



Fatin Farhana Japre
geny@hmetro.com.my

Dua atlet muda negara, Bibi Nuraishah Ishak, 22, dan Nur Fatin Adibah Suharman, 25, berbeza latar belakang dan minat tetapi punya hasrat yang sama untuk beraksi serta meraih pingat dalam saingan sukan SEA

2017 Kuala Lumpur pada Ogos akan datang.

Pelbagai cabaran diharungi untuk mengukir nama sejauh ini. Penulis percaya, hasil usaha keras rezeki akan berpihak kepada mereka.

Pelontar peluru perempuan Kelantan, Bibi Nuraishah atau lebih mesra dipanggil Bibi berkata, dia mula fokus terhadap sukan ini ketika berusia 10 tahun.

"Perjalanan sebenar saya bermula pada usia 16 tahun ketika ditawarkan memasuki Sekolah Sukan Bukit Jalil (SSBJ) dan terpaksa berjauhan dengan keluarga.

"Namun begitu, saya sangat

gembira kerana bakat saya boleh diperkembangkan lagi dan lebih banyak peluang untuk memasuki pertandingan," katanya yang menyertai kategori individu dengan berat peluru 4 kilogram (kg).

Bibi yang kini melanjutkan pengajian di Universiti Putra Malaysia (UPM), Serdang dalam program Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Jasmani berkata, lontar peluru sukan unik kerana bukan saja menggunakan tenaga, bahkan banyak teknik perlu dikuasai untuk mencapai sasarannya.

"Sukan ini nampak mudah tetapi sampai sekarang masih banyak teknik perlu saya pelajari

dan kuasai dengan bantuan jurulatih, Malik Tobias. Setiap hari saya akan berlatih selama tiga jam pada waktu petang di Pusat Sukan UPM," kata anak sulung daripada dua beradik ini.

Berkongsi pengalaman manisnya, Bibi berkata, dia tidak mungkin melupakan detik indah meraih pingat emas pertama pada usia 12 tahun untuk Kelantan ketika Majlis Sukan Sekolah-Sekolah Malaysia (MSSM) Bukit Jalil. Selain itu, Bibi juga mencatat lontaran paling jauh iaitu 13.10 meter di Singapore Open, tahun lalu.

"Menerusi banyak kejayaan yang saya raih, saya berharap dapat beraksi di Sukan SEA 2017

untuk membuktikan pelontar peluru wanita Malaysia ada harapan untuk pergi jauh," katanya.

Sementara itu, Nur Fatin Adibah Suharman yang aktif menerusi acara merejam lembing berkata, dia sangat berharap untuk beraksi di Sukan SEA 2017 selepas kontrak fasa dua tidak disambung akibat kecederaan dua kali di bahagian pinggang.

"Sekarang saya sedang

mempersiapkan diri dengan menjalani latihan dari segi kekuatan dan kelajuan bersama jurulatih, Malik Tobias dan Yazid Imran dari segi teknik balingan lembing.

"Acara merejam lembing bukan sekadar menggunakan kekuatan tangan tetapi seluruh anggota badan secara fleksibel. Saya yakin dengan persiapan awal ini, saya boleh mencapai sasaran ke Sukan SEA 2017.

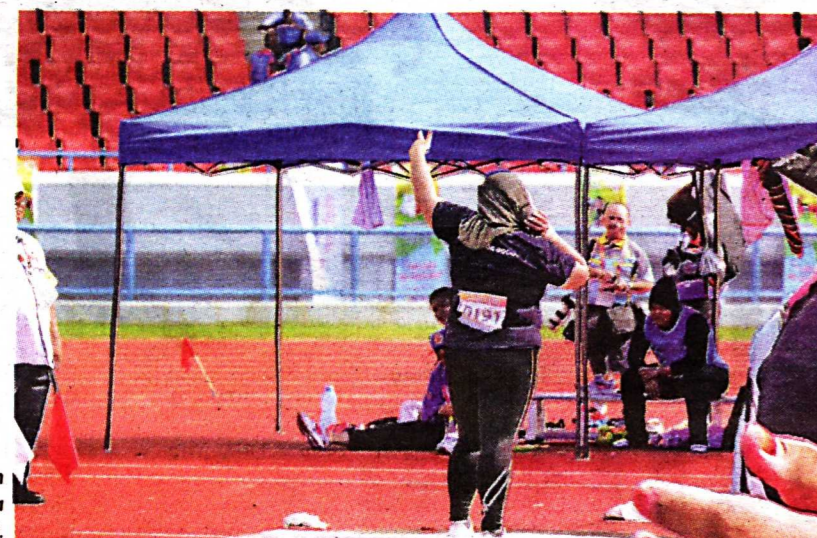
"Walau bagaimanapun, saya cuba lakukan yang terbaik jika layak ke Sukan SEA 2017. Jika sebaliknya, saya akan teruskan latihan untuk pertandingan yang lain," kata anak sulung daripada empat beradik ini.



FATIN ketika penyampaian hadiah SUKIPT 2016.

MISI SUKAN SEA

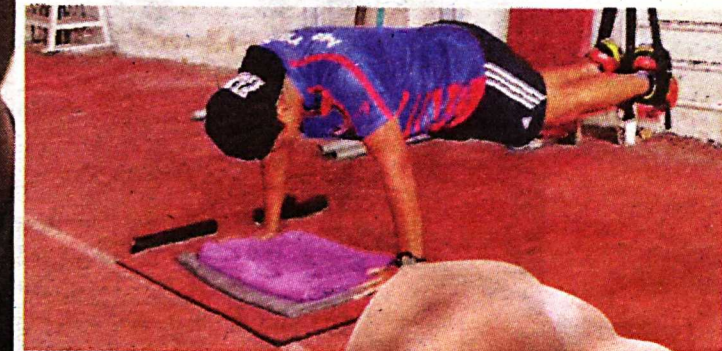
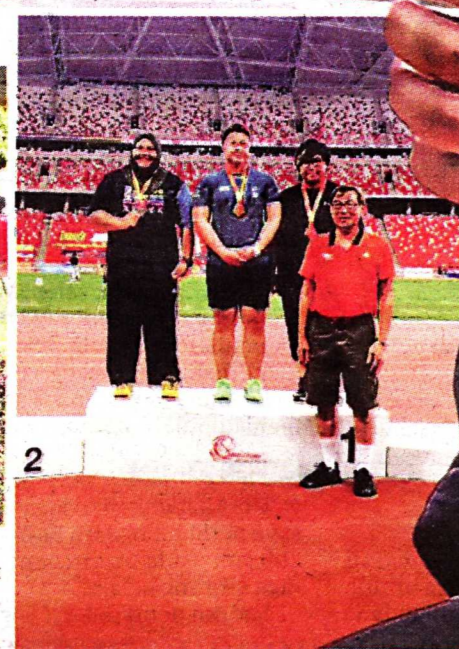
Dua atlet gigih berlatih untuk raih pingat



BIBI fokus sebelum melontar peluru ketika SUKMA Sarawak 2016.



BIBI raih pingat perak di Singapore Open 2016.



FATIN melakukan latihan tubi untuk kecergasan sebelum latihan.