Makauskas. Dedame visas pastangas, kad šiam duetui pavyktų tai, ko šalis laukia beveik tris dešimtmečius.

Už Lietuvos parolimpiečiams suteiktas galimybes siekti svajonių dėkoju Lietuvos parolimpinio komiteto partneriams ir rėmėjams, kurių parama ir palaikymas yra neįkainojami. Ačiū.

11

TOKIJUJE MŪSŲ ŠALIAI
ATSTOVAVO VIENUOLIKA
PARALIMPIEČIŲ

3

LIETUVOS PARALIMPIEČIAI
TOKIJO ŽAIDYNĖSE
IŠKOVOJO TRIS BRONZOS
MEDALIUS

4

KETURIEMS LIETUVOS
RINKTINĖS NARIAMS
TOKIJO ŽAIDYNĖS BUVO
DEBIUTINĖS

Lietuvos paralimpinė rinktinė Tokijuje

Sportininkas	Amžius	Sporto šaka	Treneris	Vieta
Osvaldas Bareikis	27 m.	Dziudo	Algis Mečkovskis	3
Oksana Dobrovolskaja	25 m.	Lengvoji atletika (diskas)	Rimantas Aleksandras Plungė Jonas Burakovas	8
Donatas Dundzys	29 m.	Lengvoji atletika (rutulys, diskas)	Jonas Baltrušaitis	6 – Rutulys 7 – Diskas
Andrius Skuja	29 m.	Lengvoji atletika (rutulys, ietis)	Deimantas Jusys Tolvydas Skalikas	7 – Rutulys 9 – Ietis
Edgaras Matakas	22 m.	Plaukimas	Ramūnas Leonas	3 – 50 m laisvuoju stiliumi 5 – 100 m krūtine
Mantas Brazauskis	31 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Artūras Jonikaitis	34 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Nerijus Montvydas	35 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Genrik Pavliukianec	45 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Justas Pažarauskas	29 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3
Marius Zibolis	46 m.	Golbolas	Valdas Gecevičius	3



BEBAIMIO KOVOTOJO ŠIRDĮ IŠTIRPDO SŪNUS

Jautrus, dėmesingas, atidus. Dziudo imtynininkas Osvaldas Bareikis toks ne tik šeimoje, bet ir bendraudamas su mažiau pažįstamais žmonėmis. Nors yra silpnaregis, jis širdimi jaučia aplinkinių nuotaikų permainas. Šios savybės užsispyrusiam sportininkui padeda ir ant tatamio: iš Tokijo paralimpinių žaidynių su bronzos medaliu grįžęs kovotojas intuityviai nuspėja varžovų veiksmus.





„Matyt, yra dalykų, dėl kurių vienas sportininkas pasiekia daugiau nei kitas. Tai asmeninės savybės, netikraumenys. Osvaldo dėmesingumas gyvenime greičiausiai padeda ir sportuojant. Jei jau ko nors imasi, atsiduoda šimtu procentų ir tikslo siekia iki galo“, – O. Bareikio žmona Gluosnė žavisi vyro ryžtu niekada nepasiduoti.

Osvaldo ir Gluosnės Bareikių šeimoje kryžtauja kelių mėnesių sūnus Eivinas. Jis gimė birželio 3-iają, likus keliems mėnesiams iki dziudo imtynininkui antrųjų paralimpinių žaidynių.

Tvarkaraštis buvo griežtas, tačiau pirmagimio atėjimas į šį pasaulį nublanko prieš visa kita, tad Osvaldas nedvejodamas išėjo savaitės atostogų ir jas praleido su žmona pagimdžiusiųjų palatoje. Treniruotas kūnas norėjo krūvio, artėjo Tokijo žaidynės, bet O. Bareikis dėmesį skyrė tik žmonai ir sūnui.

Į Eiviną jis galėjo žiūrėti valandų valandas. Paėmęs sūnų ant rankų, neatitraukdavo nuo jo akių. Nuo gimimo silpnaregis Osvaldas iš arti gali įžvelgti daugiau nei tik blyškų siluetą.

Tas žodžiais nenusakomas jausmas, kai sūpuoji savo vaiką, girdi jo šnopavimą, kai saldžiai miega, užuodi pieną, kurį jis ką tik gėrė, jauti jo šilumą, pakylėja iki dangaus. Ir prideda jėgų, sužadina azartą užkariauti pasaulį. Tokijoje O. Bareikiui pavyko užkopti ant garbės pakylės, nes jis stengėsi ne vien dėl savęs – ir dėl sūnaus.

O grįžęs namo pakėlė Eiviną ir stipriai apkabino.

„Paėmiau sūnų ant rankų ir jausmais bei žodžiais pasakiau, kad labai jį myliu. Ir kaip reikia siekti tikslų“, – pasakojo paralimpinis prizinininkas.

Susiėjo du skirtingi žmonės

Į Tokijo paralimpines žaidynes O. Bareikis pateko gavęs vardinį kvietimą. Prieš penkerius metus Rio de Žaneire lietuvis imtynininkas buvo penktas, Tokijoje norėjo būti bent jau ne žemiau, tad medalis svario kategorijoje iki 73 kg buvo tarsi atpildas už visus tuos metus, kai nieko nepaisydamas liejo prakaitą per treniruotes, kai per varžybas siekė prizinininkų pakylės, bet vis nepavykdavo.

„Į šį medalį įdėjau labai daug darbo ir nervų“, – prisipažino 27-erių O. Bareikis, jau 16 metų lankantis dziudo treniruotes. Šia sporto šaka susidomėjo mokymdamasis Lietuvos aklųjų ir silpnaregių ugdymo centre Vilniuje. Treniruotes jau lankė klasės draugas, tad ir Osvaldas nutarė pabandyti, o pabandęs liko ilgam.

Aklųjų ir silpnaregių centre mokėsi ir Gluosnė – keleriais metais už Osvaldą vyresnė mokyklos aktyvistė. Jos buvo pilna visur: ji sportavo, išbandė daugybę būrelių, daug dėmesio skyrė mokslams ir visai nesidomėjo vaikiniais.

„Tuo metu nuolat kartočiau, kad man nieko nereikia ir vaikinai būtų tik laiko gaišimas. Bet, kaip sakoma, Dievas juokiasi iš tavo planų. Sakai, ai, ne dabar, bet ima



3

OSVALDAS BAREIKIS TOKIJO
PARALIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ DZIUDO IMTYNIŲ
SVORIO KATEGORIJOS IKI 73 KILOGRAMŲ
VARŽYBOSE UŽĖMĖ 3 VIETĄ IR IŠKOVOJO
BRONZOS MEDALĮ

2

OSVALDAS BAREIKIS PARALIMPINĖSE
ŽAIDYNĖSE DALYVAVO ANTRĄ KARTĄ

16

27-ERIŲ OSVALDAS BAREIKIS DZIUDO
TRENIRUOTES LANKO 16 METŲ

ir nutinka būtent dabar“, – juokėsi 30-metė moteris. Gluosnei buvo septyniolika, kai su Osvaldu tapo pora. Nors jis keleriais metais jaunesnis, aktyvią paauglę patraukė tuo, kad buvo visiškai kitoks nei ji pati.

„Man patinka viską planuoti, aiškiai žinoti, kas, kur, kada. Nebūčiau galėjusi turėti tiek skirtingos veiklos, jei nebūčiau mokėjusi visko tiksliai suplanuoti. Tvarkaraštį dėliodavau minutės tikslumu. Osvaldas buvo laisvesnis, spontaniškesnis. Staiga jis tempiasi pasivaikščioti, o aš purtau galvą, kad po keliolikos minučių man tas, po pusvalandžio anas. Iš Osvaldo ir aš išmokau gyvumo“, – patikino G. Bareikienė.

2019-aisiais, po dešimtmečio gražios draugystės, Osvaldas ir Gluosnė atšoko vestuves. Per tuos metus drauge jie nugludino aštirus kampus ir vienas prie kito prisitaikė. Gluosnė tapo spontaniškesnė, Osvaldas įprato daugiau planuoti, nors žaismingo vėjavaikiškumo neprarado.

„Jei neplanuotų, Osvaldui būtų daug sunkiau. Ypač dabar, kai turime sūnų“, – įsitikinusi G. Bareikienė.

Darbų ir pareigų – galybė

Šeimoje paralimpinis prizininkas ūkiškas ir supratingas. Reikia – išplaus grindis. Reikia – pabus su sūnumi, pakeis jam sauskelnes, numaudys ir nukarpys nagus. Paruoš pusryčius ar vakarienę, išmazgos indus.

Skanioji O. Bareikio kiaušininė šeštadienio pusryčiams

tapo šeimos tradicija, nes kitų tradicijų dėl sudėtingo sportininko tvarkaraščio dar neišėina sukurti.

Osvaldas ne tik sportuoja, bet ir visu etatu dirba plastiko įmonės konstruktoriumi-technologu. Sostinės Pilaitės rajone šeima statosi namą, tad ir ten aibė didesnių ar mažesnių darbų.

„Aš įpratęs dirbti keturiais frontais, tad viską suspėju, – juokėsi O. Bareikis. – Daugumą darbų prie namo patikime profesionalams, nors tai, ką galime, pasidarome patys.“

Daug laiko kasdien atima treniruotės. Kad ir koks pavargęs būtų po tiesioginio darbo ir pareigų šeimoje, Osvaldas sąžiningai jas lanko. Mažiausiai šešis kartus per savaitę po dvi valandas, o kartais ir dukart tiek, paralimpinis prizininkas dirba ant tatamio ar treniruoklių salėje. Rengiantis žaidynėms tų treniruoklių buvo ypač daug, tad laiko naujagimiui sūnui ir žmonai O. Bareikis galėjo skirti itin mažai.





labai seniai. „Osvaldo treniruotės mums lyg pusryčiai ar pietūs. Žinome, kad jos yra, ir dėl to nesukame galvos“, – patikino paralimpinio prizininko žmona.

Pati Gluosnė anksčiau irgi sportavo. Kaip šuolininkė į tolį ar plaukikė dalyvaudavo pasaulio ir Europos čempionatuose, nors iki paralimpinių žaidynių nebuvo nukeliavusi.

Įstojusi į Vilniaus universiteto Psichologijos institutą, Gluosnė lankė treniruotes, per studentų mainų programą po pusmetį gyveno Ispanijoje ir Italijoje, išmoko šių šalių kalbų, studijuodama magistrantūroje Vokietijos atvirajame plaukimo čempionate pasiekė 100 m nugara ir 50 m laisvuju stiliumi asmeninius bei Lietuvos aklųjų ir silpnaregių rekordus.

„Viską įmanoma suderinti, kai labai nori. Juk sakoma, kuo daugiau darai, tuo daugiau laiko tam atsiranda“, – šypsosi veikli moteris.

Tačiau galiausiai teko rinktis: mokslai ir darbas ar sportas, mat viskam laiko nebeužteko. Gluosnė liovėsi sportuoti, gavo organizacinės psichologijos magistro diplomą ir tapo atlygių bei papildomų naudų konsultante, padedančia įmonėms turėti kuo labiau motyvuotus darbuotojus.

Per psichologijos studijas įgytų žinių Gluosnė šeimoje

niekada netaikė ir nesirengia taikyti.

„Turėjome labai aiškų kursą dėl etikos: pažįstamų, artimųjų, draugų psichologai niekada nekonsultuoja ir netaiko specialių metodikų. Riba yra labai griežta ir aš jos niekada neperžengiau. Be to, sporto ir organizacinės psichologija yra skirtingos sritys, tad Osvaldui, kaip sportininkui, reikėtų specialisto, turinčio tam tikrų specifinių žinių.

Su vyru, žinoma, pasikalbame, bet Osvaldas nelinkęs labai išsipasakoti, o besiguodžiančio išvis neįsivaizduoju“, – teigė G. Bareikienė.

Medalį skyrė pirmagimiui

Atgaivą po visų darbų ir pareigų paralimpinis prizininkas randa šeimoje. Kad ir koks pavargęs būtų, kad ir kaip prastai jaustųsi, paėmęs ant rankų sūnų, O. Bareikis atsigauna.

„Jis nuostabus tėvas. Labai rūpestingas ir atidus. Po treniruotės, pasitaiko, norėtų prigulti, bet paima Eivinę ir iškart pradeda šypsotis. Nuovargį lyg ranka nuima. Jie drauge žaidžia, bendrauja, mankštinaisi“, – pasakojo Gluosnė.

Tad niekam nebuvo staigmena, kai paralimpinį medalį O. Bareikis skyrė sūnui. Nes Eivinas – didžiausia Osvaldo



ir Gluosnės pergalė.

Apie tai, ko galėtų ir norėtų siekti Tokijuje, O. Bareikis žmonai niekada nekalbėjo. Ši ir neklausė. Matydama, kiek daug laiko ir jėgų vyras skiria sportui, Gluosnė tyliai meldėsi, kad Osvaldas būtų sveikas, ir tvirtai tikėjo, jog jis pajėgus pavyti savo troškimus.

Ramia širdimi išleidusi vyrą į Tokijų žaidynes, Gluosnė liko rūpintis visais namų kampais. Naktimis tekdavo keltis maitinti kūdikio, tad Osvaldo kovų moteris nestebėjo. Prie televizoriaus ekrano prilipo tik per lemiamą kovą. Džiaugėsi neapsakomai ir labai stebėjosi, kai sulaukė

daugybės skambučių, sveikinančių būtent ją su Osvaldo paralimpine bronzą.

Nuslūgus aistroms ir nusiplovęs prakaitą, O. Bareikis irgi paskambino žmonai. Pasidžiaugė rezultatu ir, žinoma, norėjo sužinoti viską apie Eiviną.

Ant tatamio tvirto ir bebaimio kovotojo širdį ištirpdo mažytis verkiantis kamuolėlis. Sūnus, kuriam dziudo kovotojas pasaulį paklotų po kojomis. Ir kuris ūgtelėjęs, galima neabejoti, nepaprastai didžiuosis savo tėvu – paralimpinių žaidynių bronzos medalio laimėtoju.



ČEMPIONO ŠIRDĮ TURINTIS PLAUKIKAS SVAJOJA APIE NAUJAS AUKŠTUMAS



Plaukikas Edgaras Matakas (23 m.) neturėjo kito pasirinkimo, kaip Tokijo žaidynėse tapti paralimpiniu prizininku, nes išvykdamas tai pažadėjo artimiausiam žmogui. „Ji bus mano viltis“, – paėmęs naują gimę ant rankų prieš pirmąsias savo žaidynes Rio de Žaneire ištarė plaukikas ir taip išrinko mažajai sesutei vardą. Dabar penkerių Viltė – aistringiausia ir reikliausia brolio sirgalė, o sesers nuomonė ir norai Edgarui yra patys svarbiausi.

„Pažadėk, kad parveši medalį“, – spyrė Viltė, o tokių pažadų dalyti nemėgstantis E. Matakas bandė išsisukti. Tačiau įspraustas į kampą davė seseriai žodį, kad iš Tokijo žaidynių grįš su medaliu.

Jis žinojo, kad yra pajėgus kovoti su geriausiais pasaulio paralimpiečiais, ir slapčia vylėsi, kad taps čempionu, bet sportas visada nenusipėjamas.

50 metrų laisvuojų stiliumi S11 (visiškai nematančių sportininkų) klasės finale E. Matakas stengėsi iš visų jėgų ir finišą pasiekė trečias, taip iškovodamas pirmąjį Tokijo paralimpinį medalį Lietuvai.

Plaukiko namuose Kaune šventė buvo didžiulė. Viltė šūksniais ir plojimais pranešė apie brolio laimėjimą šilainiams, o paskui ir visam savo darželiui išpyškino: „Ar girdėjote, mano brolis laimėjo paralimpinę bronzą?!“

Iš Tokijo baseino išlipusiam Edgarui irgi tarsi atlėgo, kad tesėjo seseriai prieš žaidynes duotą pažadą, bet ant širdies vis tiek gulėjo sunkus akmuo, nes norėjo plaukti greičiau ir būti gerokai aukščiau. Ant aukščiausio prizininkų pakylės laiptelio!

„Kai visą sezoną rodai puikius rezultatus ir į žaidynes vyksti su mintimi, kad po tiek metų sporto esi pajėgus užsikabinti paralimpinį aukso medalį, visada liūdnoka, kai po finišo pasako, deja, nelaimėjai“, – dar ir dabar E. Matakui skaudu dėl to, kad svajonė buvo greitesnė. Vis dėlto svarbiausios Edgardo sirgalės Viltės neišmatuojamas džiaugsmas dėl paralimpinės bronzos apmalšino ir plaukiko skaudulius.

2020-ųjų Tokijo žaidynėse E. Matakas dar plaukė SB11 klasės 100 metrų krūtine finale, pasiekė asmeninį rekordą (1 min. 16,27 sek.) ir užėmė penktą vietą.

Žada sekti brolio pėdomis

Nors šeimoje tarp vyriausio ir jauniausio vaikų 18 metų skirtumas, brolio ir sesers ryšys pavydėtinas. Jie drauge žaidžia, kalbasi, juokiasi, vaikšto į renginius.

Neregiumi broliui Viltė visuomet paduoda reikiamą daiktą, palydi jį iki reikiamos patalpos.

Pasaulyje žinomas paralimpinis plaukikas E. Matakas išmokė seserį plaukti, o Viltė jau dabar svajoja, kad

ūgtelėjusi taip pat lankys plaukimo treniruotes ir sieks būti čempionė.

„Svarsčiau, gal dukterį leisti į šokių ar aerobiką, bet apie tai net kalbos negali būti. Ne! Ji lankys tik baseiną ir bus kaip brolis“, – juokėsi plaukiko ir jo seserų motina 44 metų Sandra Matakienė.

E. Matakos šeimoje yra dar 19-metė sesuo Liveta, su ja plaukikas irgi puikiai sutaria, tačiau jaunėlė vis tiek jam pati artimiausia.

Tas Edgaro ir Viltės noras plaukti S. Matakienai atrodo net šiek tiek komiškas, mat ji pati paniškai bijo vandens.

„Aš ne tai kad nemoku plaukti – ir nenoriu išmokti. Įbrendu į vandenį iki kelių, ir man jo per akis“, – prisipažino S. Matakienė.

Todėl tuomet, kai silpno regėjimo 12-metis paauglys sūnus pareiškė, kad lankys plaukimo treniruotes, jo motina nustėjo.

„Tu plauksi?! Nejuokink žmonių!“ – aikčiojo S. Matakienė. Bet Edgaras užsispyrė. Jis nebuvo tas talentas, kuriam viskas sekasi ir kurį neeiliniai gebėjimai iškelia aukščiau už kitus. Tačiau užsispyrimas ir begalinis noras būti geriausiam Edgarą stūmė pirmyn.

E. Matakos grybšniai baseine buvo vis tvirtesni, bet regėjimas prastėjo. Iš močiutės, motinos mamos, plaukikas paveldėjo glaukomą – ligą, dėl kurios akyje padidėja spaudimas, siaurėja akiplotis ir atrofuojasi regos nervas.

Edgaras jau gimė su negalia. Silpnaregis berniukas nuo vaikystės vaikščiojo pasibalnojęs nosį akiniais, o pirmokas

sunkiai pritapo prie bendraamžių: per pamokas su jais nespėdavo, nes sunkiai įžiūrėjo raides ir skaičius.

Pradėjęs mokytis specializuotame ugdymo centre, E. Matakas pasijuto geriau, bet paauglystėje regėjimas pradėjo dar labiau silpti, o galiausiai vaikas visai apako. „Išbandėme viską, kad tik grąžintume sūnui regėjimą, tačiau gydytojai pasakė: „Viskas, nebegalime nieko padaryti. Dabar galite tik stebuklo laukti.“ Tad aš vis dar laikiu to stebuklo. Mano, mamos, širdis dar tiki, kad jo sulauksiu, nes medicina sparčiai žengia pirmyn“, – vylėsi S. Matakienė.

Šeimoje Edgaras – vienintelis neregys. Ir jo seserys, ir tėvai puikiai mato. Ir nors motina dar tikisi stebuklo, seserims brolio negalia visai netrukdo. Kai augo, Liveta padėdavo broliui mokytis, skaitydama jam storiausias knygas. Dabar jau Viltė dažniausiai tampa Edgaro akimis neregui painiuose Kauno, ir ne tik jo, labirintuose.

Jau mąsto apie kitas žaidynes

Grįždamas iš Tokijo E. Matakas gniaužė seseriai pažadėtą paralimpinį apdovanojimą, o sunkiame lagamine buvo saugiai supakuotos lauktuvės: rankšluosčiai, pliušiniai žaislai ir, žinoma, saldainiai.

„Jei Viltė pasidalys, gausite ir jūs“, – šeimynykščius per dantį traukė plaukikas, mažylei įteikdamas dovanas.

Tačiau geriausia dovana Viltei buvo pagaliau grįžęs brolis. Iškart pakibo jam ant kaklo ir nesitraukė nė per žingsnį.

Nors plaukikas dar jautė nuoskaudą dėl išslydusio



paralimpinio aukso, šeimoje ir jis pagaliau aprimo, susitaikė ir pradėjo kurti naujus planus.

„Tą auksą parvešiu iš Paryžiaus! Pamatysite, aš galiu jį laimėti!“ – lyg mantrą kartoją namišiams.

E. Matakas visada toks: turintis tikslų ir jų siekiantis, drąsiai svajojantis ir nepalenkiamas optimistas.

„Psichologiškai jis labai stiprus. Pavyzdžiui, jei man kas negerai, nesiseka, visada ateis ir nuramins: „Tu neišgyvenk, dabar nekas, bet bus geriau.“ Edgaras tiki sėkme, į viską žiūri optimistiškai ir neabejoja, kad bus gerai. Ne dabar, bet kada nors tikrai bus“, – sakė S. Matakienė.

Net apie Tokijo paralimpines žaidynes šeimai E. Matakas per daug nepasakojo, nes tai, kas ten buvo, jau pražuvo. Jo mintys dabar – Paryžiuje, kuriame 2024 m. vyks kitos paralimpinės žaidynės.

„Norėčiau, kad į Paryžių pažiūrėti, kaip plaukiu, galėtų atvykti visa mano šeima“, – prisipažino paralimpinis prizinininkas, ir toliau besivejantis savo svajonę laimėti svarbiausią apdovanojimą.

O šeima jau dabar nepaprastai didžiuojasi Edgaro laimėjimais.

Tų laimėjimų buvo ne vienas. 2017 m. gruodį Meksikoje neregys iš Kauno tapo 50 metrų laisvuju stiliumi pasaulio čempionu. Prieš tai jis dar laimėjo bronzą, plaukdamas 100 metrų laisvuju stiliumi.

Šiomet gegužę Portugalijoje, Madeiros saloje, Edgaras iškovojo Europos žmonių su negalia plaukimo čempionato tris aukso medalius: triumfavo 100 metrų bei 50 metrų laisvuju stiliumi ir 100 metrų krūtine rungtyse.

100 m laisvuju stiliumi atrankoje E. Matakas pasiekė asmeninį ir Lietuvos rekordą – 59,73 sek., o finale jį darsyk sudaužė, finišo link plaukdamas viesulo greičiu – 58,83 sek.

50 metrų laisvuju stiliumi atrankoje jis irgi pasiekė asmeninį rekordą – 25,89 sek., o finale plaukė kiek lėčiau, bet vis tiek buvo nepralenkiamas ir distanciją įveikė per 26,05 sek. Sezoną papuošė paralimpinė bronzą.

„Prilipusi prie kompiuterio stebėjau, kaip jis plaukia, ir nepaprastai džiaugiasi, kad Tokijuje sūnus iškovojo bronzą. Bet vis tiek neapleido mintis: sveikinti jį ar ne, nes greičiausiai bus piktas.

Palaukiau pusvalandį, jis neparašė, nors paprastai iškart paklausia, ar mačiau. Tad pati brūkštelėjau: „Sveikinu.“ O jis: „Taip neturėjo būti, turėjo būti geriau.“ Bet paskui nurimo, pasikalbėjome, kad jis dar labai jaunas ir dar turės progų. Edgaras visada nori laimėti“, – pasakojo S. Matakienė.

Į treniruotes visada noriai

Tas nepaprastas noras būti geriausiam tarsi benzinas





E. Matakas varikliui. Augdamas Neries ir Nemuno santakoje Kaune, Vilijampolėje, būsimasis paralimpinis prizinininkas kasdien turėjo išgyventi kiemų karuose, nes „Slabodka“ vadinamame rajone silpniems nebuvo vietos. Tačiau vaikystės draugai paniro į alkoholį ir nusikaltimus, o E. Matakui išsigelbėjimu tapo plaukimas. Iš Vilijampolės šeima išsikėlė į Šilainius, bet plaukimas Edgarui iki šiol labai svarbus.

„Jis visą save atiduoda sportui. Treniruotės būdavo ir penktą valandą ryto, bet sūnus visada be problemų į jas keldavosi. Nesvarbu, pūga, kruša, lietus, jis keliai ir eina. Nė karto neištarė, kad tingiu ar nenoriu“, – prisiminė S. Matakienė.

Grybšnis po grybšnio tobulėdamas, plaukikas užsibrėžė būti geriausias visur ir visada. Net tuomet, kai nepasiseka, jis toliau siekia savo tikslų ir tiki, kad kitąkart bus geriau.

„Edgaras nuolat mums kartoja: „Aš galiu tai padaryti ir padarysiu“, – teigė S. Matakienė.

Namie plaukikas būna retai, bet jei tik būna, visada neprašomas padeda buityje: parneša sunkius krepšius iš parduotuvės, išplauna indus.

„Jis labai geras vaikas“, – subrendusį sūnų motina vis dar vadina vaiku.

Tačiau tas vaikas jau pats braižo savo gyvenimo žemėlapi, kuriame – dideli užmojai užkariauti pasaulį. E. Matakas neabejoja, kad jam pavyks.

„Tokijoje iškovoju ne tik medalį. Ten dar labiau subrendau, pajutau didesnę atsakomybę ir pamačiau

savo spragas. Dabar žinau, kur man reikia tobulėti ir kur dėti akcentus, rengiantis kitoms paralimpinėms žaidynėms“, – aiškino plaukikas.

Tokijo žaidynės jam buvo antros. 2016-aisiais, būdamas septyniolikos, E. Matakas jau plaukė Rio de Žaneiro paralimpinėse žaidynėse.

Ošiant daugiatūkstantinei miniai Rio olimpiniam stadione per atidarymo ceremoniją jis nešė Lietuvos trispalvę, kurią gavo iš tuometės šalies prezidentės Dalios Grybauskaitės rankų.

Trijose rungtyse plaukęs paralimpinių žaidynių debutantas kovojo ne tik su varžovais, bet ir su jauduliu – iki tol jam neteko stovėti ant starto bokštelio, ošiant 18 tūkstančių žiūrovų miniai.

Plaukdamas 100 metrų laisvuju stiliumi lietuvis užėmė 10-ą vietą, o varžybų protokoluose buvo itin gerai įvertintas už greitą reakciją atsispiriant nuo bokštelio.

50 metrų laisvuju stiliumi rungtyje moksleivis pagerino ir asmeninį, ir Lietuvos rekordą (27,86 sek.) ir buvo 11-as, o 400 metrų laisvuju stiliumi finale finišavo 8-as.

Tokijoje tribūnos buvo beveik tuščios, nes dėl pandemijos į jas nebuvo leidžiami žiūrovai. Bet ne minios ir sirgaliai lemia rezultatus, o juodas darbas iki varžybų ir šiek tiek sėkmės. Tad Edgaras ir toliau planuoja kantriai ir sunkiai dirbti – be savaitgalių, laisvų vakarų ir jauniems žmonėms įprastų pramogų. Tačiau čempiono širdį turinčiam plaukikui ta kaina atrodo nedidelė. O sėkmė, kad ir kokia nenusipėjama būtų, gimusius būti čempionais visada susiranda.



GOLBOLININKUS Į PRIEKĮ STŪMĖ NUGALĖTOJŲ DVASIA

Lietuvos golbolo rinkinei Tokijuje pavyko atsikratyti prakeiksmo, kuriam ilgai neturėjo paaikškinimo. Pasaulio elitui daugybę metų priklausantys šalies golbolininkai Japonijos sostinėje antras žaidynes iš eilės lipo ant prizininkų pakyls, nors prieš tai iš svarbiausių varžybų su apdovanojimais grįždavo tik kas antrą kartą. Tokijo paralimpinių žaidynių bronza – lyg atpildas už ištvermę ir užsispyrimą nepasiduoti, kad ir kaip buvo sunku.

Ant slidžių Tokijo arenos grindų, atrodė, ne sykį paslydo ir Rio de Žaneiro paralimpinių čempionų lietuvių viltys. Čempionų karūną jie nešiojo penkerius metus, nes dėl mirtino koronaviruso pandemijos Tokijo žaidynės metams atidėtos.

Tas laikas buvo sunkus, nes nevyko varžybos, kurį laiką – ir treniruotės, tad ir progų taisyti klaidas beveik nepasitaikė. Į komandą grįžo legendinis veteranas Genrikas Pavliukianecas, jis įnešė ne tik patirties, bet ir užtikrintumo. Tačiau stigo emocijų, kurias gali patirti tik varžydamasis, o tarpusavio pasižadimai per treniruotes nebuvo tas kelias, kuriuo eidamas tobulėji.

Vis dėlto į Tokiją ginti čempionų titulo Lietuvos golbolininkai išvyko pilni ryžto. Bet nesėkmė, lygiosios, dar viena nesėkmė sumūrijo sieną, skiriančią laimėtojus

nuo nevykėlių. Ta siena buvo tvirta, tačiau nugriauinama. Žaidynių pradžioje lietuviai neatsilaikė prieš Braziliją (2:11), paskui sužaidė lygiosiomis su Alžyru (7:7), o tada krito prieš Japoniją (2:10).

Slidinėdami ant drėgnų paralimpinės arenos grindų, Lietuvos golbolininkai viltį už uodegos vis dėlto pagriebė per paskutines A grupės rungtynes – 13:3 nugalėjo JAV komandą. O paskui lietuviai ketvirtfinalyje 7:4 įveikė ir pirmąją B grupės komandą Belgiją.

Pusfinalyje 5:9 pralaimėję brazilams, Lietuvos golbolininkai atsitiesė mažajame finale ir 10:7 įveikė JAV. Paralimpinis turnyras lietuviams buvo gausus nuokalnių ir įkalnių, tačiau pirmoji bronza istorijoje atpirko vargus. Ji buvo tokia pat brangi kaip ir prieš penkerius metus Rio de Žaneire iškovotas auksas.

Apie Tokijo žaidynes kiekvienas Lietuvos golbolininkas pasakos savo istoriją, bet esminius jų bruožus išskiria visi. STARTAS. Visi sportininkai žino nerašytą taisyklę, kad varžovai čempionams į gerklę kimba iš visų jėgų. O paralimpinio turnyro tvarkaraštis lietuviams buvo ypač nepalankus. Dar per pirmas rungtynes jis lėmė akistatą su viena pajėgiausių pasaulio komandų Brazilija, kuri, kaip vėliau paaiškėjo, tapo Tokijo žaidynių čempione.

Savo jėgomis lietuviai pasitikėjo, tačiau stigo tos patirties, kurios gali įgyti tik per varžybas.

„Kiekvienam sportininkui varžybos – lyg egzaminas, per kurį pasitikrini, kiek iš tiesų išmokai. Mes tik prieš pat žaidynes turėjome šią tokį turnyrą, o reikia bent keturių penkių.

Pavyzdžiui, kinai treniravosi su japonais, Brazilijoje vyksta geri vietos čempionatai, kokių Lietuvoje nėra. Tad, neturėdami varžybų, nematėme savo klaidų ir negalėjome jų taisyti. Jas taisėme jau prasidėjus žaidynėms. Tos klaidos pradžioje mus ir laidojo“, – aiškino 45 metų veteranas G. Pavliukianecas.

Lietuviai dažnai ir daug kalbėjosi, analizuodami savo klaidas ir ieškodami būdų jas taisyti, bet atsitiesti vis nesisekė.

„Vienas irgi ilgai mąsčiau, kas su mumis ne taip. Lyg ir sunkiai dirbome, lyg ir nusiteikimas geras, daug metų žaidžiame drauge, todėl abejoju, ar buvome nepasirengę psichologiškai. Bet kažkas vis nesiklijavo. O kas, ir dabar negaliu pasakyti“, – prisipažino komandos kapitonas 47-erių Marius Zibolis.

Erzino ir nepatogumų kėlė grindų danga, kuri greitai sudrėkdavo ir tapdavo slidži. „Nors sąlygos visiems buvo vienodos, mums ta drėgna danga kažkodėl kėlė itin didelių nepatogumų, pradėjome klysti ir puldami, ir gindamiesi.

Ant tos slidžios dangos per pirmas trejas rungtynes prisidarėme daugiau kaip 10 baudinių, o ir pats turi pulti kitaip, nei esi įpratęs. Taikytis iš visų jėgų, nes ir kamuolys tokiomis grindimis čiuožia kaip per ledą“, – aiškino 31 metų Mantas Brazauskis.

Kai stengiesi kaip įmanydamas, o atsitiesti vis neišeina, krinta ūpas ir svyra rankos. Tačiau Lietuvos golbolininkai rado tvirtybės susiimti tada, kai labiausiai reikėjo.

LŪŽIS. Atkrinamąsias varžybas lietuviai pradėjo ne nuo ketvirtfinalio, o, kaip patys sako, nuo aštuntfinalio, kuriuo vadina paskutines grupės rungtynes su amerikiečiais. Tai buvo dvikova „Mirk arba gyvenk“.

Patekti į ketvirtfinalį Lietuvos rinktinė turėjo galimybių ir pralaimėjusi, tačiau prieš rungtynes su amerikiečiais

giliai nukišo skaičiavimus ir susikaupė grumtynėms dėl pergalės.

Į lemiamą A grupės akistatą su amerikiečiais susirinko visai kitokia lietuvių komanda nei paralimpinių žaidynių pradžioje: užsidegusi, susikaupusi, žinanti, ką ir kaip turi daryti, visiškai pasitikinti savimi. Tad ir pergalė buvo užtikrinta ir tikrai neatsitiktinė.

„Ši pergalė sugrąžino mums emocinę pusiausvyrą“, – įsitikinęs 29 metų Justas Pažarauskas.

Laimėta grupės dvikova su amerikiečiais ne tik jam – visiems komandos žaidėjams – tapo kertiniu akmeniu, nuo kurio būsimoji Tokijo žaidynių prizininkai pradėjo grįsti kelią garbės pakylos link.

„Per šias rungtynes mes pagaliau žaidėme labai užtikrintai, o kai pajutome pergalės skonį, kai pradėjome aikštėje viską pagaliau atlikti techniškai, tai, pagauti tos bangos, įveikėme ir ketvirtfinalio barjerą“, – teigė M. Brazauskis.

Po rungtynių su amerikiečiais per komandos susirinkimą Mantas ištarė: „Pagaliau mes pradėjome dalyvauti paralimpinėse žaidynėse!“ Tai jautė visi.

Tos dvikovos emocinis užtaisas buvo itin stiprus. Lietuviai lyg uraganas šlavė viską, kas pasitaikydavo kelyje. Krito, bet kėlėsi stipresni.

„Žaidynių pradžioje mums niekaip nesisekė užsikabinti. Vienas pralaimėjimas, kitas. Bet nepuolėme į neviltį – susiėmėme tada, kai labiausiai reikėjo. Gal ir patirtis turėjo reikšmės. Man tai buvo jau šeštos žaidynės, žinau, kad pasitaiko duobių, bet privalai toliau kovoti dėl kiekvieno taško, privalai kuo geriau atlikti savo darbą.

Nesakyčiau, kad buvome nepasirengę psichologiškai, bet pradžioje gal stigo emocinio užsivedimo, o per rungtynes su amerikiečiais jis buvo neįtikėtinas. Po nesėkmių kiekviena dvikova yra aukso vertės, o ta buvo ypač svarbi. Puikiai supratome, kad pralaimėję galime važiuoti namo“, – sakė G. Pavliukianecas.

Pergalė prieš amerikiečius įkvėpė lietuvius. Tad net kluptelėjimas pusfinalyje jų nesugniuždė. Atsitiesę, nors buvo sunku, paralimpinį turnyrą jie baigė pergale kovoje dėl bronzos su tais pačiais amerikiečiais.

TRAUMOS. Lietuvos golbolo rinktinė net ir sunkiausiais momentais nebandė pateisinti nesėkmių tuo, kad komandoje du traumuoti žaidėjai.

Veteranai G. Pavliukianecas ir M. Zibolis į Tokiją išvyko turėdami bėdų, kurių išspręsti jau nebuvo galimybių.

Legenda vadinamas G. Pavliukianecas po 2016 m. Rio žaidynių buvo baigęs karjerą ir sportavo tik laisvalaikio, kartą ar du per savaitę.

Pernai birželį jis grįžo, vėl pajuto profesionalių treniruočių ritmą, bet, kaip pats tvirtina, geriausios savo sportinės formos nepasiekė. „O gal jau ir niekada jos nepasieksi, nes reikia pasižiūrėti į skaičius pase“, – šyptelėjo veteranas. Metų pradžioje jis patyrė sveikatos problemų. Krisdamas per treniruotę susitrenkė alkūnę, joje ėmė rinktis skystis, prasidėjo bursitas – sąnario tepalinio maišelio uždegimas. Skystį ištraukė, bet po kurio laiko jo vėl atsirado, padidėjo rizika, kad žaizda supūliuos.

G. Pavliukianecui buvo būtina bent 6–8 savaitių pertrauka, bet jos niekaip negalėjo daryti, nes paralimpinės žaidynės buvo visai ant nosies. Tad iškart po jų veteranas atsidėjo poilsiui.

Likus porai savaitių iki žaidynių susižeidė ir M. Zibolis – atšoko kairiojo blauzdikaulio kremzlė. Padedamas medikų, kurie įtrindavo kelį specialiu šildomuoju tepalu, Tokijuje Marius ėjo į aikštę ir žaidė iš visų jėgų.

„Esu kantrus skausmui, nors, galima sakyti, jo net nejusdavau“, – patikino Tokijuje komandos kapitono raištį ryšėjęs M. Zibolis.

Tačiau po žaidynių jis priverstas gultis ant operacinio stalo, o paskui lauks mažiausiai pusės metų rehabilitacija. „Galėčiau gyventi ir be operacijos, bet jei noriu sportuoti, o aš to noriu, privalau operuotis. Gal nebūtinais golbolą žaisiu, bet norėčiau turėti galimybę pabėgioti, dviračį paminti, todėl privalau išspręsti šią problemą“, – sakė M. Zibolis.

RUTINA. Tokijo žaidynės Lietuvos golbolininkams

prailgo. Atvykę prieš savaitę iki paralimpinio golbolo turnyro pradžios, jie išvyko kelios dienos po to, kai šis baigėsi. Tad beveik tris savaites sukosi lyg voverės tame pačiame rate.

Dėl pandemijos taisyklės buvo itin griežtos ir paralimpinį kaimą, kuriame gyveno, lietuviai, kaip ir kitų šalių sportininkai, galėjo palikti tik vykdami į treniruotes ar varžybas. Ekskursijos po Tokiją buvo griežtai uždraustos. Maršrutas kambarys–valgykla–pramogų zona buvo mirtinai įgrisęs. Juolab kad laisvo laiko buvo itin daug: treniruotėms skirtos valandos ribotos, turnyre pasitaikė laisvų dienų.

Dienas stūmė, kas kaip išmanė. M. Zibolis klausydavosi tinklalaidžių apie sportą ir keliones, G. Pavliukianecas suko vaizdo klipus savo „YouTube“ kanalui, visa komanda dažnai susėdavo prie žaidimo „Uno“ stalo.

Paralimpinio kaimo pramogų zonoje pramogų nebuvo gausu, bet golbolininkai išbandė įvairius žaidimus, kurių taisyklių nesuprato, paskui dažniausiai žaidė smiginį. Šio elektrinis taikinysskleidė skirtingus garsus, priklausomai nuo to, kur įsmigdavo strėlytė, tad neregiamis buvo lengviau skaičiuoti taškus.

Slėgė ne tik rutina. Slėgė ir tuščia arena. Per pasaulio ir Europos golbolo čempionatus žiūrovų nebūna daug, bet ir G. Pavliukianecas, ir M. Zibolis, ir M. Brazauskis, ir J. Pažarauskas puikiai žino, kaip gaudžia tribūnos per paralimpines žaidynes.

Tas triukšmas visus užveda. „Kiek dalyvavau žaidynėse,



3

LIETUVOS VYRŲ GOLBOLO
RINKTINĖ TOKIJO
PARALIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE
UŽĖMĖ 3 VIETĄ IR
IŠKOVOJO BRONŽĄ

6

LIETUVOS RINKTINĖS
VETERANAS GENRIKAS
PAVLIUKIANECAS
DALYVAVO ŠEŠTOSE
PARALIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE

2024

LIETUVOS RINKTINĖS
VETERANAI MARIUS ZIBOLIS
IR GENRIKAS PAVLIUKIANE-
CAS NEATMETA GALIMYBĖS
DALYVAUTI 2024 M. PARYŽIAUS
PARALIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE



tribūnose būdavo bent septyni tūkstančiai žiūrovų. Nepamirštas jausmas buvo Rio de Žaneire, kai finale žaidėme su amerikiečiais. Sirgaliai pasidalijo per pusę. Nepaprastai smagu žaisti, kai jauti palaikymą. Tokijuje trūko tos ugnies. Gal mums tai būtų buvęs papildomas stūmoklis“, – svarstė G. Pavliukianecas.

KOMANDA. Kad ir kaip pradžioje nesisekė, kad ir kiek klaidų buvo, Lietuvos golbolo rinktinė visas žaidynes buvo nepaimama tvirtovė savo dvasia. Buvo šiek tiek kibirkščių, vienas kitas aštresnis žodis, bet nebuvo kaltinimų ir vienas kito smerkimo.

„Esame profesionalai, drauge žaidžiame mažiausiai 15 metų, su Mariumi – 30. Kaip sako Marius, „tu mane užknisai, bet vis tiek be tavęs negaliu“. Jei nebūtume komanda, nebūtume net bronzos laimėję“, – įsitikinęs G. Pavliukianecas.

PRAKEIKSMAS. Paralimpinių žaidynių titulus Lietuvos golbolininkai skaičiuoja jau du dešimtmečius. Tačiau medalius parsiveždavo tik kas aštuonerius metus.

2000 m. Sidnėjuje laimėję sidabrą, 2004-aisiais Atėnuose liko be apdovanojimų. Dar sykį paralimpiniais vicečempionais tapo 2008 m. Pekine. 2012-aisiais Londone lietuviams garbės pakyla vėl buvo per aukšta, o 2016 m. Rio de Žaneire jie užkopė ant aukščiausio laiptelio ir tapo paralimpiniais čempionais.

„Prakeiksmas rodė, kad Tokijuje ir vėl liksime be nieko.

Smagu, kad pavyko tą prakeiksmą panaikinti“, – šypsojosi G. Pavliukianecas.

Lietuvos rinktinės veteranas Tokijuje tapo tituluočiausiu visų laikų šalies golbolininku. Šešeriose žaidynėse jau dalyvavęs G. Pavliukianecas savo trofėjų kolekcijoje turi aukso, du sidabro ir bronzos paralimpinius medalius.

ATEITIS. G. Pavliukianecui 45-eri, M. Ziboliui 47-eri, tačiau nė vienas jų nepasakė, kad kelią rinktinėje jau baigė. Jei bus jėgų, jei Lietuvos rinktinė iškovo kelią, jie galbūt žais ir 2024 m. Paryžiaus žaidynėse.

„Po Rio sakiau, kad gana. Po Tokijo suprantu, kad niekada negalima sakyti „Niekada“. Tad ir nesakau. Jei leis sveikata, sportinė forma ir bus noro žaisti, tada dar žaisiu“, – žada G. Pavliukianecas.

Jam antrina ir M. Zibolis. Prieš Tokijo žaidynes jis jau mąstė apie karjeros pabaigą, bet Tokijuje pamatė, kad dar gali būti naudingas rinktinei, padrąsino ir komandos draugai.

„Dar noriu žaisti, – neslepia M. Zibolis, – o kaip bus, parodys ateitis. Pirmiausia reikia iškrovoti teisę dalyvauti Paryžiaus žaidynėse.“

Pirmą tokią galimybę Lietuvos golbolininkai turės kitąmet Kinijoje vykstančiame pasaulio čempionate, kuriame, jei neatsiras nenumatytų kliūčių, tikisi dalyvauti ir abu veteranai.

TOKIJUJE LENGVAATLEČIAI SĖMĖ PATIRTIES SKRYNIOS LOBIUS

Jaudulys prieš varžybas gali užauginti sparnus, bet gali ir skaudžiai pakišti koją. Paralimpinių žaidynių debiutantams lengvaatlečiams Oksanai Dobrovolskajai, Donatui Dundziui ir Andriui Skujai nutiko blogesnis variantas, tad ir rezultatai ne tokie, kokių norėtusi patiems sportininkams. Tačiau svarbiausiose varžybose debiutavę lengvaatlečiai jau rengiasi naujoms paralimpinėms žaidynėms, tvirtai tikėdami, kad Tokijuje išmoktos pamokos aukštumų padės siekti Paryžiuje.

Būrys Lietuvos sportininkų nekantriai trypčiojo Tokijo paralimpinio stadiono prieigose, laukdami savo eilės pasirodyti žaidynių atidarymo ceremonijoje. Laukimas prailgo. Kelias valandas lietuviai stebėjo, kaip į stadioną žengia varžovų komandos, o Lietuvos rinktinė, pagal japonų alfabetą, take pasirodė viena paskutinių.

Šalies trispalvę stipriai spaudė komandos kapitonas A. Skuja, o šalia koja kyon per atidarymo ceremoniją žingsniavo O. Dobrovolskaja – vienintelė moteris Lietuvos paralimpinėje rinktinėje.

„Nerealus jausmas. Nešti savo šalies vėliavą yra fantastiška“, – po ceremonijos žodžius sunkiai rinko 29 metų A. Skuja. Jam buvo nelengva balsu išreikšti tai, kas korbėjo giliai viduje, – pasididžiavimą savo šalimi ir savo komanda, kuri, nors ir negausi, atvyko į Tokiją ginti Lietuvos garbės. Šalies paralimpinei rinktinei atstovavo 11 sportininkų.

„Atidarymo ceremonija transliuojama visame pasaulyje, o man suteikta garbė nešti trispalvę. Žinoma, kad jaučiau spaudimą nenuvilti žmonių, kurie manimi pasitikėjo“, – po žaidynių, jau nusiūgus jauduliui ir susidėliojus mintims, pasakojo A. Skuja.

Jo partnerė 25-erių O. Dobrovolskaja žengdama stadiono taku irgi jaudinosi. Tas jaudulys buvo džiaugsmingas, lyg drugeliai pilve skrajotų. „Labai didžiavausi, kad gavome galimybę atvykti į Tokiją ir atstovauti savo šaliai“, – pasakojo lengvaatletė.

Tačiau stadione skambėjusi muzika greitai nutilo, pakili būsena nusiūgo ir paralimpiečių pečius užgulė

atsakomybė, žaidynių debiutantams įvairūs sunkiai pakeliamas streso.

„Jaudinausi iki ašarų“, – prisipažino O. Dobrovolskaja. D. Dundziui jaudulys prieš varžybas virto nervais dėl slystančio rutulio, o A. Skujai širdį dilgčiojo nerimas.

Prieš varžybas stengiasi nesusitikti

Gruodžio mėnesį atlapaširdis dzūkas D. Dundzys švęs 30-mečio jubiliejų. Jam nereikia brangių dovanų, lengvaatletis geriausią dovaną norėjo pasidovanoti pats: Tokijo žaidynių debiutantas vylėsi, kad ne tik pasieks asmeninį rekordą, bet ir rutulį svies taip, kaip per varžybas dar nėra sviedęs. Tikėjo, kad rutulys gali skrieti už 14 metrų ribos, mat per treniruotes ten ne kartą buvo atsidūręs.

D. Dundzys pirmasis iš Lietuvos lengvaatlečių pasirodė Tokijo paralimpiniame stadione. F37 (koordinacijos sutrikimai) klasės rutulio stūmimo varžybose dalyvavęs alytiškis stengėsi iš visų jėgų, tačiau kad ir kaip tikino save nusiraminti, smegenys neklausė.

„Dar prieš varžybas jaučiau, kad Donatui kažkas ne taip. Ir jam, ir man tai buvo pirmos tokios svarbios varžybos, tad jaudinomės abu. Abu neturėjome patirties, kaip su tuo susidoroti. Stadionas milžiniškas, žiūrovų nėra, slegia atsakomybė“, – pasakojo 12 metų su lengvaatlečiu dirbantis treneris Jonas Baltrušaitis.

Motina ir tėvu auklėtiniui dažnai tampantis treneris puikiai pažįsta Donatą ir žino, kad prieš varžybas geriau prie jo nelįsti. Ir šiukštu nekalbėti apie sportą: kartą



lengvaatletis J. Baltrušaičiui prasitarė, kad artėjant varžyboms mintis nori susidėlioti tylomis, o ne dar ir dar garsiai prisiminti, ką ir kaip turėtų daryti.

„Prieš varžybas stengiuosi prie Donato nelįsti su patarimais apie techniką ar kitus dalykus, nes jei tik pasakai žodį, jis iškart karščiuojasi. Galima sakyti, net atskirai vaikštome ir stengiamės nesusitikti, o jei susitinkame, pajuokaujame, bet apie būsimus pasirodymus nesikalbame“, – sakė J. Baltrušaitis.

Jaudulys neleido užmigti

Rutulio stūmimą D. Dundzys laiko pagrindine savo rungtimi. Lengvaatletis dar dalyvavo disko metimo varžybose, ten pasiekė geriausią sezono rezultatą (44 m 98 cm) ir užėmė septintą vietą. Toks rezultatas atletui tinka, bet Donatas jo nesureikšmina.

O stumdamas rutulį jis tikėjosi daugiau, nei pasiekė. Daug daugiau. Jau pradžia buvo nekokia, mat Tokijuje, skirtingai nei per kitas svarbias varžybas, paralimpietis negalėjo rinktis: visi rutuliai buvo nauji ir vienodi.

Įprastai stūmikai galėdavo patys nuspręsti, nori naujo ar aprinto rutulio, net šios skersmenį prisitaikyti prie rankos. Tokijuje jie tokios galimybės neturėjo. Talko – specialių miltelių, kuriais trinama ranka, kad rutulys nebūtų toks slidus, – nemėgstantis D. Dundzys pabandė kartą kitą, bet rutulys vis slydo.

„Kai antras stūmimas išėjo nekoks, nes rutulys išslydo, pradėjau nervintis. Ir tada jau visai nesisekė“, – prisipažino D. Dundzys. Treneris įtikino auklėtinį pasitrinti rankas talku, kad rutulys taip neslystų, rezultatas tapo geresnis,

bet alytiškis vis tiek nebuvo patenkintas.

„Tikinau save, kad viskas bus gerai, kad čia tik eilinės varžybos, bet tas mažai padėjo“, – neslėpė lengvaatletis. Geriausiu, ketvirtuoju, bandymu D. Dundzys rutulį nustūmė 13 m 86 cm, 6 centimetrais pagerindamas asmeninį rekordą, ir užėmė 6-ą vietą. Daugelis sveikino žaidynių debutantą, bet šis buvo nelaimingas.

„Tikėjausi, kad bus geriau, – nusivylęs kalbėjo Donatas, – per treniruotes stumdavau ir 14 m 40 cm ar 14 m 50 cm. Kartą nustūmiau net 14 m 60 cm, o čia tik 13 m 86 cm.“ Po varžybų jis jautėsi išsunktas ir emociškai, ir fiziškai, nes išvakarėse miegojo gal tik tris valandas – ramybės nedavė įkyrios mintys. Tad palikęs rutulio stūmimo sektorių lengvaatletis ieškojo būdų nusiraminti ir susidėlioti mintis.

„Norėjau pabūti vienas ir apgalvoti, ką blogai dariau“, – patikino.

Auklėtinį kaip nuluptą pažįstantis treneris J. Baltrušaitis leido šiam atvėsti, o paskui pagyrė, kad debiutinėse žaidynėse pasiekė asmeninį rekordą.

„Ne visiems tai pavyksta. Nors Donatas save baudė ir labai išgyveno dėl rezultato, mes visi tuo rezultatu patenkinti.

Kiekvienas sportininkas nori daugiau, jis pats jautė, kad gali geriau, nes per paskutines treniruotes rodė gerus rezultatus. Bet psichologinė būsena, jaudulys stebint varžovus, galų gale nauji rutuliai padarė savo. Šiuo atveju už rezultatą, matyt, svarbesnė įgyta patirtis ir tai, kad Donatas pagaliau išmoksta dalyvauti tokio lygio varžybose“, – įsitikinęs J. Baltrušaitis.

Širdį spaudė nepaaiškinamas nerimas

Lietuvos paralimpinės rinktinės kapitonas A. Skuja žengdamas į ieties metimo sektorių jaudinosi, bet tikėjo, kad prasidėjus varžyboms nusiramins ir padarys viską, ką moka geriausiai.

Tačiau F46 (viršutinių galūnių negalia) klasėje varžęsis metikas atliko tik tris bandymus ir buvo priverstas traukti atgal į drabužinę. Pirmuoju bandymu A. Skuja ietį nuskraidino 45 m 9 cm, ir tai buvo geriausias jo metimas. Tiek neužteko, kad lietuvis patektų į finalą, tad galutinėje įskaitoje jis užėmė 9-ą vietą.

„Dilgtelėjo širdį, kad reikia taip greitai palikti paralimpinį stadioną, – prisipažino Andrius. – Žinojau, kad nesu šios rungties favoritas, bet vis tiek apmaudu. Atrodo, nesinervinau, nebuvau pavargęs, tačiau jaučiausi lyg nesavas. Niekaip neišėjo susidraugauti su technika: mesdamas įdedi daug jėgos, bet nemąstai blaiviai ir negali normaliai susidėlioti minčių.“

Juodą darbą padarė ne tik nervai, bet ir 6 valandų laiko skirtumas tarp Vilniaus ir Tokijo. Kai Japonijos sostinėje jau vakarėja, Lietuvoje dar rytas. Tad naktį lengvaatlečiai miego nesinorėjo, o dieną jautėsi apsiblausę.

„Prisidėjo ir karštis, nes juntamoji temperatūra buvo per 40 laipsnių. Baisu net pusvalandžiui užsnūsti pokaičio, nes paskui naktį visai nesudėsi bluosto“, – pasakojo A. Skuja.

Po poros dienų žengdamas į rutulio stūmimo sektorių Lietuvos rinktinės kapitonas jautėsi jau geriau prisitaikęs prie laiko skirtumo, bet širdį lyg peiliu vėrė nerimas. Po pramankštos rutulio stūmikai turėjo palikti sektorių, o kai buvo pristatyti, grįžo į sektorių, paskui A. Skują atsekė ir tas nepaaiškinamas nerimas.

„Nesuprantu, kodėl, bet prieš rutulio stūmimą – antrą savo rungtį Tokijoje – jaudinausi daug labiau“, – stebėjosi A. Skuja.

Jau pirmuoju bandymu lengvaatletis rutulį nustūmė 14 m 76 cm ir tai buvo geriausia, ką sugebėjo parodyti paralimpiniame stadione. Lietuvis šioje rungtyje buvo septintas.

Iki asmeninio rekordo – 15 m 1 cm – trūko 25 centimetrų. „Dėl to šiek tiek apmaudu, bet vis tiek pasirodžiau neblogai“, – įsitikinęs A. Skuja.

Jausmai neklausė proto

O. Dobrovolskajai sunku logiškai paaiškinti tai, kas dėjosi jos galvoje žengiant į paralimpinį disko metimo sektorių. Jaudulys buvo toks, kad upeliais tekėjo ašaros, o vienu metu lengvaatletei atrodė, kad tuoj nualps.

„Man sukosi galva, pykino, atrodė, kad po truputį prarandu sąmonę. Tokių stiprių jausmų dar nesu patyrusi“, – prisipažino disko metikė.

Nors puikiai išsimiegojo – dėl miego sunkumų Oksana niekada neturėjo, – ankstyvas varžybų laikas, matyt, irgi darė savo. Pakirdusi auštant, lengvaatletė atliko privalomąją COVID-19 patikros procedūrą, papusryčiavo ir iškeliavo į stadioną.

„Nesu pratusi taip anksti keltis, matyt, tai irgi pridėjo streso“, – svarstė O. Dobrovolskaja.

Prieš varžybas ji visada jaudinasi. Sportininkui jaudintis yra normalu, įsitikinusi Oksana, nes tada išsiskiria adrenalinas, o tinkamai jį panaudojant galima siekti aukštesnio rezultato.

25-erių O. Dobrovolskaja varžybose dalyvauja vos dvejus metus, tad su jauduliu dar neišmoko tvarkytis tinkamai, nors atrodė, jau pramoko jį apmalšinti.

„Tikėjausi, kad paralimpinėse žaidynėse nebus taip, kaip būdavo pačioje pradžioje, juk iki jų dalyvavau apie dešimtyje varžybų. Tačiau Tokijoje paaiškėjo, kad nesu pasirengusi tokiai atsakomybei. Jaudulys buvo milžiniškas“, – teigė disko metikė.

O. Dobrovolskają suglumino dar pramankšta. Ji



buvo tokia prasta, kad Oksana pravirko, ėmė savimi nepasitikėti. Atrodė, rankos pačios svyra, neįstengdamos net sugriebti disko. Nors tvardėsi iš paskutiniųjų, lengvaatletė jautėsi silpna ir pažeidžiama.

F11 klasės (regėjimo negalia) disko metimo varžybose O. Dobrovolskaja vis dėlto pateko į finalą ir užėmė 8-ą vietą. Geriausiu, antruoju, bandymu lengvaatletė iš Lietuvos diską numetė 29 m 50 cm.

„Tikėjausi geresnio rezultato. Ne tik aš – ir treneris, ir visi kiti tikėjosi, kad pasirodysiu geriau. Mano rezultatai per treniruotes, per kitas varžybas rodė, kad turiu būti daug aukščiau. Bet pasirodžiau taip, kaip pasirodžiau,



džiaugiuosi įgyta patirtimi“, – sakė Oksana.

Likus porai mėnesių iki žaidynių Lietuvos aklyjų ir silpnaregių čempionate Birštone O. Dobrovolskaja pasiekė asmeninį, taip pat šalies aklyjų ir silpnaregių rekordą – diską nusviedė 34 m 4 cm.

„Tokijoje bandžiau slopinti jaudulį. Kalbėjausi su savimi, dariau autogenines treniruotes, stengiausi likti optimistė, nes aiškiai suvokiau, kad jaudulys kiša koją. Deja, jausmai neklausė proto“, – prisipažino O. Dobrovolskaja.

Komanda tvirta it kumštis

Tokijo žaidynės nebuvo įprastos varžybos ne tik dėl milžiniškos jų reikšmės. Jos buvo kitokios ir dėl pasaulį sukausčiusios mirtino koronaviruso pandemijos bei jos ribojimų. Įpratę prie triukšmo, Tokijoje atletai buvo priversti varžytis tyloje, nes į stadionus ir arenas nebuvo leidžiami žiūrovai.

Sportininkai gyveno vadinamajame burbule, iš kurio neturėjo teisės išeiti. Ry tą jie pradėdavo atiduodami tirti seilių mėginį, paskui dieną vakarą sukosi paralimpiniame kaimelyje, jį palikdavo tik vykdami į treniruotes ar varžybas.

„Žiūrovai – svarbus varžybų prieskonis. Kai girdi šūksnius, nesvarbu, jie palaiko tave ar varžovą, jautiesi labiau užsivedęs. Pandemija neleido to patirti“, – teigė A. Skuja. Jam antrino D. Dundzys. Anot lengvaatlečio, visiems sportininkams trūko gaudesio tribūnose ir plojimų po gražių pasirodymų.

Tačiau griežtos karantino sąlygos turėjo ir šviesiąją pusę: Lietuvos rinktinės sportininkai buvo vieningi ir tvirti kaip sugniaužtas kumštis.

„Komandinę dviasį tikrai labai jautėme, – patikino O. Dobrovolskaja. – Džiaugėmės vieni kitų sėkme, vieni

kitus palaikėme ir visą laiką leidome drauge.“

Įgyta patirtis neįkainojama

Debiutinės žaidynės visiems trims lengvaatlečiams buvo patirties skrynja.

„Dabar jau žinau, kad prieš tokias varžybas svarbiausia išmokti nusiraminti ir suvaldyti jaudulį. Matyt, teks apsilankyti pas psichologą, kad geriau pasirengčiau kitoms žaidynėms, nes labai tikiuosi, kad 2024-aisiais būsiu Paryžiuje“, – vylėsi D. Dundzys.

Psichologo konsultacijų ieškos ir O. Dobrovolskaja. „Ateinančius trejus metus tikrai su juo dirbsiu“, – atskleidė lengvaatletė.

Tačiau Tokijoje ji gavo kur kas daugiau nei psichologinio pasirengimo pamoką. Bendraudama su pajėgiausiomis varžovėmis, Oksana į atmintį dėjos tai, kas jai atrodė svarbu ir kuo ketina ateityje pasinaudoti.

„Mano treniruotėse bus permaių“, – žadėjo diską

3

**TOKIJO PARALIMPINĖSE ŽAIDYNĖSE
LIETUVAI ATSTOVAVO TRYS LENGVAATLEČIAI**

1

**OKSANAI DOBROVOLSKAJAI, DONATUI
DUNDZIUI IR ANDRIUI SKUJAI TOKIJO
ŽAIDYNĖS BUVO PIRMOS**

6

**DONATAS DUNDZYS 6 CENTIMETRAIS
PAGERINO ASMENINĮ REKORDĄ RUTULIO
STŪMIMO SEKTORIJE**

metikė.

Dirbti taip, lyg visada būtum po didinamuoju stiklu, mokysis ir A. Skuja. Kiekviena treniruotė ir kiekvienos naujos varžybos jam bus lyg žūtbutinė kova. Nes paralimpinių žaidynių kovose išgyvena ir laimi tik patys stipriausi. Ne tik fiziškai – ir psichologiškai.

Kelias iki Paryžiaus žaidynių šiek tiek trumpesnis nei ligtoliniai paralimpiniai ciklai, mat iki jų liko treji, ne ketveri metai. Lengvaatlečiai turi ir jėgų, ir ryžto nuvykti į Meilės miestą ir jį užkariauti stumdami rutulį, mesdami ietį ar diską.

PAGERBIMŲ MARATONAS



Pasibaigus Tokijo vasaros paralimpinėms žaidynėms, Lietuvos rinktinės sportininkai ne iš karto nėrė į užtarnautą poilsį. Prieš atostogas mūsų šalies paralimpiečiai priėmė Lietuvos Respublikos prezidento Gitano Nausėdos, ministrės pirmininkės Ingridos Šimonytės, Socialinės apsaugos ir darbo ministrės Monikos Navickienės sveikinimus.





PARALIMPIEČIŲ KRANTINĖ JAMŽINS IR ĮKVĖPS



Vilniaus centre, šalia Neries upės, atverta nauja erdvė – Paralimpiečių krantinė. Čia įamžintos Lietuvos atletų pergalės paralimpinėse žaidynėse. Jos vilniečiams ir miesto svečiams pasakoja šalies sporto istoriją, įkvėpiančią gyventi aktyviau ir atkakliai siekti tikslų tiek sveikuosius, tiek žmones su negalia.

Renovuotą erdvę prie Olimpiečių gatvės papuošė paralimpiečių simbolio gilės skulptūra „Sugautas vėjas“ ir atminimo lentelės, skirtos šalies atletams, laimėjusiems paralimpinių žaidynių medalius.

2016 m. Rio de Žaneiro paralimpinių žaidynių čempionas ir Lietuvos paralimpinio komiteto prezidentas Mindaugas Bilius krantinės atidarymo akimirką pavadino istorine.

„Paralimpiečių pergalės yra visos Lietuvos pergalės. Tokio objekto atsiradimas yra didelis ir svarbus visų mūsų laimėjimas.

Garsiai kalbame apie žmones, gyvenančius su negalia, jų galias, suteikiamą įkvėpimą. Dabar apie tai kalba ir Paralimpiečių krantinė. Tikiu, kad ši jauki erdvė taps mėgstama vilniečių ir miesto svečių. Jie čia galės pailsėti ir pasisemti naujų jėgų, įkvėpimo siekti savo svajonių, kad ir kokios tolimos jos kartais atrodytų“, – sakė M. Bilius. Projekto meninės idėjos autoriai Vaiva ir Vidas Simanavičiai pasakojo, kad kūrinys „Sugautas vėjas“ sumanytas taip, jog žvelgiant skirtingais rakursais skulptūros pavidalas keistųsi. Iš paralimpiečių simbolio gilės ji mainosi į žmogaus figūrą ar vėjo plaikstomą skraistę, upės tėkmę. Tai kviečia pajusti, kad tik atlikus judesį, žengiant pirmyn, įmanoma išvysti dar neregėtus horizontus, naujas prasmes.

„Idėjos įgyvendinimas pasiteisino su kaupu. Žiūrovų

reakcijos patvirtina, kad skulptūra žadina mintis apie žmogaus viduje kunkuliuojančią jėgą, išorėn besiveržiantį potencialą“, – džiaugėsi menininkai.

Paralimpiečių krantinė pritaikyta ir pasiekiamą žmonėms, turintiems judėjimo, regėjimo negalią. Monumentas turi užrašus Brailio raštu, judėjimo negalią turintiesiems užtikrintas patekimas prie objekto.

Iš viso Paralimpiečių krantinėje 27 atminimo lentelės, čia palikta vietos prizininkams įamžinti.

Seimo pirmininkė Viktorija Čmilytė-Nielsen džiaugėsi Tokijuje paralimpiečių iškovotais trimis bronzos medaliais. Po šių žaidynių prizininkų sąrašą papildė dar trijų lietuvių pavardės.



„Paralimpiečiai puikiais pasiekimais džiugina sporto gerbėjus ir gina Lietuvos garbę. Tai įrodė neseniai vykusios Tokijo paralimpinės žaidynės. Džiaugiuosi, kad sostinėje atsirado tokia erdvė, kuri įamžina didžiulius neįgalių sportininkų laimėjimus ir kuri galbūt įkvėps siekti mažų kasdinių pergalių. Tegul iš nedidelio giliuko išauga stipriausi Lietuvos ąžuolai“, – sakė Seimo pirmininkė.

Projektas įgyvendintas Lietuvos paralimpinio komiteto partnerių ir rėmėjų lėšomis, palaikant Vilniaus savivaldybei. Ketvirtus metus su komitetu bendraujanti Lietuvos „Rotary“ klubų bendruomenė lėšas projektui rinko per kasmetines „Rotariados“ žaidynes.

„Lietuvos paralimpiečių ryžtas, valia ir atkaklumas ne kartą įrodė, kad didžiausias iššūkis gyvenime yra įveikti savo paties nusistatytas ribas. Tuomet galima atsisturti taip toli priekyje, kaip niekada nebūtum išdrįsęs net svajoti“, – sakė šalies „Rotary“ apygardos valdytojas Evaldas Vaineikis.

27

PARALIMPIEČIŲ PERGALĖMS ATMINTI
SKIRTOS 27 LENTELĖS

40

LIETUVOS ATLETAI PARALIMPINĖSE
ŽAIDYNĖSE YRA IŠKOVOJĘ 40 MEDALIŲ

1998

PIRMUOSIUS PARALIMPINIUS MEDALIUS
LIETUVIAI IŠKOVOJO 1988 M. SEULO
ŽAIDYNĖSE



LIETUVOS PARALIMPINIAI PRIZININKAI

Paralimpietis	Žaidynės ir laimėjimai
VYTAUTAS GIRNIUS (lengvoji atletika)	1988 m. SEULAS 1 vieta (ieties metimas) 1 vieta (penkiakovė) 1992 m. BARSELONA 2 vieta (penkiakovė) 1996 m. ATLANTA 2 vieta (ieties metimas)
DANUTĖ ŠMIDEK (lengvoji atletika)	1988 m. SEULAS 2 vieta (800 m) 3 vieta (400 m) 1992 m. BARSELONA 3 vieta (3 000 m)
SIGITA MARKEVIČIENĖ (lengvoji atletika)	1992 m. BARSELONA 2 vieta (800 m) 2 vieta (1 500 m) 2 vieta (3 000 m) 3 vieta (400 m) 1996 m. ATLANTA 3 vieta (800 m) 3 vieta (1 500 m)
SAULIUS LEONAVIČIUS (lengvoji atletika, golbolas)	1996 m. ATLANTA 3 vieta (1 500 m) 2008 m. PEKINAS 2 vieta (golbolas)
KĘSTUTIS BARTKĖNAS (lengvoji atletika)	1996 m. ATLANTA 2 vieta (5 000 m) 3 vieta (10 000 m) 2000 m. SIDNĖJUS 3 vieta (5 000 m) 2004 m. ATĖNAI 3 vieta (10 000 m)
MALDA BAUMGARTĖ (lengvoji atletika)	1992 m. BARSELONA 3 vieta (penkiakovė) 1996 m. ATLANTA 1 vieta (disko metimas) 1 vieta (rutulio stūmimas)
ALDONA GRIGALIŪNIENĖ (lengvoji atletika)	1996 m. ATLANTA 1 vieta (šuoelis į tolį) 2004 m. ATĖNAI 1 vieta (rutulio stūmimas) 2008 m. PEKINAS 2 vieta (rutulio stūmimas)
ROLANDAS URBONAS (lengvoji atletika)	1996 m. ATLANTA 3 vieta (rutulio stūmimas) 2000 m. SIDNĖJUS 2 vieta (disko metimas) 2004 m. ATĖNAI 3 vieta (disko metimas)
EGIDIJUS BIKNEVIČIUS (golbolas)	2000 m. SIDNĖJUS 2 vieta (golbolas)
ARVYDAS JUCHNA (golbolas)	2000 m. SIDNĖJUS 2 vieta (golbolas) 2008 m. PEKINAS 2 vieta (golbolas)
ALGIRDAS MONTVYDAS (golbolas)	2000 m. SIDNĖJUS 2 vieta (golbolas)

Paralimpietis	Žaidynės ir laimėjimai
GENRIK PAVLIUKIANEC (golbolas)	2000 m. SIDNĖJUS 2 vieta (golbolas) 2008 m. PEKINAS 2 vieta (golbolas) 2016 m. RIO DE ŽANEIRAS 1 vieta (golbolas) 2021 m. TOKIJAS 3 vieta (golbolas)
MARIUS ZIBOLIS (golbolas)	2000 m. SIDNĖJUS 2 vieta (golbolas) 2008 m. PEKINAS 2 vieta (golbolas) 2021 m. TOKIJAS 3 vieta (golbolas)
JONAS STOŠKUS (dziudo)	1996 m. ATLANTA 3 vieta (dziudo) 2004 m. ATĖNAI 3 vieta (dziudo)
KĘSTUTIS SKUČAS (plaukimas)	2004 m. ATĖNAI 2 vieta (50 m nugara)
LINAS BALSYS (lengvoji atletika)	2004 m. ATĖNAI 3 vieta (maratonas)
ALGIRDAS TATULIS (lengvoji atletika)	2004 m. ATĖNAI 3 vieta (disko metimas)
ŽYDRŪNAS ŠIMKUS (golbolas)	2008 m. PEKINAS 2 vieta (golbolas)
NERIJUS MONTVYDAS (golbolas)	2008 m. PEKINAS 2 vieta (golbolas) 2016 m. RIO DE ŽANEIRAS 1 vieta (golbolas) 2021 m. TOKIJAS 3 vieta (golbolas)
MANTAS PANOVAS (golbolas)	2016 m. RIO DE ŽANEIRAS 1 vieta (golbolas)
MANTAS BRAZAUSKIS (golbolas)	2016 m. RIO DE ŽANEIRAS 1 vieta (golbolas) 2021 m. TOKIJAS 3 vieta (golbolas)
JUSTAS PAŽARAUSKAS (golbolas)	2016 m. RIO DE ŽANEIRAS 1 vieta (golbolas) 2021 m. TOKIJAS 3 vieta (golbolas)
MINDAUGAS SUCHOVEJUS (golbolas)	2016 m. RIO DE ŽANEIRAS 1 vieta (golbolas)
MINDAUGAS BILIUS (lengvoji atletika)	2016 m. RIO DE ŽANEIRAS 1 vieta (rutulio stūmimas) 2 vieta (disko metimas)
EDGARAS MATAKAS (plaukimas)	2021 m. TOKIJAS 3 vieta (plaukimas)
OSVALDAS BAREIKIS (dziudo)	2021 m. TOKIJAS 3 vieta (dziudo)
ARTŪRAS JONIKAITIS (golbolas)	2021 m. TOKIJAS 3 vieta (golbolas)





TOKIJO VASAROS PARALIMPINIŲ ŽAIDYNIŲ UŽKULISIAI

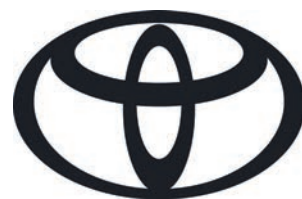
Dar daugiau nuotraukų – mūsų „Facebook“ ir „Instagram“ paskyrose!





ŽURNALĄ #ĮVEIKSAVE LEISTI
PADEDA LIETUVOS
PARALIMPINIO KOMITETO
PARTNERIAI IR RĖMĖJAI

EULOTO



@ParateamLietuva



@parateam_lietuva