



Mesti lari bawah 44 saat

Zaidatul menegaskan kuartet negara perlu mengatasi catatan emas gandingan dari Thailand yang dilakar di temasya Singapura 2015.

➔ Kuartert 4x100m negara akui kejayaan pecah rekod kebangsaan bukan jaminan pingat emas

Oleh Mohd Khairie Khalid
khairie@bh.com.my

► Kuala Lumpur

Walaupun sudah dua kali memperbaharui rekod kebangsaan acara 4x100 meter (m) wanita, kuartet negara mengakui itu bukan satu jaminan mereka mampu meraih pingat emas buat du temasya Sukan SEA, Kuala Lumpur 2017 (KL2017), Ogos ini.

Hakikat itu diakui Olimpian negara, Zaidatul Husniah Zulkifli yang menegaskan mereka perlu melakukan kepantasan di bawah 44 saat (s), mengatasi catatan emas gandingan dari Thailand iaitu 44.27s dilakar di temasya Singapura 2015.

“Setakat ini catatan masa untuk acara lari berganti-ganti (4x100m) wanita agak konsisten, tetapi untuk kedudukan lebih selamat (pingat emas),

kita perlu melakukan larian di bawah masa 44s, sekurang-kurangnya 44.50s,” katanya.

Main serasi

“Ini Sukan SEA, kita tidak boleh terlalu yakin dan perlu berhati-hati kerana ini bukan acara individu tapi acara berpasukan. Semua pelari perlu mempunyai keserasian dan semangat kerjasama,” kata atlet berusia 24 tahun itu mengenai temasya dwitahunan nanti.



Ditanya mengenai keserasian antara bersama rakan sepasukan terutama ketika pertukaran baton pelari pertama antara Shereen Samson Vallabouy dan Nurul Faizah Asma Mazlan, Zaidatul menjelaskan dia tidak mempunyai sebarang masalah.

“Saya tidak boleh katakan tidak kepada pertukaran ini kerana bagi saya Shereen dan Faizah, kedua-duanya OK. Kami kena bekerja keras agar dapat

menjadi satu pasukan yang kuat untuk memberikan tekanan kepada lawan,” katanya.

Elak kecederaan

Mengulas mengenai acara pecut 100m pula, Zaidatul menegaskan ketika ini fokusnya adalah terhadap latihan, mengelakkan sebarang kecederaan, memastikan corak larian terus konsisten selain tidak mahu terlalu yakin.

Untuk rekod, Zaidatul bersama tiga lagi rakan sepasukan iaitu Siti Fatima Mohamad, Nurul Faizah Asma Mazlan dan S Komalam Shally adalah pemegang rekod kebangsaan 4x100m dengan catatan 45.18s yang dicipta di Kejohanan Balapan dan Padang Asia (ATF), India, minggu lalu.

Bulan lalu, rangkaian 4x100m wanita gandingan Zaidatul, Shereen, Siti Fatima dan S Komalam melakar kepantasan 45.19s di Kejohanan Trek dan Padang Terbuka Thailand 2017 untuk meleburkan rekod lama 45.32s (Terbuka Singapura 2016).



SUKAN SEA KE - 29
19 - 30 OGOS 2017