

## **Kairit Olenko, kergejõustiklane**

Sündinud 21. detsembril 1985

**Parimad tulemused:** mitmekordne kurtide olümpiavõitja, maailma- ja Euroopa meister ning maailmarekordihoidja. 2005. aastal Melbourne'is toimunud kurtide olümpiamängudel võitis kuldmedali seitsmevõistluses ja 100 m tõkkejooksus ning pronksmedali odaviskes. Aastal 2009 Taipei toimunud kurtide olümpiamängudel võitis kolm kuldmedalit. 100 m tõkkejooksu võitis ta ajaga 14,40, mis on uus kurtide maailmarekord. Lisaks võitis ta pronksmedali 4×100 m teatejooksus.

Aastal 2016 Poolas Torunis toimunud kurtide sisekergejõustiku Euroopa meistrivõistlustel võitis kuldmedali 60 meetri tõkkejooksus ning pronksmedali kaugushüppes.

**Kairit Olenko on pärit** Haapsalust.

**Ta oli Läänemaa aasta naissportlane** 2009. aastal.

**Teda inspireeriv mõte:** "Positiivsel mõtlemisel on suur jõud!" Ma mõtlen ainult positiivseid mõtteid ja ei lase negatiivsust endale ligi!

**Hea harjumus:** tegeleda spordiga. Ma ei kujuta oma elu ilma spordita ette!

**Tema lemmikpaar spordijalatsid:** Nike'i sprindinaelikud

**Eeskujud:** nooremana vaatasin/lugesin kogu aeg uudiseid Kaia Kanepi kohta, mind huvitas, kuidas ta jõudis tippspordini.

## **Milline sa olid lapsena? Kas olid juba siis sportlik?**

Minu ema sõnul olen sünnist peale olnud tugev tüdruk. Tulin perre kolmanda lapsena ehk olen pesamuna. Erinevate spordialadega hakkasin tegelema juba Porkuni koolis õppides, kergejõustikuga alustasin natukene hiljem. 1997. aastal astusin Tallinna Heleni kooli, kus minu spordikarjäär pihta hakkaski. Kurdid treenerid Sergei Matvijenko ja Merike Mändsoo kutsusid mind kergejõustikutrenni. Nad pakkusid, et kui käin korralikult trennis, siis saan sõita Soome kurtide kergejõustiku maavõistlustele. Olin põnevil.

Lapsena unistasin võrkpalluriks saamisest, nagu mu isa. Aga sain selgeks, et mulle sobib rohkem individuaalsport, sest siis on mul kindel eesmärk silme ees ja kindel saan olla ainult iseendale. Aga võrkpall on jäänud üheks mu suureks armastuseks tänaseni. Praegu käin harrastajana võrku mängimas.

## **Millistel spordialadel sa seitsmevõistlusele lisaks veel võistelnud oled?**

Kaugushüppes ja odaviskes. Muid alasid olen ka teinud, kui on olnud vaja Läänemaa klubi aidata. Näiteks vasarat või ketast. Samuti mängisin võrkpalli.

## **Kas sa mäletad oma esimest kergejõustikuvõistlust?**

Mu esimene võistlus oligi 1997. aasta sügisel Soomes kurtide kergejõustiku maavõistlustel. Seal ma medalit ei saanud. Siis mõtlesin, et peaksin heade tulemuste saavutamiseks rohkem trenni tegema. 1998. aasta jaanuaris ma tõsiste kergejõustikutreeningutega ka alustasin.

## **Millal sa tajusid, et pole enam treeniv koolilaps, vaid tippportlane?**

Ma ei mäletagi täpselt. Ilmselt siis, kui osalesin olümpiamängudel (2001. aastal Roomas).

## **Olid siis vaid 15-aastane ja said kohe hõbemedali. Kas ootasid oma esimest olümpiamängudelt medalit?**

Esimene treener Sergei Matvijenko soovitas mul minna esimesele kurtide olümpiamängudele, et saada võistluskogemusi. Esimeses olümpiastardis – see oli tõkkejooks – olin kogenematu

ja närvis. See hirmutas mind ja mõtlesin, et kuidas ma hakkama saan. Treener ütles, et püüa mitte mõelda! Ma jooksin ilusti, ületasin iga tõkke kolme sammuga ja jõudsin teisenä finaali. Õnneks oli mu psüühika tugev ja sain jooksule keskendumisega hakkama.

Olin medali üle väga õnnelik ja mind valdasid suured emotsioonid. See võit mõjutas mind ka edaspidi, sest hakkasin kergejõustikutrenni suhtuma veel tõsisemalt ja hakkasin võistlema ka teiste tugevate sportlastega, mitte ainult kurtidega.

### **Mis sa arvad, mis sind juba nii noorena vaimset tugevaks tegi?**

Olen lugenud paljusid tuntud sportlaste elulugusid, õppinud neilt seda, kuidas saab ennast tugevamaks kasvatada ja sellisena hoida. Sportimine ise on mind samuti palju õpetanud, muutnud mind iseseisvaks ja tugevaks.

### **2003. aastal sa otsustasid, et võidad kuue aasta pärast kolm olümpiakulda ja kuus aastat hiljem sa need kullad ka võitsid. Kust tuli see enesekindlus?**

2003. aastal olin 18-aastane noor ja teadsin, et mul on veel palju jõudu varuks. 2005. aastal, kui osalesin Austraalia olümpial, läks minu hea vorm kaduma lööbe tõttu, mille ma seal sain. Püüdsin siiski oma alad ära teha ja sain sealt kaks kulda ja ühe pronksi. Jätkasin unistamist, et nelja aasta pärast saan lemmikaladelt kolm kulda. 2006. aastal vahetasin treenerit ja alustasin koostööd Timo Tõnismaga. Treeneri sõnul olin kõigil aladel väga hea, oli vaid üks probleem, 800m jooks jäi nõrgaks. Treener ütles, et kui soovin seitsmevõistluse maailmarekordi purustada, siis pean rohkem trenni tegema. 2008. aastal sai minust seitsmevõistluse maailmarekordi omanik ja aasta hiljem saingi kurtide olümpialt kolm kulda ja pronksi.

### **Millised on sinu jaoks su karjääri kõige säravamad hetked?**

2008. aastal tulin Türgis Izmiris kolmekordseks maailmameistriks (seitsmevõistlus, 100m tõkkejooks, kõrgushüpe) ja sain pronksmedali odaviskes, mis kõik kokku andis mulle ka MMi edukaima sportlase nimetuse. Ühtlasi püstitasin seal seitsmevõistluses 5062 punktiga uue maailmarekordi, ületades seejuures oma isiklikku rekordit koguni 272 punktiga. Mitmevõistluses olen kurtide maailmarekordiomani tänaseni. 2009. aastal võitsin kolm kulda Taipei kurtide olümpial. See oligi minu eesmärk ja unistus, mille täitumist ootasin kuus aastat. Edu võlgnen suurtele pingutustele ja tahtejõule, nägin trennides suurt vaeva ja valasin palju higi ja pisaraid. Võidud ei ole tulnud kergelt, selle taga on olnud väga suur töö.

### **Milline kergejõustikuala on sinu lemmik?**

Varem tegelesin põhiliselt mitmevõistlusega, aga lõpetasin selle, kuna mul polnud enam piisavalt motivatsiooni ning koostöö Soomes elava treeneri Timo Tõnismaga lõppes. Otsustasingi siis keskenduda üksikaladele ning põhialaks valisin tõkkejooksu. Kõrvalaladeks jäid kaugushüpe ja odavise. Need alad olid minu lemmikud, kuna tundsin end nendes kindlalt ja need tulid ka üsna hästi välja.

### **Miks sa motivatsiooni kaotasid?**

Mul oli väga hea treener, kuid kahjuks pidi ta Soome kolima. Me ei saanud enam koos trennida, vaid ta andis mulle treeninguplaanid, mille järgi ma üksi trenni tegin. Kohtusime harva. Samuti tulid tagasi vanad vigastused, mille tõttu ma ei saanud enam korralikult trenni teha. Kui võistlusmotivatsiooni endas jälle üles leidsin, vahetasin treenerit, kelleks sai Kristel Lääts ja siis hakkasin keskenduma üksikaladele.

### **Mis sind rasketest hetkedest üle aitab?**

Pere ja lähedased sõbrad.

**Kuivõrd on kuulmispuue sinu sportlase karjääri mõjutanud?**

Otseselt mingeid takistusi pole ette tulnud. Samas, kui võistlen näiteks tõkkejooksus kuuljatega, siis stardipauku ma paraku ei kuule ning pean jälgima, millal stardipüstolit vajutatakse. Sellega aga võin stardis sekundeid kaotada.

**Treenisid Eestis koos kuuljatega. Kui võrdsena sind trennis võetakse?**

Ikka võtavad võrdsena. Kuuljad sportlased abistavad alati kõiges ja aitavad ka aru saada, mida võistlustel või treeningutel räägitakse. Puutun oma treenerite kuuljatest õpilastega väga palju kokku ja käime samadel võistlustel.

**Millised tingimused on Läänemaal kurtidele spordi tegemiseks?**

Läänemaal on väga vähe kurte, noored läksid Läänemaalt ära suurlinna nagu minagi. Arvan, et noored kurdid saaksid Läänemaal tippsporti teha küll, vaja oleks leida sobiv treener, kes on valmis neid treenima.

**Lõpetasid oma karjääri 2017. aasta augustis. Miks?**

Jah, see oli südamest raske otsus, sest olen nautinud paljusid võistlusi ja põnevat konkurentsi. Tänu spordile olen saanud palju reisida ning meeldivates laagrites viibida. Mul oli elumuutust vaja, kuna olin spordiga nii kaua tegelenud ja kõik oma unistused täitnud. See oli raske, aga õige otsus.

**Kuidas on möödunud esimene aasta? Kas teed veel mingit trenni?**

Elumuutus oli alguses harjumatu, aga natuke läks aega mööda ja harjusin ära. Teen praegu trenni MyFitness spordiklubides ja mängin ka võrkpalli. Hetkel olen kurtide rannavõrkpallurite – oma elukaaslase ja tema partneri – üldkehalise ettevalmistuse treener.

**Kui oleksid täna noor läänlane ja peaksid otsustama, mis trenni lähed, siis kuhu lähöksid?**

Tahaksin võrkpalli mängida.