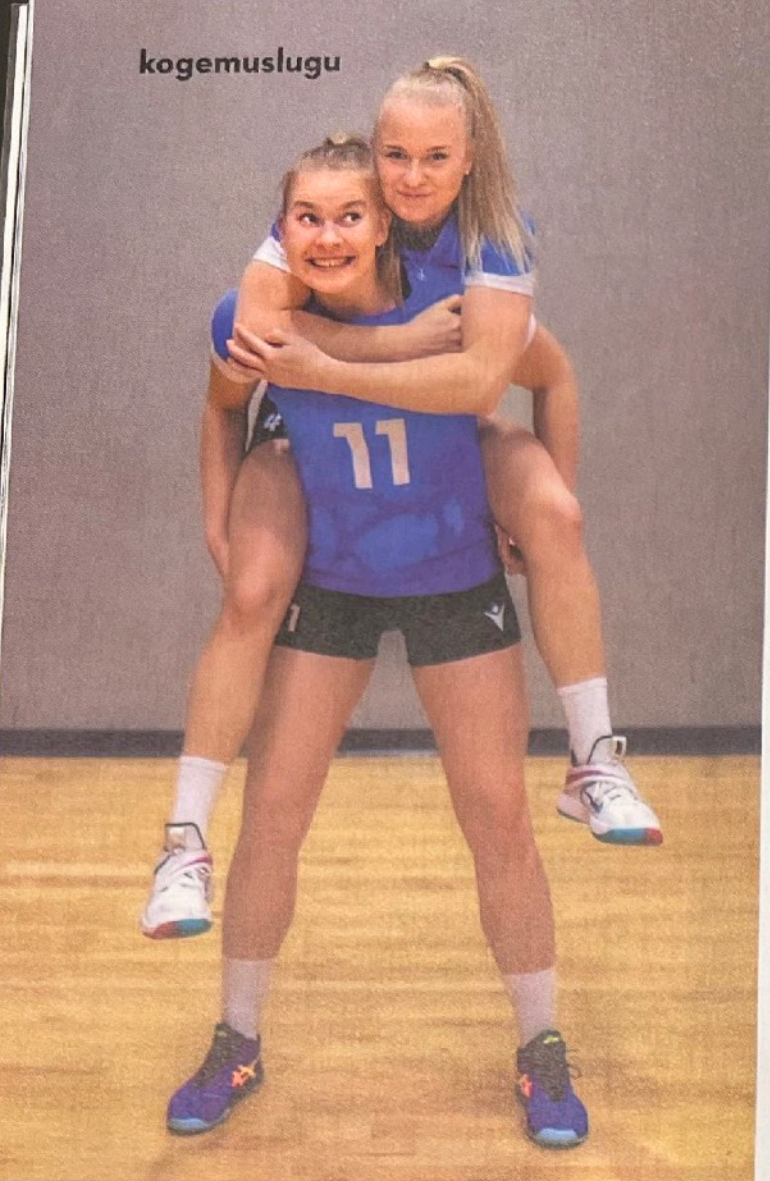


Naiste võrkpalli EM finaalturniir 2023 Tallinnas



Mida söövad tippportlased ET JÕUDU JAGUKS, AGA KEHAKAAL EI TÕUSEKS?

Ühed tänavuse spordisuve superstaarid on meie võrkpallinaised. Koduseks Euroopa meistrivõistluste finaaltourniiriks valmistuvad koondise liidrid Kristiine Miilen ja Kertu Laak treenivad tiheda graafiku alusel ja ka söövad läbimõeldult.

Tekst: KAIA GIL
Fotod: ERAKOGU
Retseptide stiil ja fotod: MERILIN SIIMPOEG

Sportlaste toitumisest rääkides ei saa üle ega ümber sellest, kuidas sportlased oma toiduvalikuid teevad ning milliseid piiranguid ametivalik menüüle paratamatult



Kristiine ja Mati Miilen Autor/allikas: Sten Teppan/ERR
Käbi ei kuku... Kristiine ja Mati Miilen
20.08.2023

KARJÄÄR 12.07.2023, 12:00

Tippvõrkpallur: võrdlesin võrkpalli tollal vägivaldses suhtes olemisega. Tundsin, et ma muudkui annan, aga vastu saan ainult lööke

— Liis ja Kadi Kullerkann avavad menuka spordiala varjukülgi

Võrkpall on võrratu! Ent Eesti pikimatele tüdrukutele, nagu öed ise najatamisi ütlevad – üks 191, teine 195 cm – on mäng ka omajagu haiget teinud. Kui ootamatust palliabadusest paraneb ruttu, siis tribüünilt märkamatuks jäävast vaimsest ärakasutamisest mitte niisama lihtsalt.

Riina Palmiste
riina.palmiste@annestil.ee



KULTUURIBIIT | Võrkpallur Kertu Laagi playlist

Tänase kultuuribiidi pani kokku viiekordne Eesti parim naisvõrkpallur Kertu Laak, kes läheb koos Eesti koondisega 16. augustil **kodusel EM-il** vastamisi Prantsusmaaga.



KULTUURIBIIT



Eesti parim naisvõrkpallur Kristiine Miilen: "Ma ei soovi tippporti teha nii, et ärgata tuleb igal hommikul valuga."

JAGA

SILJA VILBU, 31. MAI 2023

Itaalia esiliigas võrkpalli mängiv Kristiine Miilen unistab kõrgliigasse pääsemisest ja enesekindlast esitusest EMil. Naine usub, et tippspordis on olulisem protsessi nautimine kui suurte võitude pagas.

Viljandist pärit Kristiine (26) sündis piltlikult õeldes, võrkpall käes. Noor naine loetleb, et palli on tema peres kõksinud vanemad, vanavanemad, onud-tädid, kuid ka õed-vennad. Loomulikult võeti tüdruk juba väiksena saali kaasa ja nii sai temagi külge vollepisiku. Kolmandas klassis ametlikult trenni minnes olid tal võrkpalli alatõed mõista iuba selaed.

Võrkpallikoondise liidri toimekas suvi: abielu ja EM-finaalturniir

Kuula



Kaia Gil
25. aprill 2023, 14:35



Eesti koondislane Kadi Kullerkann- võrkpallur kunstivõrgus (6)

Eesti naiste võrkpallikoondise heitleb sel nädalal kodupubliku ees toimival EM finaaltourniiril alagrupist edasipääsu eest. Unibet Arenale tulijaid tervitavad seitse mustvalget pastapliatsiga valminud kunstitööd, mille autor on koondise diagonaalründaja Kadi Kullerkann.



Kaia Gil



Tutvu digipaketiga 1 C = 1 kuu [Vaata siit](#)

KOLUMN > Eesti naiste võrkpall rõkkab, kui oleme koos ühe asja eest väljas. Eesti eest!

Kuula



Kertu Laak, Eesti võrkpallikoondislane
31. mai 2023, 11:16

