




🏠 > Intervju > Od djevojčice iz Dubrovnika, preko trenerice olimpijaca, do doktorice znanosti i autorice s...

INTERVJU SPORT

## Od djevojčice iz Dubrovnika, preko trenerice olimpijaca, do doktorice znanosti i autorice sustava koji danas educira hrvatske trenere

 Damir Mrvec – 28. Studenoga 2025.

 0



**Klara Šiljeg, rođena kao Mirošević, u Dubrovniku, gradu koji je oduvijek živio s vodom i za vodu, svoj je životni i profesionalni put neraskidivo vezala uz plivanje.**

Nakon završene osnovne i srednje škole u rodnom gradu, put ju je odveo u Zagreb, gdje je i magistrirala na Fakultetu za fizičku kulturu, današnjem Kineziološkom fakultetu. Već nakon sticanja zvanja profesora fizičke kulture, jasno je usmjerila svoju budućnost odabravši

dopunsku stručnu kvalifikaciju i subspecijalizaciju za rad u plivanju. Bio je to tek početak putovanja koje će je odvesti od ruba bazena, gdje je stvarala šampione, do sveučilišne katedre i znanstvenih radova kojima je dubinski analizirala tajne plivačke uspješnosti. Udana je i majka dviju kćeri, a njezina obiteljska stabilnost bila je tiha podrška u pozadini svih profesionalnih izazova s kojima se suočavala.

Odmah nakon diplome, 1993. godine, vratila se u svoj Dubrovnik i preuzela jednu od ključnih uloga u hrvatskom plivanju – onu sportske direktorice plivačkog kluba Jug. Na toj je poziciji provela 13 godina, do 2006., ostavivši neizbrisiv trag. U tom je razdoblju inicirala i sudjelovala u osnivanju ženskog vaterpolo kluba Mladost 1993. godine, što je bio pionirski pothvat u to vrijeme. Ipak, njezin možda i najznačajniji doprinos lokalnoj zajednici bio je projekt koji je pokrenula, a koji živi i danas: organizacija i provođenje sustavnog testiranja plivačkih sposobnosti učenika prvih i drugih razreda osnovnih škola u Dubrovniku, uz organiziranu poduku za neplivače. Ovim programom tisuće djece dobilo je priliku naučiti plivati, stvarajući temelj ne samo za buduće sportske uspjehe, već i za sigurniji život uz more. Njezin rad u Jugu bio je spoj vrhunskog sporta i široke društvene odgovornosti.

Paralelno s direktorskom funkcijom, Klara Šiljeg gradila je i iznimnu trenersku karijeru. Njezino ime postalo je sinonim za uspjeh kada je pod svoje okrilje uzela dvije plivačice koje će obilježiti jednu eru hrvatskog plivanja. Prva je bila Marijana Šurković, koju je pripremala i vodila do nastupa na Olimpijskim igrama u Sydneyu 2000. godine. Druga, i najpoznatija, bila je Sanja Jovanović. Pod trenerskom palicom Klare Šiljeg, Sanja je izrasla u plivačicu svjetske klase, postavši polufinalistica na Olimpijskim igrama u Ateni 2004. godine te osvajačica niza medalja na Europskim prvenstvima, svjetskim kupovima i Mediteranskim igrama. Ti uspjesi nisu prošli nezapaženo. Od 2001. do 2006. godine bila je trenerica hrvatske plivačke reprezentacije, a kruna njezine trenerske karijere na nacionalnoj razini stigla je 2019. godine kada je imenovana izbornicom. Njezina stručnost prepoznata je i kroz brojne nagrade; 2004. godine izabrana je za najboljeg trenera u Dubrovačko-neretvanskoj županiji, a iste godine nominirao ju je i Hrvatski olimpijski odbor za najboljeg trenera Hrvatske. Dvije godine kasnije, 2006., uvrštena je u program HOO-a kao uspješna trenerica, čime je i službeno potvrđen njezin status u eliti hrvatskog sporta.

Iako je već bila ostvarena kao vrhunska trenerica i sportska djelatnica, njezina želja za znanjem i želja za znanstvenim utemeljenjem praktičnog rada vodile su je dalje. Godine 2006. upisala je doktorski studij na KIF-u u Zagrebu. Svoju doktorsku disertaciju pod naslovom "Povezanost antropoloških karakteristika i specifičnih plivačkih sposobnosti s uspješnošću u plivanju" obranila je 18. lipnja 2012. godine, stekavši titulu doktorice znanosti. Svoju akademsku karijeru nastavila je kao vanjski suradnik na Kineziološkom fakultetu od 2006. do 2018. godine, da bi 2018. bila zaposlena kao docentica na predmetima Metodika poučavanja plivanja i sportsko plivanje, prenoseći svoje ogromno znanje na nove generacije studenata i budućih trenera.



Klara Šiljeg

Njezin utjecaj proširio se i izvan Dubrovnika i Zagreba. Od 2011. do 2016. godine obnašala je dužnost sportskog direktora plivačkog kluba Barok Varaždin. Ondje je, po uzoru na svoj uspješni dubrovački model, vodila program obuke neplivača pod nazivom "Varaždin pliva", dokazujući da se kvalitetni sustavi mogu uspješno primijeniti u različitim sredinama. Ipak, njezin najznačajniji doprinos sistematizaciji struke dogodio se na nacionalnoj razini. Prepoznavši potrebu za standardiziranim i kvalitetnim obrazovanjem plivačkih stručnjaka, osnovala je Plivačko učilište pri Hrvatskom plivačkom savezu. Osmislila je cjelokupan program edukacije, na temelju kojeg je svoje licence steklo više od 100 trenera diljem Hrvatske.

– Putujući po svim svjetskim prvenstvima, olimpijskim igrama i svjetskim kupovima uvidjela sam kako je plivanje znanost. Upisala sam doktorat na Kineziološkom fakultetu u Zagrebu kojega sam završila te sada predajem na Katedri za plivanje. U tom vrijeme sam od Saveza bila zadužena da podignem plivanje u Varaždinu. Grad je to koji je relativno nedavno dobio bazen, grad s oformljena dva kluba, ali ujedno nije bilo napretka i nisu ponekad mogli ispuniti niti norme za odlazak na državna natjecanja. Jednostavno, nisu imali bivše plivače, ljude koji razumiju plivanje. Prije pet godina sam tamo krenula i povukla Frana, dijete Juga koji je među prvima diplomirao na Kineziološkom fakultetu. Rekao je: „Tete Klara, ako ćete vi biti tu, ja ću raditi“. Stvarno smo čudo gore napravili. – rekla je Klara Šiljeg.

---

## VIŠE ČLANAKA

---

**Matea Parlov Koštro: "Mate Parlov mi je najveći uzor "**

**U Nacionalnom parku Plitvička jezera održan jubilarni 40. Plitvički maraton**

**Stolnotenisačica Ivana Malobabić s 44 godine osigurala nastup na Olimpijskim igrama: "Svjesna sam toga da ću..."**

Svoj golemi doprinos edukaciji zaokružila je 2018. godine izdavanjem autorske knjige "Plivanje", koja je brzo postala nezaobilazna literatura za sve koji se bave tim sportom, od studenata do iskusnih trenera. Svoj rad na edukaciji nastavila je i kroz program osposobljavanja za trenere plivanja na Hrvatskom institutu za kineziologiju (HIK) pri Kineziološkom fakultetu, čime je ostala ključna figura u oblikovanju plivačke struke u zemlji.

Danas, Klara Šiljeg i dalje je duboko uronjena u plivanje, ali njezina uloga se proširila. Aktivna je u plivačkom klubu Maksimir, gdje nije samo trenerica Ane Blažević, aktualne državne prvakinje i rekorderke, već obnaša i dužnost predsjednice kluba. U toj ulozi, ona je i mentorica mladim trenerima, nesebično dijeleći svoje bogato iskustvo i pomažući im u profesionalnom razvoju. Time zatvara puni krug – od stvaranja vrhunskih plivača do stvaranja vrhunskih trenera koji će nastaviti njezinim putem. Njezin angažman nije ograničen samo na sport. Sudjelovala je i u humanitarnom projektu "Peneda-Porer", čiji je cilj bio podizanje svijesti o važnosti palijativne skrbi, pokazujući time i svoju duboku socijalnu osjetljivost i želju da doprinese zajednici i izvanrtnskih borilišta.

Smatra kako plivanje ne može biti posao već ljubav.

– Ako nećete voljeti to što radite, nemate izazov. Vi kao trener morate razumjeti djecu. Vi ih primete sa sedam godina, kada skoro ne znaju reći niti dobar dan, a otpuštate ih kao gotovo formirane ljude deset godina poslije. Odgovorni ste za tu fazu kad se dijete strahovito brzo razvija, a vi ste svjedok tih promjena. Sport je neusporediv s vaterpolom. Trenažno i koncepcijski je skroz drugačiji. Jedna plivačica iz Varaždina je na Facebooku super napisala, išlo je to u smislu da se uvijek kaže „idemo igrati vaterpolo ili idemo igrati košarku“, uz dodatak kako se nikad ne kaže „kako idemo igrati plivanje“. Vi se dolje ne igrate svaki plivač je sam sa sobom i radi po žestokom ritmu. Iako se to tek vidi s 15, 16 godina, svako dijete koje dođe za mene je potencijalni svjetski prvak. No, to nama nije cilj. Mi želimo dijete odgojiti, a kad ga odgojimo stvarat ćemo svjetske prvake. No, u tome svemu se puno toga mora poklopiti. Bitna je i želja roditelja. No, ako ona postoji, a nema želje plivača, nemate ništa. S druge strane, želja roditelja nije ključna, ali bitna je potpora roditelja. Uglavnom, puno je tu faktora zbog čega je plivanje funkcionalno zahtjevno – naglasila je.

Osvrnula se i na svoju suradnju sa Sanjom Jovanovićem, kazavši kako „uspjeh uvelike ovisi o simbiozi plivača i trenera“.

– Ako se ne vole teško da će se dogoditi „boom“. Morate svog plivača voljeti kao svoje dijete. Sanja mi je bila kao moje dijete. S njom sam provela sate i sate vremena više nego sa svojom djecom jer su moji išli u vrtić i školu, a ja sam sve vrijeme bila sa Sanjom. Razumijevala njene krize s društvom, školom... Uživala sam u tome svemu. – dodala je Šiljeg te je otkrila koji joj je bio najemotivniji momenat s Jovanović koja je postavila više od 170 hrvatskih plivačkih rekorda u raznim dobnim kategorijama.

– U Madridu 2004. godine Sanja je na 50 metara leđno krivo startala, udarila je rukom u prugu. Pošto joj je to bila najdraža disciplina bila je jako razočarana. No, rekla sam joj kako osjećam da će ostvariti dobar rezultat, da će dobro isplivati 200 metara leđno i tako je i bilo. Ona je sprinter, a osvojila je medalju na 200 metara. To je bilo jako emotivno. – ispričala je Klara Šiljeg.

Od djevojčice iz Dubrovnika, preko trenerice olimpijaca, do doktorice znanosti i autorice sustava koji danas educira hrvatske trenere, ona je postala jedna od najutjecajnijih osoba u povijesti hrvatskog plivanja. Njezino nasljeđe nije samo u medaljama koje su osvojile njezine plivačice, već u tisućama djece koja su naučila plivati, u stotinama trenera koji su prošli njezinu edukaciju i u znanstvenom pristupu koji je uvela u hrvatske bazene. Klara Šiljeg nije samo trenirala plivanje; ona ga je oblikovala, unaprijedila i osigurala mu svjetliju budućnost.

Napomena: Ovaj članak objavljen je uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa za poticanje novinarske izvrsnosti.

Foto: Klara Šiljeg, PK Maksimir

Kontakt

Prethodni članak

