

“Značaj je temelj ravnanja, ki ga imenujemo športno vedenje”, je zapisal Janez Penca v zborniku Atletika ob Krki. Ta stavek jasno izraža njegov življenjski in športni etos. Dober značaj v ekologiji življenja nasploh in športa posebej jamči za njuno čistost. To bi lahko bil v današnjem vsestransko duhovno in materialno onesnaženem svetu *ideal*. A že starogrški misleci so se izogibali vsakršnim idealizmom. Vzdržali so se povnanjenja težnje po popolnosti v politično ideologijo. Elan so raje usmerili v samo-izpopolnjevanje v svetu, ki je sam po sebi nepopoln. V te misli bi lahko zgostili življenjski kredo Janeza Pence.

Leta 1960, ko je imel Janez 11 let, so pri Pencovih v novomeški soseski Grm pred televizorjem otroci od jutra do noči navdušeno spremljali prenose tekmovanj na OI v Rimu. Navdušenje je bilo tako veliko, da so si kar takoj priredili svoje »olimpijske igre«. Tekli so po okoliških ulicah in na sosedovem travniku metali »kladivo« - kos železne cevi, pripete na jekleno žico. Še več, z očetom sta na vrtu uredila skakališče za skok v višino, na katerega so od bližnjega mizarja navozili oblanje. Že tedaj je v višino skočil 1,4 m, s palico (fižolovko) pa 1,80 m.

Potem je šlo dokaj gladko od otroške igre na Grmu preko več naslovov slovenskega prvaka med majšimi in starejšimi mladinci v skoku v višino in teku na 110 m z ovirami ter dvema naslovoma pokalnega prvaka Jugoslavije (110 m ov. in skok v višino) do šestkratnega seniorskega prvaka Jugoslavije: v letih 73, 75 in 76 je zmagal v svoji specialni disciplini, teku na 400 m z ovirami. Leta 1978 je postal še državni prvak v deseteroboju, v katerem je zbral 7.204 točke. S štafeto AK Olimpije (4 x 100 m) je bil dvakrat jugoslovanski državni prvak. 17x je bil slovenski članski prvak, v kar niso všteti dvoranski naslovi. V letih 1970 – 1980 je bil redno državni reprezentant. Leta 1975 je po naslovu jugoslovanskega prvaka in novem slovenskem rekordu v teku na 400 m z ovirami postal slovenski atlet leta.

Leta 1990 je Janez Penca za raznotero sodelovanje pri razvoju slovenske atletike (atlet, trener, prevajalec strokovne literature) prejel Bloudkovo plaketo.

Za dosežene atletske uspehe in dragoceno dolgoletno prijateljstvo je neizmerno hvaležen svojemu trenerju, profesorju na Fakulteti za šport, dr. Jožetu Šturmu, izvrstnemu strokovnjaku, pedagogu in dobremu človeku.

Ob atletiki je Janez Penca v rednem roku in z odliko dokončal študij angleščine in primerjalne književnosti ter vso delovno dobo vestno, odgovorno, zgledno in uspešno opravljal delo srednješolskega profesorja angleščine.

25 let je kot vaditelj in trener vzgajal atlete in atletinje vseh starostnih tekaških kategorij. Njegov atlet Robert Šikonja je bil mladinski jugoslovanski prvak v tekih na 400 in 800m ter članski v teku na 800m. Gorazd Gabrijel je na mladinskih balkanskih igrah v teku na 400m z ovirami osvojil srebrno medaljo. Oba sta bila tudi člana jugoslovanke mladinske reprezentance na Balkanskih igrah.

Janez Penca je ploden strokovni pisec, publicist, prevajalec in založnik.

Napisal, prevedel in izdal je številne knjige, v zadnjem desetletju tudi take, ki ne govorijo neposredno o športnem treniranju, so pa dragoceno branje, ki bogati in širijo življenjska obzorja tudi športnikom in njihovim trenerjem. To so knjige s področja filozofije, psihologije, ekologije in osebne rasti.

Že v času študija na FF (angleščina in primerjalna književnost 1967-1973) je Janez Penca kot aktiven atlet, slovenski rekordr in jugoslovanski prvak v teku na 400 m z ovirami, pokazal veliko zanimanje za anglosaško in francosko strokovno atletske literaturo, ki je bila tedaj v Sloveniji še redka. Kot naročnik strokovnih revij Athletics Coach, Track Technique, Track and Field Quarterly Review, The Coach, Amicale des entraineurs Francaise d'athletisme pa tudi ruske Legkaje atletike, se je odločil, da bo čim več tega znanja prenesel tudi v slovenski šport.

## DELO

Trener dr. Jože Šturm, profesor na Fakulteti za šport, ga je spodbudil, da je za publikacijo Šolskega centra za telesno vzgojo Trener-vaditelj prevajal strokovna gradiva za atletske snopiče te publikacije.

Od konca 70. let in globoko v 90. leta sta ga k sodelovanju povabila urednika dveh največjih slovenskih časnikov, Dela in Dnevnika, Evgen Bergant in Jože Pogačnik. Na ponedeljkovih športnih straneh obeh časnikov je redno predstavljal tedaj najboljše atlete sveta, njihove življenjske zgodbe z vzponi in padci.

Sodeloval je z radijskim reporterjem in velikim zagovornikom športne rekreacije, Stanetom Urekom, ko je za njegove jutranje oddaje o rekreaciji pisal o teku za zdravje.

## REVIJA VRHUNSKI DOSEŽEK

20 let (1996-2016) je izdajal revijo Vrhunski dosežek, za katero je prevajal vsa gradiva, jo urejal in skoraj za vsako od 124 števil, kolikor jih je izšlo v dobrih dveh desetletjih izhajanja, napisal

tudi Urednikovo besedo. Vrhunski dosežek, raziskovalno glasilo o vzdržljivosti, moči in kondiciji, je bila prva slovenska izdaja angleške revije Peak Performance, postopno pa jo je urednik bogatil še z različnimi drugimi viri znanja o športnem treniranju. Revijo je podpirala tudi Fundacija za šport RS. Z najnovejšimi informacijami iz sveta športnega treniranja in spremljajočih strokovnih področij je Vrhunski dosežek služil elitnim športnikom, trenerjem, učiteljem športne vzgoje, zdravnikom in številnim ljubiteljskim rekreativnim športnikom. Med uglednimi naročniki so bili npr. akademik prof. dr. Matija Horvat, vrhunski kardilog in navdušen alpinist, UKC v Ljubljani, Fakulteta za šport, številne panožne športne zveze in klubi, šole, slovenske knjižnice na čelu z NUK-om in trenerji večine slovenskih vrhunskih športnikov. Med vrhunskimi športniki je na prvem mestu olimpijski in svetovni prvak Iztok Čop, ki je nekoč uredniku dejal, da ni samo bralec, ampak tudi uporabnik revije. Tri leta po začetku izhajanja je revijo naročil celo najboljši hrvaški smučar vseh časov Ivica Kostelić.

Od leta 2022 so vse izdane številke revije Vrhunski dosežek brezplačno objavljene na spletu pod internetnim naslovom: <https://www.zalozbapenca.si/vrhunski-dosezek/arhiv-revije>.

Janez Penca je sodeloval s Fakulteto za šport kot prevajalec strokovnih člankov z atletske tematiko, ki jih profesorji objavljajo v tujih strokovnih in znanstvenih revijah.

## KNJIGE

Leta 1982 je Šolski center za telesno vzgojo izdal njegov prevod daljšega poglavja o vzdržljivostnem teku iz knjige Kena Dohertyja Track Omnibook z naslovom *Uživaj v teku*.

Leta 1983 je Atletska zveza Slovenije izdala njegov prevod in priredbo knjige Davida Costilla *Sodoben trening tekov na dolge proge*.

Leta 1985 je Univerza E. Kardelja, Fakulteta za telesno kulturo, izdala njegov priročnik *Trening tekov na srednje proge (800 in 1500 m)*.

Leta 1987 je napisal in izdal prvi slovenski priročnik o rekreativnem teku in pripravi za vrhunske dosežke v maratonu, *Trideset tisoč korakov*. Pisatelj in maratonec Branko Gradišniki je pred kratkim dejal, da je ta priročnik še vedno *nepresežen*.

Leta 1991 je DZS izdala njegov prevod knjige *Hoja za zdravje in moč*.

Leta 1992 je AZS izdala njegov prevod knjižice *Kaj mora atlet vedeti o dopingu*.

Leta 1994 je DZS izdala njegov prevod knjige Petra N. Sperrya *Šport in medicina*.

Leta 1994 je DZS izdala njegov prevod velike ilustrirane enciklopedije vseh športov sveta, ***Pravila iger***.

Leta 1996 je prevedel in izdal priročnik za treniranje triatlona ***Plavaj, kolesari, teči*** Glenna Towna in Todda Kearneya.

Leta 1998 je prevedel in izdal knjigo Tobyja Tanserja o treningu kenijskih tekačev ***Treniraj trdo, zmaguj z lahkoto***.

Leta 2003 je prevedel in izdal knjigo Russella W. Gougha ***Značaj je vse, Za etično odličnost v športu***. To je navdihujoča knjiga za športnike, trenerje, učitelje, starše ... za vse, ki imajo opravka s *človeško snovjo*.

Knjige, ki niso neposredno povezane s športom, večina sodi v zvrst *stvarne literature*, širše pa bi njihovo tematiko lahko opisali kot filozofija, psihologija, ekologija in osebna rast. Te knjige so bile vse izčrpno obravnavane v Sobotnih prilogah in Književnih listih časnika Dela, pa tudi v nekaterih drugih slovenskih občilih.

Prevajalec: Janez Penca, založnik: zalozbapenca.si

2017 – ***Platonovo maščevanje, politika v dobi ekologije*** (William Ophuls)

2017 – ***Kako nas nagovarja literatura*** (James Wood)

2016 – ***Filozof in volk*** (Mark Rowlands)

2016 – ***Fokus, skrito gonilo odličnosti*** (Daniel Goleman)

2015 – ***Gonilna sila Dobrega, dalajlamova vizija za naš svet*** (Daniel Goleman)

2014 – ***Knjiga mrtvih filozofov*** (Simon Critchley)

2014 – ***Kako živeti? Življenje Michela de Montaigna z enim vprašanjem in dvajsetimi poskusi odgovora*** (Sarah Bakewell)

2013 – ***Pravičniški um, Zakaj dobre ljudi ločujeta politika in religija*** (Jonathan Haidt)

2012 – ***Velika ideja, Zakaj je enakost boljša za vse*** (Richard Wilkinson in Kate Pickett)

2011 – ***Hipoteza o sreči, Antična modrost in filozofija na preskusu pri moderni znanosti*** (Jonathan Haidt)

Prevajalsko, publicistično in esejistično delo Janeza Pence, enako kot njegovo življenje v atletiki, prežema logika ekološkega pogleda na svet, v katerem je vse povezano z vsem drugim. Iz te logike izhaja njegovo prepričanje, da morata športnika, tako kot vsakega dobrega človeka, krasiti *jasna misel in čista vest*. Tema dvema vrlinama ne more do živega nobena dopińska ali kakšna druga prevara. V tem duhu je Janez Penca deloval kot atlet, trener in učitelj in še vedno deluje kot esejist.

Prilagamo povezavo na spletno stran Janeza Pence z njegovimi premišljanji o stvareh življenja, tudi o **športu**.

<http://www.zalozbapenca.si/blog>

Atletski klub Krka, Novo mesto

Kandidaturo podpirajo:

Atletska zveza Slovenije (priloga)

Društvo Novo mesto

Fakulteta za šport (priloga)

Župan Mestne občine Novo mesto (priloga)

Iztok Čop (priloga)

Ivica Kostelić (priloga)

Albert Šoba (priloga)