

**Goran Kasum**, *Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja Univerziteta u Beogradu,*  
**Mališa Radović**, *Filozofski fakultet u Nikšiću*

## **STAROSNA STRUKTURA VRHUNSKIH RVAČICA**

### **1. UVOD**

Uvažavajući značaj koji rvanje za žene danas ima u svetu, kao i činjenicu da se u ovom vidu rvanja na Olimpijskim igrama osvaja čak šesnaest medalja (u četiri kategorije), većina država koje pretenduju na značajne sportske rezultate, potrudila se da poseduje što je moguće kvalitetnije razrađen sistem treninga rvanja za žene. Zbog toga se u svetu vrlo intenzivno radilo i radi na traženju najracionalnijih puteva za povišenje kvaliteta i efikasnosti treninga i pripreme rvačica, a ti procesi su dosta burni i ponekad izazivaju vrlo žučne rasprave i sukobe mišljenja stručnjaka koji se bave ovom problematikom.

Mada oko prioriteta u načinu pripreme postoje određena razlike u shvatanjima, svi se specijalisti slažu da je za vrhunski rezultat potrebna dobra selekcija i odabir kandidata za reprezentaciju. Kao jedan od veoma bitnih kriterijuma za selekciju i odabir reprezentacije uzima se uzrast kandidatkinja i njegovo uklapanje u uzrasne karakteristike specifične za pojedine težinske kategorije. U ovom radu je pažnja posvećena analizi starosne strukture vrhunskih rvačica, sa posebnim osvrtom na Olimpijske igre u Atini 2004. godine, i on se vrlo logično nadovezuje na analize koje su već urađene za rvače grčko – rimskim i slobodnim stilom. Problem rada se ogleda u određivanju idealnog uzrasta za postizanje vrhunskih rezultata u rvanju za žene, dok predmet rada predstavlja analiza starosne strukture rvačica, učesnica Olimpijskih igara 2004. godine u Atini. Rezultati ovog rada trebalo bi da doprinesu boljem sagledavanju perspektivnosti pojedinih rvačica, kao i boljoj prognostici njihovih vrhunskih ostvarenja.

### **2. NEKA DOSADAŠNJA ISKUSTVA**

Kako je rvanje za žene relativno mlada sportska disciplina, ni broj radova koji tretira ovu problematiku nije suviše veliki. Praćenjem dostupne literature

nisu nađeni radovi koji se konkretno odnose na uzrast vrhunskih rvačica, ali su, radi komparacije, zanimljivi i radovi koji govore o uzrastu vrhunskih rvača.

Analizirajući prosečne starosti olimpijskih šampiona u rvanju na svim Olimpijskim igrama modernog doba, Curby (2005) je ustanovio da prosečna starost pobednika u grčko – rimskom stilu iznosi 27,15 godina, dok prosek starosti pobednika u slobodnom stilu iznosi 26,42 godine. Najveći prosek starosti pobednika u rvanju grčko – rimskim stilom bio je na Olimpijskim igrama u Antverpenu 1920. godine, i iznosio je 32,91 godinu (rvalo se u pet kategorija). U Los Andelesu 1932. godine (osam kategorija) prosek starosti pobednika iznosio je 31,80 godina, a u Londonu 1948. godine 29,16 godina za osam težinskih kategorija. Najmanji prosek starosti pobednika bio je na Olimpijskim igrama u Atini 2004. godine i iznosio je 24,38 godina za sedam kategorija, kao i 1992. u Barceloni kada je prosek starosti pobednika u deset kategorija iznosio 24,89 godina. Pojedinačno, najstariji olimpijski pobednici su bili teškaši Finac Lindfords sa 41,52 godine na Olimpijskim igrama 1920. godine u Antverpenu i Roščin iz Sovjetskog Saveza sa 40,49 godina na Olimpijskim igrama u Minhenu 1972. godine. Najmlađi pobednici su bili: Nalbadjan iz Sovjetskog Saveza 1976. u Montrealu (star 20,13 godina u kategoriji do 68 kg), Turčin Jerlikaja 1996. u Atlanti (star 20,13 godina u kategoriji do 82 kg), i Safin iz Sovjetskog Saveza 1952. godine u Helsinkiju (star 20,3 godine u kategoriji do 67 kg). U slobodnom stilu najveći prosek starosti, 29,61 godinu, imali su pobednici na Olimpijskim igrama u Berlinu 1936. godine, i 29,19 godina u Meksiko Sijetu 1968. godine, a oba puta se rvalo u osam kategorija. Pobednici su, sa prosečno 23,16 godina, najmlađi bili na Olimpijskim igrama u Londonu 1908. godine (pet kategorija) i sa 23,63 godina u Moskvi 1980. godine (deset kategorija). Pojedinačno, najstariji pobednici su bili teškaši Mekokišvili iz Sovjetskog Saveza sa 40,27 godina (1952. u Helsinkiju) i Mađar Bobis sa 38,81 godinom (1948. u Helsinkiju). Najmlađi pobednici u slobodno stilu rvanja bili su Jugosloven Trstena, koji je u Los Andelesu 1984. godine u kategoriji do 52 kg pobedio sa 19,6 godina, i Ogenesijan iz Sovjetskog Saveza, koji je sa 20,48 godina pobedio u kategoriji do 90 kg 1980. godine u Moskvi.

Govoreći o pripremi bugarskih vrhunskih rvača grčko – rimskim stilom, Kriviralčev (1984) je konstatovao da se prosečna starost osvajača medalja na Olimpijskim igrama od 1968. do 1980. godine uglavnom kretala od 26 do 28 godina. Prosečna starost osvajača medalja u Meksiku 1968. godine bila je 28,7 godine, u Minhenu 1972. godine prosek je bio 27,1, u Montrealu 1976. prosek je bio 26,4 godina, a u Moskvi 1980. ponovo 27,1 godina. Autor je konstatovao da je do 1972. godine postojala razlika u godinama između lakših i težih ktegorigija, i da

su osvajači medalja u težim kategorijama bili znatno stariji od osvajača medalja u lakšim kategorijama. Promena pravila 1973. godine dovela je do ujednačavanja starosti u lakšim, srednjim i težim kategorijama. Isti autor je konstatovao da nema značajnih razlika između prosečnih godina osvajača prve medalja u svojoj karijeri i osvajača prve zlatne medalje u karijeri, i čak su prvu zlatnu medalju, u proseku, osvajali rvači u mlađim godinama.

Tumanjan (1989), govoreći o izradi dugogodišnjih programa u sportskom rvanju, kao period očekivano najvećih takmičarskih dostignuća navodi razdoblje od 25 do 30 godina. Ovu fazu on naziva periodom stabilizacije rezultata. U istom radu, period od 19 do 25 godina, autor definiše kao period demonstracije ili najave najviših takmičarskih dostignuća.

Sif (2000) kao najpogodniji uzrast za početak bavljenja rvanjem navodi uzrast od 10 – 11 godina, kao idealno vreme za početak intenzivnog specifičnog treninga navodi uzrast 15 – 16 godina, dok kao period vrhunskih dometa u rvanju navodi uzrast od 24 do 28 godina.

Bompa (2000) je, analizirajući prosečnu starost takmičara učesnika na Olimpijskim igrama od 1968. do 1992. godine, utvrdio da su rvači u proseku bili stari 24,8 godina. Isti autor, kao uzrast u kojem je od rvača realno očekivati vrhunski rezultat, navodi period od 24. do 27. godine.

Analizirajući prosečan uzrast šestorice najboljih učesnika Olimpijskih igara 1988. godine po sportovima, Bompa (2001) navodi da su šestorica prvoplasiranih rvača u proseku bili stari 25,7 godina.

Tineman (2002) je analizirao starost rvača koji su se, na Svetskom prvenstvu u rvanju slobodnim stilom, održanom u Grčkoj 2001. godine, plasirali među prvih deset. Zaključio je da njihova prosečna starost iznosila 24,7 godina, i da su najmlađi rvači, plasirani među prvih deset, bili stari 18 godina (njih dvojica), dok je najstariji rvač sa ovim plasmanom bio star 33 godine. Na istom takmičenju, sličnu analizu autor je izvršio i za rvanje grčko – rimskim stilom, i dobio nešto veći prosek uzrasta deset prvoplasiranih rvača – 25,8 godina. Autor je ustanovio da su najmlađi rvači, plasirani među prvih deset, bili stari 19 godina (njih trojica), dok je najstariji rvač sa ovim plasmanom bio star 33 godine.

Kasum i Radović (2006) su, analizirajući starosnu strukturu rvača grčko – rimskim stilom, učesnika Olimpijskih igara u Atini, zaključili da je njihova prosečna starost iznosila 27 godina, prosečna starost deset prvoplasiranih rvača bila je 27,3 godine, dok je prosečna starost osvajača medalja iznosila 27 godina, a prosek godina pobednika je iznosio 24,2 godine. Autori su zaključili da je idealno vreme za postizanje najboljih rezultata uzrast od 23 do 31 godine, a u ovom uzrastu se nalazilo 16 osvajača medalja, ili 76,2% ukupnog broja osvajača

medalja, te 54 rvača plasirana među prvih deset u svojoj kategoriji, ili 77,14% od ukupnog broja prvoplasiranih deset rvača.

Kasum (2006) je, analizirajući starosnu strukturu rvača slobodnim stilom, učesnika Olimpijskih igara u Atini, zaključio da je njihova prosečna starost iznosila 26,3 godina, prosečna starost deset prvoplasiranih rvača bila je 26,7 godine, dok je prosečna starost osvajača medalja iznosila 25,9 godina, a prosek godina pobednika iznosio je 25,2 godine. Autor je zaljučio da je idealno vreme za postizanje najboljih rezultata uzrast od 22 do 29 godina, a u ovom uzrastu se nalazilo 17 osvajača medalja, ili oko 81% ukupnog broja osvajača medalja, te 53 rvača plasirana među prvih deset u svojoj kategoriji, ili 76 % od ukupnog broja prvoplasiranih deset rvača.

### **3. ANALIZA UZRASTA UČESNICA OLIMPIJSKOG TURNIRA U RVANJU ZA ŽENE - ATINA 2004. GODINE**

Olimpijske igre predstavljaju krunu karijere svakog sportiste, pa je tako i sa rvačicama. Zato je ovo takmičenje bilo izuzetno zanimljivo i interesantno. Opšte pravilo, da na Olimpijskim igrama nema loših protivnika, dodatno je dobilo na težini uvođenjem kvalifikacionih normi za plasman na Olimpijske igre. Tako je za Igre u Atini, norma bila plasman među prvih pet na Svetskom prvenstvu 2003. godine, te plasmani na prva tri mesta na dva kvalifikaciona turnira februara 2004. godine. Pored ovih 11 plasiranih rvačica po kategoriji, u svakoj kategoriji je pravo nastupa imala i predstavnik zemlje domaćina. Takođe, Međunarodna rvačka federacija (FILA) dodelila je i dve specijalne dozvole za učesće na Olimpijskim igrama, u cilju popularizacije i stimulacije rvačkog sporta u svetu.

Ovakav sistem kvalifikacija doveo je do toga da samo najkvalitetnije rvačice uspeju da se plasiraju na Olimpijske igre. Tako je takmičenje dobilo na koncentraciji kvaliteta i na neizvesnosti. Zbog svega ovoga je bilo zanimljivo ustanoviti starosnu strukturu tih, u tom trenutku najkvalitetnijih i najuspešnijih rvačica na svetu. U ovom radu je izvršena analiza starosne strukture svih učesnica Olimpijskog turnira u rvanju za žene, starosna struktura šest prvoplasiranih u svakoj kategoriji, kao i starosna struktura osvajačica medalja. Radi jednostavnije računice, za godine starosti rvačica uziman je broj godina koje je ona punila 2004. godine, kada su održane Olimpijske igre.

U **kategoriji do 48 kg** je učestvovalo 14 rvačica, a njihova prosečna starost iznosila je **24,9** godina. Najmlađe učesnice, sa 19 godina, bile su Kineskinja Li (plasirana na 9. mesto) i Ruskinja Orzak (5. mesto), a najstarija, sa 36 godina, Karamsahova iz Tadžikistana (7. mesto). Prosek starosti šest prvoplasiranih

rvačica iznosio je **23** godina, a među njima je najmlađa bila pomenuta Orzak iz Rusije (5. mesto), dok je najstarija bila četvrtoplasirana Francuskinja Bertnet sa 28 godina. Bronzanu medalju osvojila je Amerikanka Miranda, koja je imala 25 godina, srebrnu Japanka Išo (23 godine), a zlatnu Melnik iz Ukraine (22 godine). Tako je prosečna starost osvajačica medalja bila **23,4** godine.

Može da se konstatuje da su u ovoj kategoriji prosečna starost šest prvoplasiranih rvačica (23 godine), kao i prosečna starost osvajačica medalja (23,4 godine), bila ispod proseka starosti cele kategorije od 24,9 godine.

U **kategoriji do 55 kg** je učestvovalo 12 rvačica, a njihova prosečna starost iznosila je **25,3** godina. Najmlađe učesnice, sa 21 godinom, bile su Švedanka Karlson (plasirana na 4. mesto) i Kineskinja San (5. mesto), a najstarija, sa 32 godine, Fonseka iz Portoroka (12. mesto). Prosek starosti šest prvoplasiranih rvačica iznosio je **24** godine, a među njima su najmlađe bile pomenute Švedanka Karlson (plasirana na 4. mesto) i Kineskinja San (5. mesto), dok je najstarija bila osvajačica bronzane medalje, Francuskinja Gomis, sa 31 godinom. Srebrnu medalju je osvojila Kanadanka Verbek (27 godina), a zlatnu Melnik iz Ukraine (22 godine). Tako je prosečna starost osvajačica medalja bila **26,7** godina.

Može da se konstatuje da su u ovoj kategoriji prosečna starost osvajačica medalja (26,7 godina), bila iznad proseka starosti šest prvoplasiranih rvačica (24 godine) i iznad proseka starosti cele kategorije od 25,3 godine.

U **kategoriji do 63 kg** je učestvovalo 12 rvačica, a njihova prosečna starost iznosila je **27** godina. Najmlađa učesnica, sa 20 godina, bila je pobednica Japanka Išo Koari, a najstarija, sa 36 godina, Grkinja Zigouri (4. mesto). Prosek starosti šest prvoplasiranih rvačica iznosio je **25,9** godine, a među njima su najmlađa i najstarija bile pomenute osvajačica zlatne medalje Japanka Išo (20 godina) i četvrtoplasirana Grkinja Zigouri (36 godina). Srebrnu medalju je osvojila Amerikanka Mekman (24 godina), a bronzanu Francuskinja Goliot (28 godina). Tako je prosečna starost osvajačica medalja bila **24** godina.

Može da se konstatuje da su u ovoj kategoriji prosečna starost osvajačica medalja (24 godine), bila ispod proseka starosti šest prvoplasiranih rvačica (25,9 godina) i ispod proseka starosti cele kategorije od 27 godina

U **kategoriji do 72 kg** je učestvovalo 12 rvačica, a njihova prosečna starost iznosila je **24** godina. Najmlađe učesnice, sa 19 godina, bile su pobednica Kineskinja Vang i Austijanka Gasti (9 mesto), a najstarija, sa 33 godine, Kanadanka Nordhagen (5. mesto). Prosek starosti šest prvoplasiranih rvačica iznosio je **24,9** godine, a među njima su najmlađa i najstarija bile pomenute devetnaestogodišnja Kineskinja San (1. mesto) i tridesettrigodišnja Kanadanka Nordhagen (5. mesto). Bronzanu medalju je osvojila Japanka Hamaguči, sa 26

godina, a srebrnu medalju je osvojila Ruskinja Maniurova (26 godina). Tako je prosečna starost osvajačica medalja, uz devetnaestogodišnju pobjednicu Vang iz Kine, bila **23,7** godina.

Može da se konstatuje da su u ovoj kategoriji prosečna starost osvajačica medalja (23,7 godina), bila u skladu sa prosekom starosti cele kategorije (24 godine), i malo ispod proseka starosti šest prvoplasiranih rvačica (24,9 godine).

**Ukupno posmatrano**, na Olimpijskom turniru u rvanju slobodnim stilom, učestvovalo je 50 rvačica, prosečne starosti **25,3** godina. U proseku, najmlađe su bile takmičarke u kategoriji do 72 kg, čija je prosečna starost iznosila 24 godine. Najstarije, sa prosekom 27 godina, bile su rvačice u kategoriji do 63 kg. Pojedinačno najmlađe učesnice, sa 19 godina, bile su: takmičarke kategorije do 48 kg Orzak iz Rusije (5. mesto) i Li iz Kine (9. mesto), i takmičarke do 72 kg Vang iz Kine (1. mesto) i Gasti iz Austrije (9. mesto). Najstarije, sa 36 godina, bile su: Karamtšakova iz Tadžikistana (sedma do 48 kg) i Zigouri iz Grčke (četvrta do 63 kg).

Prosečna starost šest prvoplasiranih rvačica u svim kategorijama iznosila je **24,45** godina. Prvoplasiranih šest rvačica su najmlađe bile u kategoriji do 72 kg, sa prosečnom starošću 23 godina. Prvoplasiranih šest rvačica najstarije su bile u kategoriji do 55 kg, sa prosekom 25,9 godina. Među prvih šest najmlađa je, sa 19 godina, bila Orzak iz Rusije (5. mesto do 48 kg) i Vang iz Kine (1. mesto do 72 kg). Među prvih šest, sa 36 godina, najstarija je bila Grkinja Zigouri (4. mesto do 63 kg).

Među osvajačicama medalja, prosečna starost je bila **24,45** godina. Najstarije su bili osvajačice medalja u kategoriji do 63 kg, sa prosekom 26,7 godina. Najmlađe su bile osvajačice medalja u kategoriji do 72 kg, sa prosečnom starošću od 23,4 godine. Pojedinačno, najstarija osvajačica medalje bila je tridesetjednogodišnja Fracuskinja Gomis, koja je u kategoriji do 55 kg osvojila bronzanu medalju, dok je najmlađa osvajačica medalje bila devetnaestogodišnja Kineskinja Vang, osvajačica zlatne medalje u kategoriji do 72 kg.

Na kraju, prosečna starost olimpijskih pobjedica bila je **20,75** godine, i među njima je najmlađa bila devetnaestogodišnja pobjednica u kategoriji do 72 kg Kineskinja Vang. Najstarije olimpijske pobjedice, sa 22 godine, bile su Ukrainka Melnik (do 48 kg) i Japanka Jošida (do 55 kg). Dakle, zlatne medalje su osvojile relativno mlade takmičarke, a u svakom slučaju značajno mlade od proseka starosti svih takmičarki, proseka starosti prvih šest i proseka starosti osvajačica medalja.

#### 4. ZAKLJUČAK

Olimpijskim igrama, kao najvažnijem takmičenju u karijeri svakog sportiste, podređena je čitava višegodišnja priprema. Zato se sa sigurnošću može tvrditi da na Olimpijske igre dolaze provereno najkvalitetnije takmičarke. Od 50 rvačica, koliko je učestvovalo na turniru u rvanju za žene, jedino kvalitet dve rvačice, koje su dobile gratis karte od strane FILA (Međunarodna rvačka organizacija), i eventualno poneke domaće takmičarke, može biti posmatran sa određenom rezervom. Ostale takmičarke su kroz vrlo rigorozne kvalifikacije potvrdile svoj visok kvalitet i izborile svoje mesto na takmičenju. Prosečna starost učesnica od 25,3 godina, kao i prosečna starost šest prvoplasiranih u svakoj kategoriji od 24,45 godina, te indentična prosečna starost osvajačica medalja (24,45) godina, nedvosmisleno govore o idealnoj starosnoj dobi za postizanje najboljih rezultata u rvanju za žene. Očigledno je da su najveći broj zapaženih rezultata ostvarile rvačice stare od 21 do 26 godina, što ustvari predstavlja idealno vreme za vrhunska ostvarenja u ženskom rvanju. Ukupno 16 rvačica koje su se plasirale među najboljih šest, bilo je u starosnoj dobi od 21 do 26 godina, što čini 66,66 % od ukupnog broja šest prvoplasiranih rvačica u sve četiri kategorija. Mlađe od ovog uzrasta su bile po tri rvačice, odnosno po 12,5 %, dok su starije bile njih pet ili 20,83 %.

Ipak, medalje na Olimpijskim igrama osvajane su i sa 19 godina (pobednica u kategoriji do 72 kg Kineskinja Vang), te sa 20 godina (pobednica do 63 kg Japanka Išo). Od ukupno 12 osvajačica medalja, mlađe od 21 godine bile su samo ove dve rvačice, što čini 16,66 %. Istovremeno, tri rvačice starije od 26 godina, ili 25 %, osvojile su medalje, a to su bile: druga i treća do 55 kg (27 - godišnja Kanađanka Verbek i 31 – godišnja Francuskinja Gomis), i treća do 63 kg (28 – godišnja Amerikanka Goliot). Ukupno 7 osvajačica medalja, ili oko 59 %, bilo je uzrasta od 21 do 26 godina. Ovaj procenat je nešto manji od procenta prvoplasiranih šest rvačica u svim kategorijama istog uzrasta, koji je iznosio 66,66 %, ali ide u prilog tvrdnji da je idealan uzrast za ostvarenje vrhunskih rezultata u rvanju za žene upravo od 21 do 26 godina. Sa ovim rezultatima se delimično slažu i podaci o uzrastu osvajačica zlatnih medalja na ovom takmičenju. Dve pobednice, ili 50 %, bile su ovog uzrasta, dok su mlađe od 21 godine bile takođe dve pobednice.

Zapaža se da je prosek starosti olimpijskih pobednica od 20,75 godina, značajno ispod proseka starosti svih učesnica (25,3), starosti šest prvoplasiranih rvačica (24,45), i proseka starosti osvajačica medalja (24,45). Ovakva situacija, koja je uočena i kod rvanja muškaraca slobodnim i grčko – rimskim stilom,

potvrđuje da mlađe takmičarke koje poseduju visok nivo kvaliteta, u samoj završnici takmičenja imaju nešto manje psihološko opterećenje od njihovih starijih koleginica, te zbog toga po pravilu postižu bolje rezultate. One, za razliku od starijih takmičarki, sa puno prava mogu očekivati da i na sledećim Olimpijskim igrama budu u konkurenciji za najviši plasman. Istovremeno, starije takmičarke osećaju veći pritisak, jer je verovatnoća da za četiri godine i dalje budu u svetskom vrhu značajno manja. Kao i stariji rvači, i te nešto starije rvačice su mnogo više i detaljnije izučavane nego njihove mlađe koleginice, što, u situaciji kada o ishodu borbe odlučuju i sitnice, može da bude neka vrsta prevage u korist mlađe i manje poznate rvačice. Verovatno da su upravo ovi detalji, doveli do toga da su sve olimpijske pobedice bile znatno mlađe od proseka starosti ostalih takmičarki, proseka starosti prvih šest rvačica u svojoj kategoriji, te proseka starosti osvajača medalja u svojoj kategoriji.

Na ovaj način bi se donja granica uzrasta idealnog za postizanje vrhunskih rezultata mogla spustiti na 20 ili čak 19 godina, ali je ipak najveći broj onih koji se uklapaju u uzrast od 21 do 26 godina. Treba imati u vidu činjenicu da je ova analiza uzrasta najkvalitetnijih rvačica rađena na uzorku učesnica Olimpijskih igara u Atini, a da se na drugim velikim takmičenjima (svetska i evropska prvenstva) uzrast najuspešnijih, najčešće, dodatno spušta na niže. Na tim takmičenjima se pomalo eksperimentiše, isprobavaju takmičarke i vrši odabir za učešće na Olimpijskim igrama, gde dolaze provereno najkvalitetnije rvačice. U svakom slučaju, kvalitet vrhunskih rvačica se jasno raspoznaje već oko 19 godina. Što se tiče završetka faze vrhunskih takmičarskih ostvarenja, ona obično počinje oko 27 godina. Neke rvačice, zahvaljujući svom kvalitetu i visokoj motivisanosti, vrhunske rezultate osvaruju i posle 30 godina, ali je takvih vrlo malo. U svakom slučaju, vrhunski rezultati u ženskom rvanju ostvaruju se nešto ranije nego u rvanju slobodnim stilom za muškarce i dosta ranije nego u rvanju grčko rimskim stilom za muškarce, ali je isto tako i vreme prestanka postizanja vrhunskih takmičarskih rezultata u uzrastu ranijem nego kod rvača. Ono što je zajedničko za sva tri stila rvanja je činjenica da prva mesta obično osvajaju takmičari koji su mlađi od većine svojih konkurenata, a često i iskaču iz okvira kojim se označava uzrast idealan za ostvarivanje vrhunskih rezultata. Ostali visoki plasmani obično pripadaju takmičarima čiji je uzrast približan proseku u njihovoj kategoriji i najčešće se savršeno uklapa u raspon koji označava uzrast idealan za ostvarivanje vrhunskih rezultata.



## LITERATURA

1. Organizacioni komitet Olimpijskih igara u Atini (2004): *Bilten Olimpijskih igara u Atini*, Atina,
2. Bompa, T. (2000): *Celokupan trening za mlade pobednike*, York University, Illinois,
3. Bompa, T. (2001): *Periodizacija: teorija i metodologija treninga*, Hrvatski košarkaški savez Udruga hrvatskih košarkaških trenera, Zagreb,
4. Curby, D. (2005): *Science of Wrestling*, Annual Review, USA,
5. Kasum, G., Radović, M. (2006): *Povezanost starosne strukture rvača i vrhunskih rezultata u rvanju grčko - rimskim stilom*, Kongres antropologa u Budvi – maj 2006.,
6. Kasum, G. (2006): *Starosna struktura vrhunskih rvača slobodnim stilom*, FIS Komunikacije - septembar 2006 godine, Niš,
7. Kriviralčev, F. (1984): *Priprema visokorazrednih takmičara u rvanju grčko - rimskim stilom*, Medicina i fiskultura, Sofija,
8. Sif, M.C. (2000): *Supertrening*, Supertraining Institute, Denver, USA,
9. Tineman, H. (2002): *Svetska prvenstva 2001. u Sofiji i Atini – uspešan start u novi Olimpijski ciklus*, FILA trenerski seminar, januar 2002, Rim,
10. Tumanjan, G.S. (1989): *Metodologija razrade dugogodišnjih školskih programa za različite vidove sporta (na primeru sportske borbe)*, Teorija i praksa fizičke kulture, Moskva,

### Summary

*It's pretty clear that today's wrestlers must possess comprehensive general and special preparation, rich technical-tactful repertoire, sport's intelligence, strong nervous system, good motivation and emphasized readiness to carry all training and competitive temptations. These general assumptions were analyzed by many specialists through many different aspects. Some of them emphasized technical preparation as the main factor and others underlined tactful qualification. The most of specialists emphasized the unbreakable unity and connection of technical, tactful, physical and psychological preparation of top wrestlers.*

*Although there are some disagreements about the way of preparation, all specialists agree that good selection of candidates is necessary for the top results. Candidate's age and his fitness in age characteristics specific for certain category are one of the main criteria for selection. It's not rare for coaches to give up the most qualified competitor at that moment with the reason that the competitor won't be able to be a candidate for the highest standing at the time of Olympics. In this essay, special attention is committed to the analysis of age-structure of women's wrestlers with the special Athens Olympics 2004. review.*

**Key words:** Wrestling, women, age structure, olympic games