

Luka Križaj – atletika

Luka je rojen 26.08.1982, v Ljubljani.



S športom se je začel ukvarjati zelo zgodaj, saj je že s štirimi leti treniral tenis pri TK Olimpija, nato pa nogomet pri NK Slavija. Ker je v vsakem športu želel spoznati nekaj novega, koristnega... se preizkušal tudi v košarki, odbojki, kolesarstvu, na koncu pa se je odločil za kraljico športov – atletiko.

Za šolo je tekmoval že v prvem razredu v krosu, osvojil kolajno, nato pa v tej disciplini zmagoval ali pa osvajal medalje vse do konca šolanja. Od 3. razreda dalje je nastopal na vseh atletskih tekmovanjih. V četrtem razredu je postal ljubljanski prvak v troboju, nato pa osvajal medaljo za medaljo v teku na 60m, skoku v daljino oziroma v višino ter štafeti 4x100m. Dosežke na šolskih tekmovanjih so kmalu opazili tudi v Atletskem klubu Olimpija in l. '92 je dobil povabilo, da se jim pridruži pri treningih. Tako se je začela njegova uspešna atletska pot. Do konca osnovne šole je nato pridno treniral in osvajal odličja tudi na državni ravni. Na DP mlajših mladincev je v skoku v višino zasedel 3. mesto ('96), leto kasneje je postal šolski državni prvak v isti disciplini. V Ljubljani še vedno velja njegov rekord 188cm, v skoku v višino.

Luka pa ni bil član samo atletske reprezentance šole, temveč je tekmoval tudi v malem nogometu, odbojki in košarki.

Šolanje je nato nadeljeval na srednji gradbeni šoli, jo uspešno končal, nato pa se vpisal na Fakulteto za gradbeništvo.

Kot se mnogim športnikom pripeti, je bil zaradi poškodbe kar nekaj časa oddaljen od atletskih tekmovanj. Po sanaciji le-te, je želja po tekmovanjih ponovno privrela na dan. Ponovno je začel redno ter resno trenirati in v letu 2001 prestopil v takrat novo nastali, ambiciozni klub Kronos, kjer trenira še danes.

V letu 2002 je na DP U-23 osvojil naslov državnega prvaka v teku 110 m z ovirami, 1. mesto s štafeto 4x100m ter 3.-je mesto v troskoku. V tem letu je popravil kar nekaj klubskih rekordov in izboljšal vse osebne.

Skupaj s trenerji in strokovnimi delavci kluba se je odločil, da se začne resno ukvarjati z mnogobojem (zunaj: deseterboj, v dvorani: sedmerboj). V nekaj mesecih mnogobojskega treninga je izredno napredoval in se na presenečenje vseh uvrstil v člansko državno reprezentanco. V ekipi je prvič nastopil na Evropskem pokalu v Mariboru (2. liga), kjer je z reprezentanco osvojil željeno 2. mesto. Skupaj s prvouvrščenimi Grki, se je naša atletska reprezentanca tako uvrstila v elitno 1. ligo.

Od leta 2002 je torej stalni član slovenske državne reprezentance v mnogoboju na ekipnih evropskih prvenstvih, za klub Kronos pa tekmuje tudi v posamičnih disciplinah.



OSEBNI REKORDI Luke Križaja

DVORANA:

60m = 6.96s
 200m = 22.39s
 400m = 50.21s
 1000m = 2:46.11
 60m ovire = 8.14s
 daljina = 7.19m
 višina = 201cm
 palica = 4.30m
 krogla = 11.91m

NA PROSTEM:

100m = 10.84s
 200m = 22.09s
 400m = 49.98s
 1500m = 4:45.78
 110m ovire = 14.43s
 daljina = 7.28m
 višina = 205cm
 palica = 4.50m
 krogla = 12.10m
 disk = 39.22m
 kopje = 57.45m

NAJVEČJI USPEHI:

- 1993 -Mnogobojček, 1. mesto, TROBOJ
- 1996 -DP mladinci, 3. mesto, VIŠINA
- 1997 -DP mladinci, 1. mesto, VIŠINA
- 2001 -DP mladinci, 3. mesto, 4x100m (štafeta)
 -DP U-23, 3. mesto, 4x100m (štafeta)
- 2002 -DP U-23, 1. mesto, 110m OVIRE
 -DP U-23, 1. mesto, 4x100m (štafeta)
 -DP U-23, 3. mesto, TROSKOK
- 2003 -EU Pokal (2. liga), 2. mesto, EKIPNI MNOGOBOJ
 -EU Pokal (2. liga), 17. mesto, POSAMIČNI MNOGOBOJ
 -DP U-23, 1. mesto, 4x100m (štafeta)

- DP U-23, 2. mesto, 110m OVIRE
- DP člani, 3. mesto, MNOGOBOJ
- 2004 -EU Pokal (1. liga), 7. mesto, EKIPNI MNOGOBOJ
- EU Pokal (1. liga), 18. mesto, POSAMIČNI MNOGOBOJ
- Mednarodni miting, 2. mesto, MNOGOBOJ
- DP člani, 2. mesto, MNOGOBOJ
- DP člani, 3. mesto, 60m OVIRE
- DP člani, 3. mesto, DALJINA
- DP U-23, 1. mesto, 110m OVIRE
- DP U-23, 1. mesto, 4x100 (štafeta)
- DP U-23, 2. mesto, 100m
- DP U-23, 2. mesto, VIŠINA
- DP U-23, 2. mesto, 4x400 (štafeta)
- 2005 -DP člani, 2. mesto, 60m OVIRE
- DP člani, 3. mesto, DALJINA
- DP člani, 3. mesto, MNOGOBOJ
- DP člani, 3. mesto, 110m OVIRE
- 2006 -MM Linz, 3. mesto, 60m OVIRE
- MM Linz, 6. mesto, 60m
- MM Dunaj, 7. mesto, 60m OVIRE
- MM Bratislava, 8. mesto, 60m
- MM Budimpešta, 10. mesto, 60m OVIRE
- 2008 -DP Maribor, 1. mesto, 4x100m ŠTAFETA
- MM Ljubljana, 1. mesto, 60m OVIRE
- MM Bratislava, 8. mesto, 60m OVIRE
- 2009 -DP Nova Gorica, 1. mesto, 60m OVIRE
- APS finale, Velenje, 1. mesto, 110m OVIRE
- APS finale, Velenje, 3. mesto, VIŠINA
- DP Maribor, 2. mesto, 110m OVIRE
- DP Maribor, 3. mesto, 4x100m ŠTAFETA
- DP Maribor, 4. mesto, 100m

*OPOMBE: DP=državno prvenstvo, U-23=m-lajši člani, EU=evropski pokal, MM=mednarodni miting, APS=atletski pokal Slovenije

