

Karel Tilga

Kümnevõistlus

Isiklik rekord: 8101 punkti

Klubi: Tartu SS Kalev

Treenerid: Petros Kyprianou ja Jaan Tiitsaar



- **Millised on Sinu eesmärgid aastaks 2019?**

2019. aasta eesmarkideks on küünarnuki vigastusest edukalt taastuda ning parandada isiklike rekordeid sprindi ning hüppealadel.

- **Kuidas jõudsid spordi/kergejõustiku juurde ja mis on kergejõustiku juures kõige toredam?**

Spordiga olen tegelenud maast madalast. Kuna kasvasin üles maal, sai suurem osa ajast veedetud õues mängides. See liikumisharjumus kasvas välja armastuseks spordi vastu. Esmalt mängisin jalgpalli, siis korvpalli ning alles siis jõudsin kergejõustiku juurde. Kergejõustikus on kõige toredam see, et saad pidevalt ennast ületada.

- **Mis on sportlase-elu juures kõige meeldivam ja mis kõige raskem?**

Kõige meeldivam on see, et saan igapäevaselt tegeleda sellega, mis meeldib. Kõige raskem osa on kindlasti vigastused ja nendest taastumine.

- **Kas Sul on mõni lause/ütlus, mida enda motiveerimiseks kasutad?**

Enne 400m jooksu ja 1500m jooksu ütlen endale alati, et ükskõik, kui raske jooksu ajal on, tunni aja pärast tunnen ennast jälle hästi. See motiveerib mind endast kõike andma.

- **Kui Sa ei oleks sportlane, millega tegeleksid/kes oleksid?**

Kui ma mingil põhjusel ei saaks sportlane olla, tahaksin ikkagi olla spordiga seotud. Näiteks treeneri või kehalise kasvatuse õpetajana.