

arena

MAGAZYN O LUBELSKIM SPORCIE

Nº 15 WRZESIEŃ 2024

WILFREDO
LEON



W numerze: Aleksandra Mirosław / Julia Szeremeta / Motor w ekstraklasie

aktywność
na plus



mosir Lublin



Dołącz do nas!



.arena

W numerze:

4. **Praca wygrywa z talentem**
Aleksandra Mirosław, złota medalistka olimpijska
6. **Julka co pięściom się nie kłania**
Julia Szeremeta, srebrna medalistka olimpijska
11. **Pan Leon**
Wilfredo Leon, srebrny medalista olimpijski i zawodnik Bogdanka LUK Lublin chce mieć polski medal
12. **Trzecia połowa**
W rugby nie ma udawania – mówi Robert Ciechoński, trener Amazonek Lublin
15. **Lublinianie kochają kolarstwo**
Fotoreportaż z Tour de Pologne Women
16. **Dla każdego, nie dla wszystkich**
Karting to piękny sport
18. **Leszek Bobrzyk: Sukcesy wymagają cierpliwości**
Z pasji do sporu
19. **Wszyscy są zwycięzcami**
Przełamujemy bariery
20. **Akcje społeczne**
Dbamy o mamy, biegi, olimpiada młodzieży
22. **Dzieje się w lubelskim sporcie**
Tomasz Jasina o piątku 13 września



Znakomity turniej

Aktualny klubowy mistrz świata Sir Safety Susa Perugia wygrał w Lublinie gwiazdorsko obsadzony turniej Bogdanka Volley Cup im. Tomasza Wójtowicza.

Największe widowisko siatkarskie w Polsce, między olimpiadą, a startem PlusLigi obserwował komplet widzów. Drugie miejsce zajęli Jastrzębski Węgiel, a trzecie Bogdanka LUK Lublin pokonując Asseco Resovia. W lubelskiej drużynie zaprezentował się jeden z najlepszych przyjmujących świata Wilfredo Leon. Niestety w żadnym meczu nie zagrał. To już trzecia edycja turnieju, który odbywa się tradycyjnie w największej lubelskiej hali sportowej, zarządzanej przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji „Bystrzyca”. Hala nosi imię Tomasza Wójtowicza, nieżyjącego już znakomitego lubelskiego siatkarza. (CP)

Ze sportowych aren

Zmarzlik mistrzem świata

Bartosz Zmarzlik, żuźlowiec Oil Motor Lublin, po raz piąty został indywidualnym mistrzem świata. Znakomity zawodnik zapewnił sobie tytuł już w turnieju Grand Prix w Vojens. Nie wygrał jednak zawodów, bo w finałowym biegu wyprzedził go Brytyjczyk Robert Lambert. Ale to wystarczyło, żeby jeszcze przed końcem rozgrywek, po raz kolejny zdobył tytuł Indywidualnego Mistrza Świata. Trzeci raz z rzędu.

Lider lubelskiej ekipy był w Vojens w bardzo dobrej formie. Gorzej pojechała reszta „Koziołków”. Najwyższe – siódme miejsce – zajęli Dominik Kubera. W tym sezonie lider Oil Motor Lublin ma lepsze i gorsze dni. Nie zawsze jedzie, tak jakby chciał. Podobnie jak cała drużyna. Lublinianie awansowali jednak do finału PGE Ekstraligi żuźlowej, ale gdy zamykaliśmy to wydanie Magazynu „Arena” nie było jeszcze wiadomo, czy „Koziołkom” udało się obronić tytuł mistrza Polski.



Achruk Gladiatorem

Kinga Achruk jedna z najbardziej utytułowanych polskich zawodniczek piłki ręcznej została uhonorowana Super Gladiatorem. Była rozgrywająca lubelskiego MKS Fun Floor i reprezentacji narodowej została nagrodzona za wybitne osiągnięcia i wkład w rozwój szczypiorniaka. Achruk nie dawno zakończyła karierę, a w Superlidze grała 12 sezonów. Ma w dorobku 4 tytuły mistrzyni Polski, wygrała Puchar Polski, a z Buducnost Podgorica Ligę Mistrzów.



Multimedalistka Pęk

Tenisistka stołowa AZS UMCS Lublin, Karolina Pęk zdobyła złoty medal Igrzysk Paraolimpijskich w Paryżu. W finale pokonała doświadczoną Chinę Xiong Guiyan 3:2. To nie jedyny medal naszej zawodniczki. W deblu z Natalią Partyką Karolina zdobyła srebro. Natomiast w mikście z Piotrem Grudniem, wywalczyła brąz.

Karolina Pęk zaczęła uprawiać tenis stołowy w wieku 9 lat. Obecnie reprezentuje AZS UMCS Lublin. Jest multimedalistką mistrzostw Polski i Europy niepełnosprawnych. Zdobyła również m.in. drużynowy złoty medal na Igrzyskach Paraolimpijskich w Rio de Janeiro. (CP)

Praca wygrywa z talentem

Lublinianka Aleksandra Mirosław została jedyną polską złotą medalistką Igrzysk Olimpijskich w Paryżu 2024. Jechała jako faworytka i nie zawiodła, choć jej dyscyplina - wspinaczka sportowa na czas - nie wybacza błędów: - Ciężka praca zawsze wygrywa z talentem, gdy talent nie pracuje wystarczająco ciężko – mówi.

W finałowych biegach Aleksandra była perfekcyjna, a w starciu o złoto pokonała Chinę Deng Lijuan o 0,08s (6.10 sekundy). Wcześniej pobiła własny rekord świata czasem 6,06 s. W sumie, w ciągu 20 minut, zrobiła to dwa razy.

Kiedy dwa lata temu, po czwartym miejscu na olimpiadzie w Tokio (wtedy konkurencja odbyła się na innych zasadach) i kolejnym rekordzie świata w Salt Lake City zapytaliśmy Aleksandrę, czy zdobędzie medal w Paryżu, powiedziała, że ktoś go na pewno zdobędzie: - W sporcie nic nam się nie należy i nic nie jest obiecane. Wszystko trzeba sobie wywalczyć – dodała.

I tę filozofię zrealizowała. Bardzo ciężko pracowała przed tegorocznymi igrzyskami. Poprawiała siłę oraz szybkość.

- Trening we wspinaczce sportowej skupia się na przyspieszaniu poszczególnych ruchów na ścianie, ponieważ drogę pokonuję zawsze w ten sam sposób. Każdy minimalny błąd może skutkować porażką - tłumaczyła. - Dlatego bardzo ważna jest też mentalność i wytrzymałość psychiczna.

Mirosław wszystko postawiła na jedną kartę. Zniknęła. Odcięła się od spotkań i mediów społecznościowych. Nie zawiodła, ani siebie ani kibiców.

- Złoty medal olimpijski to jest największa rzecz do zdobycia w sporcie. Największe marzenie, które zrealizowałam – mówiła po zwycięstwie. I przyznała, że nawet kiedy była mała, to nie przypuszczała, że pojedzie na olimpiadę i zdobędzie złoto

Mirosław jest typem, który uwielbia rywalizację. Uważa, że najważniejsza jest ciężka praca, bo zawsze wygrywa z talentem, gdy talent nie pracuje wystarczająco ciężko.

Po powrocie do Lublina prawie nie ma czasu dla siebie. Spotkała się z

Lublin przed Polską

To nie były dobre igrzyska dla polskiej reprezentacji. W Internecie krąży dowcip, że gdyby zrobić klasyfikację medalową, to Lublin wyprzedziłby w niej zdecydowanie Polskę. Reprezentujący nasze miasto zawodnicy zdobyli złoty (Aleksandra Mirosław we wspinaczce sportowej) oraz dwa srebrne medale (Julia Szeremeta w boksie i Wilfredo Leon w siatkówce). Do żartu odniósł się na spotkaniu z Olimpijczykami Prezydent Lublina Krzysztof Żuk: - To pokazuje jak wiele pracy, ale i współpracy wymaga zdobycie takich wyników, potwierdza prawidłowość naszych programów adresowanych nie tylko do szkolenia młodzieży, ale również do naszych mistrzów, olimpijczyków – podkreślił.

władzami województwa i z kibicami w hali sportowej Uniwersytetu Medycznego, gdzie jest ścianka wspinaczkowa, na której odbył się Puchar Świata. Wydarzenie organizował wspólnie Urząd Miasta Lublin i Klub Wspinaczkowy „Kottownia”, a licznie zgromadzeni fani mogli liczyć na pamiątkowe zdjęcie albo autograf.

Z rąk Prezydenta Lublina odebrała medal „Zasłużony dla Miasta Lublin”. Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski została uhonorowana przez Prezydenta RP.

Swoją przygodę ze sportem Ola zaczęła od pływania. Chodziła do klasy sportowej. Wspinaczką zainteresowała się w 2007 roku. Akurat w jej rejonowej szkole na Skarpie, na lubelskich Czubach była i jest ścianka wspinaczkowa. Przyznaje, że zdingowała ją również sukcesy starszej siostry Małgorzaty, która do dziś się wspina, ale woli prawdziwe skały.

Aleksandra Mirosław jest na razie jedynym lubelskim sportowcem, który ma w mieście swój mural (na tylnej elewacji kamienicy przy Krakowskim

Multimedalistka

Aleksandra Mirosław z domu Rudzińska ma 30 lat. Urodziła się w Lublinie. Mistrzyni olimpijska z Paryża, dwukrotna mistrzyni (2018, 2019) i brązowa medalistka (2014, 2021) mistrzostw świata we wspinaczce sportowej na czas. Mistrzyni i wicemistrzyni Europy. Na Igrzyskach Olimpijskich w Tokio w 2021 r., na których wspinanie sportowe zadebiutowała w formacie trójboju, zajęła 4 miejsce. Pobiła tam rekord świata we wspinaczce na czas wynikiem 6,84 s, który poprawiła w maju 2022 r. dwa razy: podczas PŚ w Seulu (6,64 s) oraz w Salt Like City (6,53 s). Najnowszy rekord świata z Paryża wynosi 6.06. Jest multimedalistką mistrzostw Polski, pucharów świata, a także mistrzostw świata juniorów.

Przedmieściu 55, a widoczny od strony ulicy Wieniawskiej). Przedstawia on w skali 1:1 trasę wspinaczki Oli. Na muralu jest informacja o zdobytych medalach i już nieaktualnym, poprzednim rekordzie - 6,24 sekundy. Artysta, który wykonał mural w ramach swojej pracy doktorskiej w Instytucie Sztuk Pięknych Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, już zapowiedział, że będzie go aktualizował.

Przez wiele lat Mirosław musiała godzić zawodowy sport z pracą, bo nie łatwo jej było się utrzymać. Uczyła w szkole, prowadziła treningi w KW Kottownia. Studiowała na Politechnice Lubelskiej i na warszawskiej AWF. Dziś jej sytuacja się poprawiła. Zdobywając w Paryżu jedyne złoto dla Polski otrzymała m.in. nagrody finansowe, dwupokojowe mieszkanie oraz nagrody rzeczowe jak diament, obraz czy vouchery na wakacje.

Ola uwielbia spacerować nad Zalewem Zemborzycy, lubelskie Stare Miasto i Park Ludowy oraz zwierzęta, szczególnie psy. Razem z mężem Mateuszem, który równocześnie jest jej trenerem, wychowują Lokiego, psa rasy border terier. Jeżdżą z nim wszędzie, również na treningi na ścianę wspinaczkową, do siłowni i na zawody. Po olimpiadzie chce się bardziej zaangażować w ochronę zwierząt i poprowadzić wspólny projekt ze schroniskiem dla psów.

Wbrew pojawiającym się w internecie doniesieniom nie zamierza kończyć kariery. Mówi, że może nazwać się sportowcem kompletnym, ale jeszcze ma coś do zrobienia. Jej głównym celem są mistrzostwa świata w Seulu i powrót na najwyższy stopień podium. Ostatnie dwie edycje kończyła na trzecim miejscu. Dążąc do perfekcji chce też pokonać siebie i ściankę wspinaczkową w czasie poniżej sześciu sekund. (CP)



fol. Andrzej Jakóbczyk

– zaczęli interesować się boksem, śledzić moje pojedynki i gorąco mi kibicować. Nie spodziewałam się jednak, że będzie tak głośno.

Czy to nie jest dla Ciebie trudne i męczące? Masz 20.lat, stałaś się osobą publiczną i prawie całkowicie straciłaś prywatność.

Rzeczywiście dużo tego jest i powoli mi się wszystko nakłada. Dochodzi zmęczenie. Przez ostatni miesiąc, w domu rodzinnym byłam zaledwie kilka godzin. W Lublinie dosłownie kilka dni i to głównie na spotkaniach. Bardzo intensywny okres. Teraz zamierzam powoli zacząć odpoczywać i wrócić do treningów.

Jak sobie radzisz z popularnością?

Chyba nie najgorzej (śmiech). Trzeba się przyzwyczaić, że jak wychodzę z przyjaciółmi na miasto, to nie jestem już osobą anonimową. Ludzie Cię obserwują, podchodzą, proszą o zdjęcie, autograf. Nie odmawiam i daję sobie na razie radę.

A dostałaś już obiecane nagrody z Polskiego Komitetu Olimpijskiego oraz od sponsorów?

- Od Prezydenta Lublina tak, na resztę czekam (śmiech). (rozmawiamy w połowie września dop.red)

Słyszałam, że miałaś propozycje niezłego zarobku w walkach freak fight...

Oczywiście, że miałam....

i...?

...propozycje zostały odrzucone.

...ale przecież sama mówisz że lubisz kopać, co zostało Ci po trenowaniu karate. Polubiłaś akrobatykę, którą się bawiłaś w przygotowaniach do olimpiady...

...(śmiech), ja chcę iść drogą czysto sportową. Zamierzam rozwijać siebie i tradycyjny boks. Chciałabym zachęcić młode osoby do aktywności, do boksu, ale też do zdrowej, sportowej rywalizacji z zasadami. Warto przyjść na salę i zacząć trenować!

Sama jesteś jeszcze młodzieżą...

Na razie skupiam się na treningach i na sporcie, ale dzięki sukcesowi na igrzyskach chciałam być inspiracją dla młodych osób. Będę dążyć do tego, żeby boks w Polsce wszedł na jeszcze wyższy poziom, by o walkach było głośno, a na pojedynki przychodziło jeszcze więcej kibiców.

Czy myślisz, że Twoja droga, którą przeszedłeś po medal, może być inspiracją?

No pewnie. Przecież nie ukrywam, że zdarzało mi się być leniuszkiem. Opowiadałam Ci, że byłam blisko rezygnacji z kariery. Wszystko się zmieniło, gdy wyznaczyłam sobie cel i zaczęłam ciężko pracować. Ciężka praca jest kluczowa. Wiele lat boksowałam na samym talencie, ale kiedy dołoży się do tego praca, można odnieść sukces. Taka jest moja droga.

W klubie już widać większe zainteresowanie boksem?

Szczerze powiem, że po olimpiadzie nie miałam jeszcze okazji spędzić więcej czasu w klubie, ale słyszałam, że dużo osób się zapisuje.

Dziewczynki czy chłopcy, bo boks to, w tradycji bardziej męski sport...

No akurat u nas sukcesy odnoszą dziewczynki (śmiech).

Do Paryża w boksie kobiet na igrzyskach nie było medalu...

...a ostatni medal 32 lata temu, zdobył Wojciech Bartnik. Finału nie było 44 lata, więc udało mi się napisać piękną historię.

Więc, jak się czuje 21.latka która przeszła do historii i dostanie emeryturę za 15 lat...

...za dwadzieścia. O emeryturze na razie nie myślę (śmiech). A przejście do historii to coś pięknego i w sumie jeszcze to do mnie za bardzo nie dociera.

Jakie masz plany sportowe na ten rok?

Jeszcze trochę postaram się odpocząć, a później będę wracać powoli do treningów. W tym roku zamierzam wystąpić na gali Suzuki Boxing Night. Niedługo wyjeżdżam na obóz do Kielc, gdzie odbędzie się turniej i targi bokserskie. Chcę wystartować w grudniowych mistrzostwach Polski senierek. W następnym roku, w marcu są mistrzostwa świata. To mój nadrzędny cel.

Słyszę, że mimo srebra w Paryżu, czujesz głód sukcesu.

Tak, chciałam zostać mistrzynią świata, ale chcę też podnosić swoje umiejętności i stawać się co raz lepszą zawodniczką. Będę ciężko pracować.

A jakis pojedynek zawodowy?

Nie wykluczam, ale raczej nie w Polsce.

Rozmawiał Czesław Pogonowski

Julka co się pięściom nie kłania

Ja chcę iść drogą czysto sportową i inspirować młode osoby. Będę dążyć do tego, żeby boks w Polsce wszedł na jeszcze wyższy poziom, żeby o walkach było głośno, a na pojedynki przychodziło jeszcze więcej kibiców – mówi Julia Szeremeta, pięściarka, srebrna medalistka Igrzysk Olimpijskich w Paryżu 2024 r.

Rozmawialiśmy przed Igrzyskami Olimpijskimi w Paryżu. Przekonywałaś, że jedziesz po medal, a ja – przyznam szczerze – nie bardzo Ci wierzyłem. Pamiętasz?

(śmiech) Pamiętam. No i jak powiedziałam, tak zrobiłam. Przywiozłam srebro.

Za cztery lata jest olimpiada w Los Angeles. Jaki medal przywieszysz?

Moim celem jest złoto.

Pewna jesteś?

Pewna (śmiech). Będę jechać tam, by walczyć o złoty krążek dla Polski.

Czy w Paryżu miałaś momenty wątpliwości?

Nie. Byłam pewna siebie i swoich umiejętności. Jechałam dobrze przygotowana. Wiem, ile czasu poświęcałam na sali, oraz jak ciężkie i intensywne miałam treningi. Więc nie widziałam innej opcji, jak przywiezienie stamtąd medalu.

Nawet przed walką finałową, która ostatecznie okazała się

najtrudniejsza?

Nie, nie miałam. Wchodziłam po to żeby wygrać. Niestety nie udało się. W ostatniej walce igrzysk zabrakło mi trochę szybkości, a przeciwniczka była trudna, wysoka, z dużym zasięgiem rąk. Przegrałam ten pojedynek, ale taki jest sport. Raz się wygrywa, raz się przegrywa.

Czytam i pewnie Ty też czytasz, że po ostatniej walce były robione badania genetyczne. Spekuluje się, że przeciwniczka może stracić złoto.

Ja nie czytam (śmiech), nie wiem co się dzieje i nie sprawdzam Internetu. Po powrocie mam bardzo dużo zajęć i kłopot z wolnym czasem dla siebie. Po walce miałyśmy robione badania antydopingowe. Nie ma zasady, żeby po zawodach robić testy płci. Ale z tego co wiem, na wyniki testów genetycznych czeka się przynajmniej trzy miesiące, więc coś więcej będzie wiadomo za pół roku. Czas pokaże...

A jeśli pokaże i okaże się, że masz złoty medal, to czy to coś zmieni w Twoim życiu?

Nie sądzę żeby zmienił wiele, ale na pewno będę szczęśliwa, że trafił do mnie. Jednak byłoby zupełnie inaczej, gdybym go odebrała podczas dekoracji, na podium.

Srebrny medal już chyba wystarczająco dużo zmienił. Ze skromnej, ale pewnej siebie dziewczyny, stałaś się bardzo popularnym sportowcem. Nie tylko w Lublinie

- No tak...

Spodziewałaś się takiego sukcesu?

Sukcesu tak, bo jechałam z takim nastawieniem. Nie spodziewałam się takiego rozgłosu mojej osoby. Okazało się, że zainspirowałam wiele osób

Julia Szeremeta

to srebrna medalistka Igrzysk Olimpijskich w Paryżu. Pochodzi z Bieniowa koło Chełma, gdzie jej rodzice prowadzą małą stadninę koni. Mama Wiesława trenowała karate i zaraziła córkę tym sportem. Do dziś zresztą jest bardzo zaangażowana w aktywność sportową córki, a sama Julia mówi, że jest jej najlepszym analitykiem. Śledzi wszystkie pojedynki potencjalnych przeciwniczek Julii, nawet jeśli córka nie walczy. Julia boks zaczęła trenować w wieku 13 lat. Najpierw w Międzyszkolnym Klubie Sportowym II LO Chełm, a później w Paco Lublin.

W 2022 roku została mistrzynią Polski w wadze do 60 kg. Na Igrzyskach Europejskich zajęła 5 miejsce. Jest młodzieżową mistrzynią Europy. Dwa lata temu po nieudanych Mistrzostwach Europy chciała zrezygnować z boks.

Julia jest szeregowym Wojska Polskiego. Lubi akrobatykę, ciekawe kino i dobre, zdrowe jedzenie. A na drugie imię ma Atena - tak wybrał dla niej tata.



Pan Leon

Ani drużyna, ani ja, nie mamy jeszcze polskiego medalu siatkarskiego. Musimy pracować tak, by go zdobyć. Po drugiej mamy jeszcze przynajmniej jeden puchar do zdobycia. Jeśli wykonamy dobrą robotę, to jestem przekonany, że i medal, i puchar są w naszym zasięgu – mówi Wilfredo Leon, jeden z najlepszych przyjmujących świata, nowy zawodnik Bogdanka LUK Lublin.

Jak się podoba w Lublinie?

Do tej pory bardzo dobrze. Ale nie miałem za dużo przestrzeni, żeby dobrze zobaczyć miasto. Mam nadzieję, że powoli wolnego czasu będzie mi przybywać i lepiej poznam Lublin.

Gdzie udało się wyjść. Jakież fajnie miejsca wpadły już w oko?

Na razie zwiedzałem restauracje (śmiech). Ze względu na dużo obowiązków sportowych i rodzinnych związanych z przeprowadzką do Lublina, moja droga prowadzi z domu na halę, do restauracji na posłitek i do domu.

Trudno Cię nie zauważyć, bo masz ponad 2 metry wzrostu i jesteś jednym z najpopularniejszych polskich sportowców, a każdy chciałby spotkać jednego z najlepszych siatkarzy świata...

Rzeczywiście trudno mi się schować i się nie chowam. Ale ja nie mam z tym problemu. Jeśli ktoś ma ochotę, to zrobimy zdjęcie albo dam autograf. Dopóki nie spędzam czasu z rodziną, jest wszystko ok.

A jak się rodzina czuje w Lublinie?

Jesteśmy krótko, ale są zadowoleni. Dzieci bardzo ze szkoły i przedszkola. I ja z tego powodu też jestem zadowolony, bo wybierając klub szukałem właśnie miejsca, w którym będą szczęśliwi.

Dlatego mówisz, że w Lublinie czujesz się jak w domu?

Tak mówię, bo jestem w Polsce. A to mój dom. Ja już nie mieszkam w Rosji, nie mieszkam we Włoszech, mieszkam tu. Bardzo mi zależało na powrocie na stałe i grze w polskiej lidze.

To znaczy, że już na zawsze zostaniesz w Lublinie? Nie pytam na razie o karierę zawodniczą, bo to może być różnie...

(śmiech) A kto to wie? Na razie mam kontrakt z klubem na rok. A po karierze, będę się zastanawiał. Wiem, że w Lublinie są dobre projekty aby szkolić młodych sportowców. Ostatecznie to Bóg będzie decydował. Na razie chcę jak najwięcej jeszcze grać, dopóki będzie zdrowie.



No właśnie. Powiedzieliście kiedyś, że wybraliście Lublin i klub Bogdanka LUK Lublin, bo macie te same marzenia. Możesz rozwinąć tę myśl?

Zrobić lepiej to co robiliśmy wcześniej...

... to znaczy?

Ani drużyna, ani ja, nie mamy jeszcze polskiego medalu siatkarskiego. Musimy pracować tak, by go zdobyć. Po drugiej mamy jeszcze jeden puchar do zdobycia. Jeśli wykonamy dobrą robotę, to jestem przekonany, że i medal, i puchar są w naszym zasięgu.

A jak się wpasowałeś w drużynę?

Na razie za mało graliśmy razem (rozmawiamy na początku września dop.red). Za kilka tygodni odpowiem na to pytanie. Atmosfera w zespole jest bardzo dobra.

No ale masz przecież już cały worek medali, wliczając w to srebrny medal z ostatnich Igrzysk Olimpijskich w Paryżu. Cały czas czujesz głód zwycięstwa?

W Rosji miałem medal, we Włoszech też i w Europie. W Polsce nie miałem. To dobra motywacja dla mnie i dla drużyny (śmiech). Nie szukam odpoczynku, szukam sukcesu.

Czy myślisz, że lubelska ekipa da radę sięgnąć po te cele?

Boisko odpowie na to pytanie. Przed nami cały sezon. Wykonamy swoją

robotę i liczę, że kibice nam pomogą, będą z nami na każdym meczu.

A wracając do najcenniejszego olimpijskiego medalu, to nie byłbyś za szczęśliwy sięgając po srebro. Czego zabrakło w ostatnim meczu?

Nie, nie, nie. To nie pytanie do zawodnika. Stało się to, co się stało, przegraliśmy i tyle.

Ale srebro to przecież ogromny sukces dla Polski.

Tak, wiem i bardzo szanuję ten medal. Oczywiście jestem zadowolony, bo na olimpiadzie w Tokio skończyło się dużo gorzej. Ale każdy ma swoje emocje, szczególnie po meczu. Ja się przygotowałem na złoto, dlatego taka reakcja.

Czyli jeśli zdrowie pozwoli, to pogrąsz przynajmniej cztery lata i znów spróbujesz zagrać o złoto?

(śmiech) Widzę, że wszystko już wiesz. Jak będzie zdrowie, to oczywiście, że tak.

No właśnie. A jak się czujesz, bo ostatni rok zmagając się z kontuzją...

Na razie wracam powoli do siebie. Mam nadzieję, że jesteśmy na dobrej drodze, żebym mógł bez problemu zagrać cały mecz. Według mnie to się uda.

Ale nawet chwili nie zagrałeś w pierwszym swoim występie w lubelskiej hali Globus, w czasie turnieju im. Tomasza Wójtowicza, w przegranym

towarzyskim meczu LUK Lublin z Twoim dawnym klubem, mistrzem Włoch Sir Susa Vim Perugia. Pełna hala kibiców na to czekała.

Dobrze, że wszyscy czekali. To powoduje jeszcze więcej emocji. Mecz miał charakter towarzyski i miał nam pokazać, co trzeba zrobić, żeby grać lepiej.

Więc wszystko się okaże na początku rozgrywek ligowych?

Liga jest dosyć długa. Dużo jest meczów. Trudno jest przez cały sezon utrzymać stabilną formę. Jak się buduje formę powoli, to jest szansa na najlepszą, w najważniejszym etapie rozgrywek. Wtedy, kiedy chcesz i potrzebujesz.

Czujesz się zmęczony sezonem, bo chyba rozpocząłeś dyskusję, mówiąc publicznie, że brakuje Ci trochę odpoczynku, a sportowcy mają za mało urlopu.

My jako zawodnicy nie możemy tego zmienić, bo tak już jest. Ale tak, to uwaga do wielu międzynarodowych federacji sportowych. Nie jesteśmy maszynami, ale ludźmi, którzy potrzebują odpoczynku i więcej czasu dla bliskich. Dla mnie to ważne.

Udaje Ci się znaleźć czas?

Muszę nim umiejętnie gospodarować. Wiem jak ważne jest dla rodziny, żebym z nimi był i pomógł jako ojciec, czy mąż. Ale też potrzebuję czasu na regenerację, żeby odpocząć przed treningami, czy zawodami.

To skomplikowane. Trzeba szukać balansu.

Mówiłeś, że wychowujesz dzieci w kulturze sportu. Już grają w siatkówkę?

(śmiej) Uprawiają wiele dyscyplin. Pływają, biegają, grają w koszykówkę i w tenisa. To wszystko jest potrzebne. Ja dzieci nie będę do niczego zmuszał. Nie muszą być profesjonalnymi sportowcami. Najważniejsze jest zdrowie i nauka. Sport mogą uprawiać towarzysko, grać w piłkę plażową na wakacjach, czy w piłkę nożną. Ważne jest dla mnie, żeby były dobrze rozwinięte fizycznie i kondycyjnie, żeby po 2 minutach wysiłku nie musiały odpoczywać. To też buduje charakter. Chciałbym je nauczyć, by się nie poddawały i do końca realizowały swoje życiowe cele.

Za wszelką cenę? W Polsce się mówi, że nawet po trupach

Ja zawsze mówię, że najważniejsze jest, by dzieci miały szacunek, do siebie, do rodziców i do ludzi. To co robi szkoła jest bardzo ważne, bo przygotowuje do dorosłego życia, ale sport to druga nauka. Buduje mentalność.

Dla wielu młodych osób jesteś autorytetem...

(śmiej)

...no wiem, to nie Twoja wina...

no może trochę (śmiej).

...co byś poradził chłopcom i dziewczynkom, którzy marzą by zostać sportowcem z najwyższej półki?

Trzeba słuchać ludzi, nie tylko mamy, taty, czy trenera, bo wszystko co słyszymy jest ważne. Nie powinno się lekceżywać żadnych uwag. A czasami nam się wydaje, że już wiemy wszystko na dany temat. Druga rzecz, to trzeba mieć dużo cierpliwości. Czasami podejmujemy złe decyzje w emocjach, bo tracimy cierpliwość. A trzecia rzecz, to trzeba sobie wyznaczyć cel i do niego dążyć. A jak już go osiągniesz, to wyznaczaj sobie nowe cele.

Urodziłeś się i mieszkasz na Kubie. Nie miałeś łatwo w życiu i karierze zawodniczej. Który moment był najtrudniejszy. A może jest jeszcze przed Tobą?

Wilfredo León Venero

Urodził się 31 lipca w Santiago de Cuba. Gra na pozycji przyjmującego. Wicemistrz olimpijski z Paryża. Był reprezentantem Kuby, a od 2019 reprezentantem Polski.

W wieku 12 lat zaczął uczyć się w Narodowej Kubańskiej Szkole Siatkówki, a w reprezentacji Kuby zadebiutował w wieku 14 lat. W wieku 17 lat został wybrany na kapitana. W 2012 roku zrezygnował z gry w reprezentacji Kuby i zdecydował się na grę w zagranicznym klubie, co oznaczało skreślenie go z listy reprezentantów kraju, gdyż taką zasadę stosują kubańskie federacje sportowe. Od 2019 roku występuje w siatkarskiej reprezentacji Polski. Od 2015 roku ma polskie obywatelstwo, żonę Polkę i trójkę dzieci: Natalię (ur. 2017), Cristiana (ur. 2019) oraz drugą córkę Selenę (ur. 2023).

Zdobył m.in. Mistrzostwo Kuby, Rosji i Włoch. Ma kilka krajowych pucharów i złote medale Klubowych Mistrzostw Świata oraz Ligi Mistrzów. Jest mistrzem świata juniorów, wygrał Ligę Światową, a z reprezentacją Polski: srebrny medal olimpijski, Mistrzostwo Europy, Puchar Świata i Ligę Narodów.

Najtrudniejsza dla mnie była decyzja Federacji Siatkarskiej Kuby, że nie mogę dalej grać. To był bardzo trudny i delikatny dla mnie okres. Byłem młodym człowiekiem, siatkówka była dla mnie wszystkim, a na Kubie jest ciężko. Teraz mam rodzinę i żyję w Polsce, w kraju który pokochałem.

Często odwołujesz się do swojej wiary ...

Tak, religia jest dla mnie ważna, ale każdy ma swój wybór. Nie wywieram w tej kwestii na nikogo żadnej presji. Ja wiem ile mi daje wiara, co dzięki niej udało mi się osiągnąć i jak jestem zadowolony. Uważam, że w moim życiu Bóg o wszystkim decyduje.

Rozmawiał Czesław Pogonowski



• Wilfredo Leon nie odmawia kibicom

Kibice wierzą w utrzymanie

Ze zmiennym szczęściem rozpoczął Motor Lublin swoją przygodę w piłkarskiej PKO BP Ekstraklasie. Kibice wierzą w swoją drużynę i wybaczą wpadki, a właściciel klubu jest przekonany, że za kilka lat zespół zagra w europejskich pucharach.

Stęsknieni piłkarskiej ekstraklasy lubelscy kibice, od pierwszego meczu w najwyższej lidze, gorąco wspierają drużynę i cierpliwie śledzą poczynania swoich idoli. Wybaczili piłkarzom nawet wysoką porażkę w stolicy z Legią Warszawa. Smaczkowi spotkaniu dodawał fakt, że obecnym trenerem Legionistów jest Goncalo Feio, człowiek kontrowersyjny, nie unikający skandali, ale też zasłużony dla lubelskiego klubu, bo to on jest jednym z architektów sukcesu Motoru.

W krótkim czasie wygrzebał drużynę z samego dołu II ligi, ale też zostawił w trakcie sezonu, nie żegnając się z kibicami. Jak się okazało, wyszło to zespołowi na dobre, bo lubelska ekipa, pod skrzydłami Mateusza Stolarskiego i bez Feio, świetnie sobie poradziła w końcówce sezonu i wywalczyła awans.

Piłkarze Motoru grają w najwyższej lidze ze zmiennym szczęściem, ale lubelscy kibice odnoszą sukces, bo reprezentują wysoki ekstraklasowy poziom. Na mecz do Warszawy pojechali ponad 1700 ubranych w klubowe barwy Lublinian, którzy zyskali uznanie nawet w oczach najbardziej zapalonych kibiców stołecznego klubu. A ci ostatni przecież nie przepadają za lubelską ekipą. Kibice Legii chwalili jednak gości za zorganizowany doping – zarówno wizualny, jak i wokalny.

- Łatwiej się kibicuje kiedy się wygrywa, ale mimo porażki, mecz w Warszawie był dużą frajdą – dzielił się wrażeniami w mediach społecznościowych jeden z lubelskich kibiców.

Fani dodawali, że porażki w ekstraklasie nie boją tak jak w niższych ligach, bo po tylu latach oczekiwania na "salony" każdy mecz jest świętem. I wierzą, że ich ulubiona drużyna zostanie w najwyższej lidze rozgrywek na długie lata.

- Po tym, co klub przeżywał w ostatnich latach, to nie ma co narzekać na przegraną z Legią. Ja spełniłem swoje marzenie o zobaczeniu Motoru w ekstraklasie w Warszawie i jestem zadowolony.

Kibice Motoru przygotowali na ten sezon nowy hymn klubu, który śpiewają w rytm znanej włoskiej przysłówki „Un giorno all'improvviso innamorai di te” („Pewnego dnia zakochałem się w Tobie”). Hymn robi wrażenie na przeciwnikach. Na każdym domowym spotkaniu stadion wypełniony jest po brzegi, a drużyna niesiona jest pozytywną energią ubranych na żółto kibiców. Pierwszy mecz przyciągnął na trybuny Areny Lublin 14158 widzów. Niestety w inauguracyjnym spotkaniu na lubelskim stadionie, Motor przegrał z Rakowem Częstochowa 0:2, który to okazał się po prostu lepszą drużyną. Mimo to trener przeciwników Marek Papszun chwalił wydarzenie: – Cieszę się, że trafiliśmy na takie spotkanie, gdzie atmosfera była kapitalna. Widać, że w Lublinie jest zainteresowanie piłką i potrzeba piłki na bardzo wysokim poziomie. Kapitalna atmosfera, super się tutaj grało – powiedział na pomeczowej konferencji prasowej.

Tuż po awansie do PKO BP Ekstraklasy właściciel klubu Zbigniew Jakubas zapowiedział wzmocnienia drużyny. A plany ma ambitne: - Celem jest walka o środek tabeli, ale chcielibyśmy jak najszybciej zaistnieć w pierwszej trójce. Nie jestem mitomanem, żebym powiedział, że chcemy od razu wygrać ligę. Mamy w ekstraklasie bardzo silne drużyny. Bogatsze, z dużym doświadczeniem i zapleczem – nie ukrywał w jednym z



• Spotkanie z kibicami przed sezonem.

wywiadów Zbigniew Jakubas.

Na początek pojawiły się zmiany w pionie sportowym i administracyjnym klubu: nowy Dyrektor Sportowy – Michał Wlazlik, Dyrektor Akademii i Wicedyrektor ds. sportowych – Grzegorz Koprukowiak oraz Dyrektor Administracji – Aleksandra Wiater. We wrześniu powołany został nowy wiceprezes - Łukasz Jabłoński, przez lata związany z Koroną Kielce. Czy to ostatnie zmiany? Na konferencji prasowej właściciel klubu Zbigniew Jakubas, nie krył niezadowolonych z pracy dyrektora sportowego.

Być może chodzi o zmiany w drużynie, które na razie nie wpłynęły znacząco na wyniki Motoru, bo póki co zespół lokuje się w dolnych partiach tabeli. Kibice obawiają się, że brak dużych wzmocnień na kluczowych pozycjach (m.in. w ataku) jesienią, spowoduje kłopoty w pierwszej części sezonu, które to trudno będzie odrobić w drugiej. Nawet jeśli za pół roku drużyna zostanie solidnie wzmocniona. Nowym piłkarzem Motoru Lublin został były zawodnik FC Barcelony Sergi Samper występujący na pozycji defensywnego pomocnika, który ostatnio grał w FC Andorra. Do Lublina trafił 24-letni niemiecki napastnik Kaan Caliskaner, który grał w krajowej lidze, w Jagiellonii Białystok, pomocnik z Senegalu Christopher Simon, a Chorwat Ivan Brkić został nowym bramkarzem. Zespół zasilili również środkowy pomocnik - Krzysztof Kubica, który trafił na zasadzie rocznego wypożyczenia z Benevento Calcio oraz obrońca, Słowak Marek Bartoš.

Kontrakty z Motorem przedłużyły również filary lubelskiej drużyny Piotr Cęglarz, Rafał Król oraz Michał Król. Kapitan Rafał Król reprezentuje barwy Motoru, z przerwami od 2008 roku. Cęglarz z drużyną zanotował rekordowe 3 awanse: z III do II ligi, następnie z II do I Ligi, a w ostatnim sezonie wydatnie przyczynił się do promocji drużyny do PKO BP Ekstraklasy.

Utrzymanie Motoru w lidze nie będzie łatwe. W poprzednim sezonie dwóch z trzech beniaminków spadło z ekstraklasy. W tym roku bukmacherzy typują, że nowe drużyny w najwyższej lidze również będą miały kłopoty, a o utrzymanie będzie walczył Motor razem z GKS, Lechią i Puszcą. Trener Mateusz Stolarski mówi zachowawczo, że największym celem Motoru Lublin w tym sezonie jest adaptacja do ekstraklasy: - Najważniejsze, żeby ekstraklasa dla Lublina była również w przyszłym sezonie, ale nie oznacza to, że nastawiamy się, by się tylko utrzymać – dodał na konferencji.

Lubelscy kibice wierzą w utrzymanie klubu w najwyższej lidze i w tym roku nie oczekują niczego więcej. (CP)



Trzecia połowa

W rugby nie ma udawania. Wszystko jest prawdziwe. Trzeba się przepychać, zatrzymać przeciwnika ale też go unikać, pobiec sprintem. Siniaki też są prawdziwe. Ale rugby to także świetna rodzinna rozrywka. Na meczach nie ma policji, bo my walczymy na boisku. A po meczu jest trzecia połowa – opowiada Robert Ciechoński, trener Amazonek Lublin i asystent trenera kadry narodowej do lat 18.

Jak się zdobywa Mistrzostwo Polski do lat 16 w Rugby 7.?

To wynik wieloletniej pracy, zaangażowania i współpracy. Pięć lat ciężkich treningów, strategii i budowania zespołu, które zaowocowały sukcesem.

Sukces ma zwykle wielu ojców...

Kluczową rolę odegrał Marcin Sokołowski, który zaraził się naszą pasją do rugby i stał się niezastąpionym kierownikiem. Wsparcie specjalistów takich jak fizjoterapeuta Wojtek Pogorzelec, psychologowie Ania Tuczyńska i Beata Drewienkowska oraz doktor Anna Marzec, było nieocenione w osiągnięciu celu. Nie można zapomnieć o przyjaciółach, rodzinie i wszystkich, którzy wierzyli w tę pasję, w tym o nieustającym wsparciu mojej żony Madzi. Mistrzostwo Polski to jednak nie koniec drogi – to początek nowego rozdziału, w którym moim marzeniem jest zobaczyć zawodniczkę na Mistrzostwach Europy, a potem na olimpiadzie.

Finałowy turniej odbył się w Lublinie. Trudno było go zorganizować?

Oczywiście to duże wyzwanie. Kluczem jest współpraca w zespole, szczególnie w kontekście organizacji takich wydarzeń. To, że wszyscy chcemy iść o krok dalej, aby sprawić radość i zaskoczyć uczestników jest dowodem na silną kulturę organizacyjną i zaangażowanie. Podobno mocno podnosimy poprzeczkę w kwestii jakości turniejów w Polsce. To wynik włożonej pracy na przestrzeni wielu tygodni, która buduje reputację i sprawia, że uczestnicy chętnie wracają na kolejne edycje wydarzeń.

Skąd się wzięło rugby w Lublinie?

Za rok klub Budowlani będzie obchodził 50-lecie, więc to dość długa historia...

Tak po prostu nagle ktoś postanowił w mieście biegać za piłką inaczej?

(śmiej) Była grupa zapaleńców, która stworzyła klub. Najpierw grali na Górkach Czechowskich, później dostali tereny przy ul. Krasieńskiego, na których do dziś można oglądać rugby.

Pan też jest zapaleńcem?

Zawsze byłem zakochany w sportach walki, byłem brązowym medalistą w kick boxingu, trenowałem boks, jujitsu. Przez długie lata uczyłem w szkole boks. Ale brakowało mi zespołowości.

... i nagle zaświeciła się lampka, że może rugby?

Kiedyś rozmawiałem przy kawie ze Stanisławem Więciorkiem (Lublinianin, wieloletni reprezentant Polski w rugby dop. red), o możliwościach rozpoczęcia przygody z rugby. Powiedział mi, że jestem już za stary ale jest odmiana rugby, którą mógłbym prowadzić w szkole. Zainteresowałem się, rozpocząłem szkolenia, a potem przez chwilę

grałem w lubelskiej drużynie i zacząłem prowadzić zajęcia z dziećmi.

Dlaczego rugby tak Pana kusilo?

Gdybyśmy obejrzeli razem Puchar Sześciu Narodów, to myślę, że i Pana by zaczęło kusić (śmiej). To fantastyczny sport, czysta walka na boisku i niesamowite widowisko. Wszystkie prestiżowe szkoły w Anglii grają w rugby. To sport dżentelmenów: dużo zasad, odwaga, spryt, siła no i niezwykle szacunek do przeciwnika i sędziego...

To jakie są te odmiany rugby?

Najbardziej popularna czyli 15 osobowa, 7 osobowa - olimpijska, w której gra założona przeze mnie kobieca drużyna Amazonek oraz bezkontaktowa tzw. Rugby Tag.

Rugby tag?

Do pasa biodrowego są przyłączone dwie tasemki. Chodzi o to żeby je zerwać przeciwnikowi. Gramy po 5 zawodników, nie wolno atakować przeciwnika ani piłki, tylko te tasemki. To bardzo fajna zręcznościowa zabawa. Pozostałe zasady jak w innych odmianach. Piłkę podajemy do tyłu i nie wolno jej kopać. Dzieci w szkole mocno się wkręciły dzięki dodatkowym zajęciom, które prowadziłem. W końcu zaczęliśmy jeździć na zawody.

I pojawiły się Amazonki. Kto je wymyślił?

Zdolni chłopcy trenujący w mojej szkole mogli kontynuować karierę w Budowlanych, ale dziewczynki nie miały żadnych możliwości. Więc w 2019 roku, na bazie zawodniczek ze szkoły w Tomaszowicach, założyliśmy dziewczęcą drużynę rugby do lat 16. Nazwę wymyśliłiśmy rodzinnie. Dużo czasu spędzam w pracy i na treningach, więc dzieciaki stają się moją drugą rodziną.

Askąd się biorą w rugby dziewczyny?

Na początku trenowały głównie moje uczennice. Teraz robimy nabory, jeżdżę na lekcje pokazowe, zapraszają mnie koledzy uczący wychowania fizycznego. To niszowy sport więc trzeba pokazać jak jest ciekawy. Obecnie w Lublinie trenuje 19 dziewcząt. W Polsce w seniorskich drużynach mamy ok 150 zawodniczek, a do lat 16 ok. 90.

Zdarza się, że przychodzi dziewczyna z rodzicami i mówi: Chciałabym być rugbystką?

Niestety bardzo rzadko i zwykle są to osoby w jakiś sposób związane już z rugby.

Kobiecy klub Amazonki Budowlani ma dopiero 5 lat, a za Wami już spore sukcesy.

Ciężka praca na treningach, zgrupowania i wspólne wyjazdy wakacyjne. Dzięki temu, że już dwa razy udało nam się znaleźć na podium Mistrzostw Polski. Było blisko jeszcze lepszych wyników. Ważne, że dziewczyny są zdrowe, zaangażowane i czerpią radość z tego sportu. No i stanowią drużynę.

Co takiego jest w rugby, że przyciąga kobiety, które z natury są przecież delikatne. Przynajmniej w teorii.

Przecież moje zawodniczki są delikatne, ale kiedy wchodzi na boisko stają się walczącymi Amazonkami. To sport wymagający szeregu kompetencji i umiejętności. Muszą wykazać się nie tylko odwagą i siłą, ale również sprytem, umiejętnościami unikania przeciwnika i boiskową współpracą. Świetnie sobie z tym wszystkim radzą.

Chce mnie Pan przekonać, że rugby to delikatny sport?

Nie, nie, nie. Tak nie jest (śmiej). Te dziewczyny naprawdę walczą na boisku. Tam nie ma udawania. Proszę przyjść choćby na pół godziny meczu i zobaczyć jak się poświęcają, jak walczą. Wszystko jest prawdziwe. Trzeba się przepychać, zatrzymać przeciwnika ale też go unikać, pobiec sprintem. Jest to bardzo dynamiczny sport. Siniaki też są prawdziwe. Ale rugby to także świetna rozrywka rodzinna. Kibice bawią się razem, bez względu na to kogo dopingują. Na meczach nie ma policji,



fot. Andrzej Jakóbczyk

bo my walczymy na boisku. A po meczu jest trzecia połowa, gdzie seniorzy ubierają garnitur i siadają do wspólnego stołu. W świecie rugby ma się wielu przyjaciół, bez względu na to, gdzie się pojedzie.

Zajmuje się Pan kadrą juniorską

Zostałem asystentem trenera kadry kobiecej do lat 18-tu. Mamy pierwsze zgrupowania.

Trudno się pracuje z nastoletnimi zawodniczkami?

Kiedyś było łatwiej. Teraz dostrzegam więcej trudności (śmiejch).

Ale są też zalety?

Wystarczy czasami jeden uśmiech. Zawsze staram się, by w sztabie był psycholog, kobieta, która pracuje z dziewczynami i na bieżąco wspiera w rozwiązywaniu nastoletnich problemów. Dziewczyny muszą czuć wsparcie. Tworzymy małą społeczność, która daje nam dużo radości. Choć czasami, jak to w sporcie, pojawia się zwątpienie czy stres. Wciąż uczymy się z tym walczyć.

Co młodym ludziom daje trenowanie rugby?

W rugby grała moja córka i syn. Jako rodzic wiem, że ten sport uczy wielu ważnych rzeczy: systematyki, współdziałania w grupie, szacunku do przeciwnika, do koleżanki, do siebie.

Czy Lublin jest ważnym ośrodkiem rugby w Polsce?

Kiedy rozmawiałem w Polskim Związku Rugby o powołaniu kobiecej drużyny w Lublinie, to powiedziałem, że za chwilę nasze miasto będzie ważnym ośrodkiem. Ta chwila właśnie trwa i chciałbym serdecznie zaprosić na treningi wszystkie dziewczyny, które chciałyby coś zmienić w swoim życiu.

Rozmawiał Czesław Pogonowski



fot. Piotr Piątek

Urodziny Areny Lublin

Arena Lublin ma już 10 lat. Lubią ją przez mieszkańców i gości stadion, słynie ze znakomitej atmosfery.

21 września 1914 uroczyste otwarto stadion, a 9 października 2014 roku odbył się pierwszy oficjalny mecz na Arenie Lublin. Młodzieżowa reprezentacja Polski wygrała z Włochami. Premierowe spotkanie obejrzał prawie komplet widzów. I tak jest co raz częściej, bo tłumy kibiców przyciąga dziś grający w ekstraklasie Motor Lublin.

Przez lata Arena, była areną wielu zmagania o charakterze

międzynarodowym, m.in. reprezentacji Polski kobiet w piłce nożnej. W 2017 roku na murawie stadionu odbyły się Mistrzostw Europy do lat 21, a dwa lata później Mistrzostwa Świata do lat 20. Stadion okazał się szczęśliwy dla Erlinga Haaland, obecnej gwiazdy Manchesteru City, który w meczu z Hondurasem strzelił dla Norwegii 9 bramek.

W tym roku lubelscy kibice mogli oglądać na Arenie Lublin m.in. mecze eliminacyjne do Ligi Mistrzów ukraińskiego Dynama Kijów i podziwiać piłkarzy Partizana Belgrad, Rangers FC, czy Red Bull Salzburg. Spotkania przyciągnęły na stadion tłumy, a atmosfera – jak zwykle w Lublinie – była pełna sportowych emocji.

Operatorem stadionu jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji „Bystrzyca” w Lublinie.(CP)

Lublinianie kochają kolarstwo



fot. Andrzej Jakóbczyk

Tysiące mieszkańców Lublina i regionu kibicowało kolarkom w reaktywowanym po 8 latach wyścigu Tour de Pologne Women. Klasyfikację generalną wygrała Holenderka Laura Molenaar.

Pierwsze skrzypce w zmaganiach na Lubelszczyźnie grała występująca w kobiecym World Tourze ekipa VolkerWessels. Ostatni etap z finiszem w Kazimierzu Dolnym wygrała rodaczka Molenaar i koleżanka z grupy – Scarlett Souren. Powody do zadowolenia mieli też kibice biało-czerwonych. Polki dwukrotnie stawały na etapowym podium – druga na mecie w Kraśniku była Katarzyna Wilkos (MAT ATOM Deweloper Wrocław), a w Kazimierzu Dolnym trzecie miejsce zajęła Kaja Rysz z reprezentacji Polski. Wilkos zajęła też trzecie miejsce w klasyfikacji generalnej.

Mimo upałów tłumy kibiców towarzyszyły zawodniczkom na pierwszym lubelskim etapie. Nieoczekiwanie krótki sześciominutowy sprint Alejami Raćławickimi i Krakowskim Przedmieściem na dystansie 4,5 km ze startem i metą przy Placu Litewskim wygrała Szwedka Stina Kagevi (5 minut i 41 sekund). Piąte miejsce zajęła najlepsza z Polek – Zuzanna Chylińska.

– Lublin od lat wspiera wiele dyscyplin sportowych. Za każdym razem, gdy Czesław Lang wraz ze swoją ekipą powraca do Lublina, mieszkańcy mocno kibicują i wspierają kolarzy, udowadniając, że kochają kolarstwo – powiedziała Beata Stepaniuk-Kuśmierzak, zastępca Prezydenta Miasta Lublin odpowiedzialna za sport.

Prowadząca szosami Lubelszczyzny 2. edycja Tour de Pologne Women należała do wyścigu rangi Międzynarodowej Unii Kolarskiej dla zawodniczek elity. Zmagania zgromadziły na starcie kilkanaście ekip, w tym trzy polskie drużyny i prawie 100 zawodniczek. W wyścigu wystartowały reprezentacje narodowe Polski, Danii i Ukrainy oraz 13 profesjonalnych drużyn kolarskich, w tym tak mocne zespoły jak Lotto Dstny Ladies, VolkerWessels Women's Pro czy UAE Development Team. Kolarki pokonały niemal 250 kilometrów.

– To był piękny wyścig. Rywalizacja w peletonie była bardzo emocjonująca i zacięta, a mieszkańcy Lubelszczyzny pokazali, że uwielbiają kolarstwo – powiedział dyrektor generalny i prezes zarządu Lang Teamu Czesław Lang.



Dla każdego, nie dla wszystkich

- Sporty motorowe są dla każdego, ale nie dla wszystkich. Żeby jeździć gokartem, trzeba mieć super kondycję i odpowiednią odporność psychiczną – mówi Łukasz Stec, ojciec 9-letniego Filipa.

Karting wymyślił z nudów amerykańscy piloci wojskowi, czekając w bazach na kolejne misje. Z elementów samolotów zaczęli konstruować wózki do jazdy po pasach startowych i ścigać się nimi dla zabawy. Zabawa przerodziła się w sport i pod koniec lat 50-tych odbyły się pierwsze zawody w USA. A kilka lat później mistrzostwa świata.

Dziś dostępny od wczesnego dzieciństwa sport motorowy jest marzeniem wielu chłopców i uprawiają go tysiące dzieci w drodze do ścigania się samochodami, również w Lublinie.

Europejski karting podzielony jest na dwie serie (federacje): ROTAX Max Challenge Poland i ROK Cup Poland. Główna różnica to silniki. W ROTAX wszystkie mają taką samą pojemność, różnią się mocą, zależnie od wieku i kategorii - 125 ccm. Zawodnicy z Lublina ścigają się w ROK Racing gdzie silniki różnią się mocą oraz pojemnością w zależności od kategorii wiekowej.

- Ta federacja daje więcej możliwości i jest bardziej promowana. Startuje w niej więcej zawodników, jest duża rywalizacja i konkurencja – opowiada Łukasz Stec.

Jego syn Filip ma dopiero 9 lat i przebojem wdarł się do krajowej rywalizacji kartingowej, a w kolejnych wyścigach zajmuje wysokie miejsca. Startuje w kategorii Baby Rok, reprezentuje Automobiłklub

Wschodni, a jeździ w teamie D&D Motorsport Poland z Zielonej Góry. Ma szanse na awans do finałów światowych, w których bierze udział trzech najlepszych zawodników z każdego kraju i kategorii.

W Lublinie nie ma toru do jazdy gokartem, choć kiedyś był przy ul. Zemborzyckiej, miasto ma jednak długie tradycje kartingowe. W szkole samochodowej przy ul. Długosza była sekcja kartingowa. W latach 90 tych tor znany był głównie z organizowanych tam giełd samochodowych, a teraz w jego miejscu stoi osiedle mieszkaniowe.

Najbliżej na świeżym powietrzu można trenować w Radomiu i Słomczynie pod Warszawą. Jest też tor w Biłgoraju, na którym właśnie kończy się remont. Ma być najnowocześniejszy w Polsce i gotowy na początku 2025 roku. Budowa toru kartingowego o światowej klasie licencji A z nowoczesnym padokiem, czyli jego sercem, kosztuje prawie 31 mln zł. Tor ma mieć od 8 do 14,5 m szerokości i 1201 m długości. Powstaje też zaplecze, m.in. centrum kierowania wyścigów i trybuny.

W Lublinie młodzi adepci kartingów mają do dyspozycji substituted toru, czyli Ośrodek Doskonalenia Technik Jazdy przy ul. Mełgiewskiej z infrastrukturą i częścią nitki oraz halę do jazdy w CH Olimp.

Młodzi chłopcy przygodę z gokartami zaczynają od kartingu halowego. Po kilku udanych jazdach przekonują rodziców, żeby zaczęli inwestować w szkolenie. W końcu uczą się w akademii kartingowej i zaczynają startować w pierwszych zawodach. Jeśli chcemy rozpocząć przygodę z profesjonalnym kartingiem, należy posiadać licencję PZM-ot oraz znaleźć team.

W Lublinie mamy czterech młodych zawodników: Filipa Steca, Dawida Tyndela, Oliwierka Chłopka i Colina Ważnego, który kilka razy był Mistrzem Polski w swoich kategoriach oraz dwa razy startował w finałach światowych. Chłopcy ścigają się w różnych kategoriach i każdy w swojej odnosi sukcesy.

Weekend wyścigowy składa się z 4 dni. Im wyższa kategoria, tym bardziej skomplikowany wózek. Przed każdymi zawodami silniki są losowane.

Wszyscy startują na takich samych pojemnościach. Diabeł tkwi w szczegółach, czyli w ustawieniach.

- W czwartek losujemy silniki. Cały piątek jeździmy i dostrajamy je do swoich potrzeb. W sobotę i niedziele są wyścigi - mówi Stec.

Ale żeby wystartować trzeba wynająć mechanika, mieć miejsce pod namiotem w teamie oraz doświadczonego trenera, który wytłumaczy jak pokonać każdy zakręt żeby było szybko i bezpiecznie. Nie wszyscy mają swój wózek, ale można go wypożyczyć. Kosztuje od 4 do 8 tys złotych za weekend startowy w zależności od firmy i modelu. Trzeba też opłacić koszty startowe (ok. 1000 zł), kupić opony wyścigowe (800 zł), wynająć hotel, a także zorganizować dojazd i utrzymanie.

Najważniejsze jednak żeby dziecko miało chęci do ścigania i odpowiednio predyspozycje takie jak siła i odwaga.

- Wbrew pozorom to jest trudny sport. Zawodnicy dostają mocno w kość. W wózkach nie ma wspomagania, konieczna jest duża siła w rękach – mówi Stec. - Każdy może spróbować, ale gwarantuję, że osoba siedząca za biurkiem nie będzie w stanie przejechać trzech ośmiominutowych sesji. Nie ma szans.

Dlatego przez całą zimę młodzi zawodnicy przygotowują się fizycznie. Siłownia, treningi wytrzymałościowe i kondycyjne. W czasie startów ciało zawodnika poddawane jest ogromnym przeciążeniom. W małym bolidzie nie ma pasów. Kask, który normalnie waży kilogram, w zakręcie może ważyć już 10-15 kg. Trzeba utrzymać szyję. Wózek nie ma też dachu. Zdarzają się sytuacje, że dzieciaki „strzelają dacha”, czyli... lądują na głowie.

Łukasz Stec mówi, że każdy może spróbować jazdy gokartem, ale nie wszyscy będą w stanie się ścigać. Silna psychika jest niezbędna aby móc rywalizować.

- Dwadzieścia wózków ze wspólnego startu, wjeżdżających z tą samą prędkością 100 km na godzinę w jeden zakręt może przerazić. Tylko najsilniejsze mentalnie dzieci są w stanie go pokonać – dodaje.

Oprócz odporności psychicznej dziecka, rodzice muszą dysponować dużymi zasobami finansowymi, bo karting jest droższy od tenisa ziemnego. W młodszych kategoriach trzeba wydać rocznie 200 tys złotych, w starszych dużo więcej.

Ale karting, to także inwestycja w przyszłość. Dziecko zdobywa ogromne doświadczenie w prowadzeniu pojazdów i determinację w osiąganiu

swoich celów. Musi przepracować cały rok, by wziąć udział w 10 seriach wyścigowych.

- Karting, tak jak każdy sport uczy pokory i walki z porażką. Dzieci uczą się walki ze stresem, z kryzysami psychicznymi. Sport buduje charakter i daje możliwość obcowania w swoim środowisku. Dzieci na torze najpierw ze sobą rywalizują, a po zawodach idą razem grać w piłkę i świetnie się bawią – mówi Stec. (CP)

Kryty tor w Lublinie

Przygodę z gokartami można rozpocząć w Lublinie od otwartego cały rok zadaszonego toru kartingowego Cartmax. Tor wyposażony jest w profesjonalny system pomiaru czasu z dokładnością do milisekundy. Ekran wyświetlający statystyki, w tym rekord dnia czy rekord toru. Jest też pit-stop z sygnalizacją świetlną. Gokarty dostosowane są do wzrostu/wieku kierowcy. Można je wypożyczyć, przejść przeszkolenie i pojeździć lub wziąć lekcję indywidualną.



• Rywalizacja na torze kartingowym



GYMPAK

SUPLEMENTY DIETY ODŻYWKI
WITAMINY, ŻYWNOŚĆ FUNKCJONALNA ODZIEŻ SPORTOWA

ODZIEŻ I AKCESORIA DO SZTUK WALKI / RĘKAWICE BOX/MMA
TARCZE / OCHRANIACZE / AKCESORIA TRENINGOWE

 WWW.GYMPAK.PL
 KROCHMALNA 25
 786 881 204





KRYTY TOR KARTINGOWY

NABÓR

*** DO AKADEMII KARTINGOWEJ CARTMAX

- ★ 4 SPOTKANIA W MIESIĄCU
- ★ ZAJĘCIA TEORETYCZNE I PRAKTYCZNE

SZKOLIMY MISTRZÓW

SZCZEGÓŁY: +48 511 100 610



Leszek Bobrzyk: Sukcesy wymagają cierpliwości

Czy można tak pokochać sport, że staje się on częścią Ciebie? Leszek Bobrzyk, rocznik 1948, jest najlepszym przykładem na to, że można – i to na dekady. Jego historia to nie tylko opowieść o bieganiu, rzutach i medalach, ale przede wszystkim o tym, jak sport potrafi ukształtować człowieka.

Wszystko zaczęło się w 1960 roku, kiedy młody Leszek po raz pierwszy uczestniczył w Lekkoatletycznych Mistrzostwach Polski Seniorów w Olsztynie, na których zajął miejsce tuż przy skoczni, gdzie Józef Szmidt ustanowił pamiętny rekord świata w trójskoku. Nie był to jego pierwszy kontakt ze sportem, ale z pewnością to był moment, w którym zrozumiał, co to znaczy prawdziwe sportowe wyzwanie. Wtedy jeszcze trenował jako amator, który po prostu lubił się ruszać, ale to właśnie w Olsztynie po raz pierwszy zajął za kulisy świata, który później stał się jego życiem.

Na początku trenował głównie dla siebie, z czystej radości z ruchu. Chociaż był amatorem, trenował na serio – najpierw na stadionie Politechniki Warszawskiej, a potem – już po przeprowadzce do Lublina – startował w zawodach organizowanych przez AZS. Co ciekawe, sport nie pojawił się w jego życiu przypadkowo. To tata zaszczepił w nim miłość



do aktywności, zabierając go m.in. na rowerowe wypadki. Duży wpływ na jego rozwój miał także starszy brat, również utalentowany lekkoatleta.

Początki były skromne. Sukcesy przyszły z czasem. Jego pierwszy medal w wieloboju ma dla niego szczególne znaczenie, ale równie cenny jest ten zdobyty w Australii w rzucie dyskiem. Od ponad pół wieku Leszek Bobrzyk regularnie trenuje. Wizyta na lubelskim Stadionie Lekkoatletycznym to dla niego chleb powszedni. Systematyczność, to słowo-klucz do jego sukcesów, ale regularność nie jest tutaj synonimem ślepej rutyny. To coś więcej, to połączenie rozsądku, samodyscypliny i pasji, która pozwala mu od lat unikać poważnych kontuzji. Choć, jak sam przyznaje, obecność trenera byłaby niekiedy mile widziana, jego samodzielność jest imponująca.

Leszek Bobrzyk, dziś weteran sportu, od dwudziestu lat uczestniczy we wszystkich letnich mistrzostwach świata i Europy. Lekkoatleta tłumaczy, że jego motywacją są wyniki. Nie, nie chodzi o kolor medalu, ani o miejsce na podium, ale o możliwość przekraczania własnych granic. A poza tym poznanie świata. Weteran sportu zwiedził ponad 50 krajów, bo sport to dla niego także paszport do poznawania nowych miejsc, odkrywania kultur i ludzi. Leszek Bobrzyk to jednak nie tylko sportowiec.

W latach 1991-1994 Bobrzyk był prezydentem Lublina. Jak sam twierdzi, jeśli ktoś chce się czegoś nauczyć, to na pewno to osiągnie. To właśnie dzięki tej zasadzie odniósł sukces także w samorządzie, a z perspektywy lat widzi, jak pracanauczyła go słuchać ludzi, radzić się innych i przyjmować różne punkty widzenia z dystansem. To właśnie ta zdolność do zdrowej oceny poglądów, nawet tych kontrowersyjnych, jest jedną z jego najważniejszych lekcji z tamtego okresu.

Podkreśla przy tym, że ważna jest regularność i szczerze chęci: - Sukcesy nie przychodzą od razu – wymagają cierpliwości. I nawet jeśli wyniki nie są otakie, jakbyśmy chcieli, nie wolno się poddawać – mówi. Zapytany o to, co zaskakuje go w sporcie odpowiada, że cieszy się, że dzisiaj sport jest tak powszechny, że nawet sportowcy z małych krajów mogą stanąć na najwyższym podium olimpijskim. W jego opinii, w sporcie nie ma przypadków – są tylko wyniki, a sukces osiąga ten, kto ciężko pracuje i jest systematyczny.

Dziś Leszek Bobrzyk nie tylko sam uprawia sport, ale również dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem w klubie Towarzystwo Sportowe „Start” Lublin. Od 2015 roku pomaga młodym sportowcom stawiać pierwsze kroki na drodze do sukcesu. Wszystko, co robi w klubie, robi społecznie, bo przecież sport to coś więcej niż tylko rywalizacja. I nie rezygnuje ze swoich sportowych planów. Właśnie wrócił z 25. Mistrzostw Świata Masters w Szwecji z tytułem wicemistrza świata w rzucie dyskiem, a w przyszłym roku wybiera się na Mistrzostwa Świata na Florydzie i Mistrzostwa Europy w Portugalii. W 2026 roku zamierza wystartować w Letnich Mistrzostwach Świata w Korei. (BŁ)

Leszek Bobrzyk

urodził się w 20.02.1948 roku w Zawidowie. Z wykształcenia jest elektrotechnikiem, elektroenergetykiem. Wieloletni samorządowiec, prezydent Lublina w latach 1991-1994. Wcześniej wiceprezydent miasta. Obecnie jako senior bierze udział w zawodach lekkoatletycznych (w rzucie dyskiem i oszczepem, pchnięciu kulą, a także w skoku w dal). Dotychczas zdobył łącznie 22 medale mistrzostw świata i Europy w różnych kategoriach wiekowych.

Wszyscy są zwycięzcami

„Pragnę zwyciężyć! Lecz jeśli nie będę mógł zwyciężyć, niech będę dzielny w swym wysiłku!” - tak brzmi treść ślubowania dla uczestników Olimpiad Specjalnych. Dla nas udział w zawodach osoby, która przełamuje bariery, jest największą radością i satysfakcją z wykonywanej pracy. Bardzo dużą uwagę zwracamy na bezpieczeństwo oraz na przestrzeganie zasad fair play – mówi Piotr Kondraciuk, członek Zarządu Olimpiad Specjalnych Lubelskie.

Czym są olimpiady specjalne?

Ruch Olimpiad Specjalnych wywodzi się ze Stanów Zjednoczonych, gdzie w połowie XX wieku postanowiono stworzyć alternatywny ruch sportowy dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Do Polski dotarł na początku lat 80. Natomiast oficjalnie został zarejestrowany w 1990 r. jako Stowarzyszenie Sportowe Dla Osób Upośledzonych Umysłowo "Olimpiady Specjalne - Polska". W 1990 r. stowarzyszenie zostało przyjęte w poczet Polskiego Komitetu Olimpijskiego, a w 2005 roku uzyskało status organizacji pożytku publicznego.

Jak długa jest historia olimpiad specjalnych na Lubelszczyźnie?

Wojewódzkie jednostki organizacyjne mają charakter regionalny. W regionie są olimpiady specjalne – Lubelskie i one działają od ponad 30 lat. Natomiast w tym roku, na jesieni, minie 30 lat odkąd powstał nasz Klub Olimpiad Specjalnych przy Warsztatach Terapii Zajęciowych w Lublinie przy Lubelskim Towarzystwie Dobroczynności mieszczącym się przy ul. Wallenroda, czyli najmniejsza jednostka organizacyjna olimpiad specjalnych.

Ile mamy w województwie takich klubów?

W województwie lubelskim jest ich 25, przy czym 21 klubów działa aktywnie. I to jest dosyć dużo. W ciągu ostatniego roku powstało kilka nowych klubów. Jest to wynik prężnie działającego nowego Zarządu Olimpiad Specjalnych - Lubelskie. Praca w klubach opiera się na systematycznej i społecznej pracy pracowników ośrodków wspierających osoby z niepełnosprawnościami.

Jaki cel mają Kluby Olimpiad Specjalnych?

Umożliwienie naszym podopiecznym aktywności sportowej. Rywalizacja sportowa jest jedną z niewielu aktywności, w której mogą się realizować. Sport korzystnie wpływa na osoby z niepełnosprawnościami, dlatego bierzemy udział w licznych zawodach o charakterze integracyjnym. Kluczowym elementem jest możliwość integracji. Podczas zawodów spotykają się drużyny z całego województwa, a najlepsze mają możliwość startu w zawodach ogólnopolskich. Co cztery lata odbywa się także rywalizacja międzynarodowa – Igrzyska Olimpijskie Olimpiad Specjalnych. W zeszłym roku takie zawody odbyły się w Berlinie, a w 2027 roku ich organizatorem będzie Chile.

W jakich dyscyplinach bierzecie udział?

W zawodach w badmintonie, biegach przełajowych, bocce, lekkiej atletyce, bowlingu, koszykówce, piłce nożnej, pływaniu, tenisie stołowym, wrotkarstwie, biegach przełajowych, unihokeju. Wiodącą dyscypliną w naszym klubie jest pływanie. Od kilkudziesięciu lat trenujemy w Strefie H2O, obecnie również w AQUA Lublin. Mam 30 podopiecznych, z czego ponad 20 trenuje pływanie i startuje w zawodach.

Jak wyglądają zawody organizowane w ramach olimpiad specjalnych?

W zeszłym roku w Strefie H2O organizowaliśmy Lubelski Mityng Olimpiad Specjalnych w pływaniu. Podobnie będzie w tym roku 9 października. W zawodach olimpiad specjalnych biorą udział dzieci, młodzież, osoby dorosłe i starsze, nawet powyżej 50 roku życia. Zgłoszeń dokonują trenerzy, którzy na podstawie testów sprawnościowych

klasyfikują zawodnika do konkretnej grupy sprawnościowej

Są różne stopnie niepełnosprawności...

Tak. Jedni startują samodzielnie, inni potrzebują pomocy opiekunów. Każda z grup sprawnościowych dekorowana jest oddzielnie. W Olimpiadach Specjalnych każdy zawodnik otrzymuje medal. Za pierwsze miejsce złoty, za drugie – srebrny, a każde kolejne jest traktowane jako



• Piotr Kondraciuk nagradza zwycięzców

trzecie miejsce ex aequo i za nie zawodnicy otrzymują brązowy medal. Wszystkim startującym pozwalamy stanąć „na pudle”. Dzięki temu każdy zawodnik wie, że zajął bardzo dobre miejsce i ma satysfakcję. Osobom niepełnosprawnym intelektualnie jest bardzo ciężko wytłumaczyć system eliminacji. One zupełnie inaczej postrzegają świat, dlatego ten sposób nagradzania zawodników jaki my przyjęliśmy w olimpiadach specjalnych jest trochę inny niż w paraolimpiadach. Podczas zawodów dopuszczamy dużo pomocy zewnętrznej. Czasami zawodnik może biec z asystentem, płynąć z osobą, która jest w wodzie lub przy pomocy sprzętu

Piotr Kondraciuk

członek władz Olimpiad Specjalnych Lubelskie, przewodniczący Klubu Olimpiad Specjalnych, który działa od 30 lat przy Warsztatach Terapii Zajęciowych w Lublinie przy Lubelskim Towarzystwie Dobroczynności przy ul. Wallenroda. Rehabilitant, trener przygotowujący zawodników do udziału w zawodach dedykowanych osobom z niepełnosprawnością intelektualną.

wypornościowego. Wszystko po to, żeby czuł się bezpiecznie i miał radość z udziału w turnieju. Dla nas udział w zawodach osoby, która przełamuje bariery, jest największą radością i satysfakcją z wykonywanej pracy. Bardzo dużą uwagę zwracamy na bezpieczeństwo oraz na przestrzeganie zasad fair play.

Jesteście wciąż rozwijającym się klubem...

Tak. Duże trudności spowodowała pandemia. Nasze województwo chyba najbardziej ucierpiało. Borykamy się z trudnościami finansowymi i brakiem zaplecza sportowego. Trenujemy na osiedlowych boiskach lub dzięki uprzejmości zaprzyjaźnionych szkół. Dużym wsparciem jest dla nas SP nr 26 oraz SP nr 29 w Lublinie. Zawsze możemy liczyć również na pomoc MOSiR Lublin oraz Wydziału Sportu Urzędu Miasta Lublin, który od 6 lat finansuje treningi pływaków w AQUA Lublin. W AQUA Lublin czujemy się jak w domu. Spotykamy tu wiele życzliwych osób, które zawsze nas wspierają.

Czego Wam życzyć na kolejne lata?

Zdrowia do dalszej pracy. Ja życzę naszym zawodnikom oraz osobom wspierającym: rodzicom, opiekunom, żeby zawsze trafiali w miejsca, gdzie będą ludzie, którzy poświęcą im trochę swojego czasu – tak dodatkowo, tak więcej i z pasją. Życzę im, żeby takich ludzi spotykali jak najwięcej. Marzę o tym, aby sport osób z niepełnosprawnością stał się bardziej doceniany i popularny w naszym społeczeństwie.

Rozmawiała Anna Belcik

Sprawdź, co u nas biega

Po wakacyjnym odpoczynku wracamy z cyklem #biegnijlublin.

Na rozgrzewkę pod koniec wakacji odbył się kolejny Międzypokoleniowy Trening Biegowy. Wiek nie miał znaczenia, a każdy uczestnik mógł aktywnie wziąć w nim udział. Pod okiem trenerów zarówno młodszy, jak i starsi szlifowali swoją biegową formę. Na tym nie poprzestajemy, gdyż od 4 września wróciła biegowa środa – cotygodniowy otwarty trening dla mieszkańców Lublina. Chętnych zapraszamy w każdą środę o 18:30 na bieżnię Stadionu Lekkoatletycznego.

Na początku września lubelski Stadion Lekkoatletyczny przejęły dwa pokolenia połączone jedną pasją – bieganiem. Rodzinne Sztafety Biegowe i kolejna edycja Pikniku Lekkoatletycznego z #biegnijlublin stały się niezapomnianym wydarzeniem. To była aktywna niedziela. Stadion zamienił się w sportowe miasteczko pełne animacji, konkursów, pokazów i treningów. Równocześnie rozegrane zostały zawody sztafet biegowych. Niemal 150 rodzinnych drużyn zmierzyło się w biegowej rywalizacji.

6 października biegowe emocje ponownie wypełnią stadion za sprawą najmłodszych biegaczy i kolejnej rundy Dziecięcej Ligi #biegnijlublin. Już nie możemy się doczekać! (PM)



• Rodzinne bieganie

Dbamy o Mamy

Wszystkie lubelskie mamy mogą skorzystać z wyjątkowego cyklu warsztatów "Dbamy o Mamy". Wydarzenie oferuje bezpłatne zajęcia, które mają na celu wsparcie mam w codziennych wyzwaniach oraz rozwijanie ich pasji i umiejętności.

Warsztaty organizuje Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji "Bystrzyca" w Lublinie. Ostatnia edycja odbyła się 29 września w FitGym (al. Zygmuntołskie 4).

- Zdrowa mama to szczęśliwa mama. Naszą misją jest wspieranie mam w dbaniu o siebie, zarówno fizycznie, jak i psychicznie. Dlatego przygotowaliśmy wiele aktywności, które pomogą im znaleźć równowagę i poczuć się wyjątkowo – mówi Monika Lipińska, Wiceprezes Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji „Bystrzyca” w Lublinie.

Uczestniczki warsztatów miały okazję dowiedzieć się więcej o zdrowym stylu życia, odpowiedniej diecie, a także o metodach pielęgnacji zarówno dla siebie, jak i dla swoich dzieci. Zajęcia prowadzone są przez doświadczonych specjalistów, którzy dzielą się swoją wiedzą i praktycznymi poradami.

MOSiR Lublin - Aktywność na PLUS

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji „Bystrzyca” w Lublinie rusza z nowym programem, którego celem jest promowanie zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej wśród mieszkańców Lublina.

Program „MOSiR Lublin - Aktywność na PLUS” oferuje bazę bezpłatnych zajęć oraz wydarzeń sportowych, rekreacyjnych i edukacyjnych.

- To niezwykle ważne przedsięwzięcie skierowane do mieszkańców naszego miasta. Poprzez współpracę z lokalnymi organizatorami, mamy szansę dotrzeć do szerokiego grona odbiorców i wspólnie promować zdrowy styl życia - mówi Monika Lipińska, Wiceprezes Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji „Bystrzyca” w Lublinie.

W ramach programu organizowane będą różnorodne zajęcia i wydarzenia sportowe, dostosowane do potrzeb mieszkańców Lublina, które będą dostępne dla wszystkich, niezależnie od ich wieku i

Jednym z najważniejszych punktów programu były warsztaty z pierwszej pomocy dzieciom. Wiedza ta jest nieoceniona i może okazać się kluczowa w nagłych sytuacjach. Uczestniczki mogły nauczyć się podstawowych technik udzielania pierwszej pomocy, co pozwoli im poczuć się pewniej i bezpieczniej w roli opiekunek.

Dla mam, które pragną rozwijać swoje pasje, przygotowaliśmy także warsztaty kreatywne. To doskonała okazja, aby nauczyć się czegoś nowego, zrelaksować się i spędzić czas w twórczej atmosferze. W ramach zajęć uczestniczki wykonują m.in. biżuterię i ręcznie robione upominki.

Nie zabraknie również sesji poświęconych poradom rodzinnym. Eksperti szeroko omówią m.in. temat wychowania dzieci, budowania zdrowych relacji w rodzinie, czy radzenia sobie ze stresem.

Cykl warsztatów "Dbamy o Mamy" to doskonała okazja do wymiany doświadczeń i inicjatywa, która pozwala mamom na rozwijanie swoich umiejętności, zdobywanie nowej wiedzy i nawiązywanie wartościowych kontaktów. Wszystkie zajęcia są bezpłatne.

- Zapraszamy wszystkie mamy – te przyszłe jak i obecne, by mogły cieszyć się chwilą dla siebie w atmosferze wsparcia i troski – dodaje Monika Lipińska, Wiceprezes MOSiR „Bystrzyca” w Lublinie.

Szczegółowe informacje na temat programu oraz rejestracji można znaleźć na naszej stronie internetowej (www.mosir.lublin.pl) oraz profilach w mediach społecznościowych. (AB)

możliwości fizycznych. Głównym celem działania jest zwiększenie świadomości zdrowotnej oraz zachęcenie do regularnej aktywności fizycznej, co z pewnością pozytywnie wpłynie na zdrowie i kondycję fizyczną uczestników.

Program „MOSiR Lublin - Aktywność na PLUS” to także szereg korzyści dla partnerów, którzy mogą liczyć m.in. na promocję wydarzeń na stronie MOSiR Lublin oraz w kalendarzu imprez, wsparcie promocyjne i organizacyjne dostosowane do indywidualnych potrzeb oraz uzyskanie certyfikatu partnerstwa potwierdzającego udział w programie.

Aby przystąpić do programu, wystarczy wypełnić Deklarację Partnerstwa, która dostępna jest na stronie internetowej www.mosir.lublin.pl w zakładce „Aktywność na PLUS”. Formularz należy przesłać co najmniej 14 dni przed planowanym terminem zajęć lub wydarzeniem. Po pozytywnym rozpatrzeniu zgłoszenia, MOSiR Lublin skontaktuje się z organizatorem w celu omówienia szczegółów współpracy.

- Serdecznie zapraszamy organizatorów zajęć i wydarzeń sportowych, rekreacyjnych oraz edukacyjnych do przystąpienia do Programu. Wspólnie możemy promować zdrowy styl życia i aktywność fizyczną, przynosząc korzyści całej społeczności Lublina - dodaje Monika Lipińska.

Więcej informacji oraz formularz zgłoszeniowy dostępne są na stronie www.mosir.lublin.pl w zakładce „Aktywność na PLUS”. (AB)

Młodość, Pasja, Rywalizacja

Lubelskie stało się w tym roku centrum młodzieżowego sportu, goszcząc XXX Ogólnopolską Olimpiadę Młodzieży w Sportach Letnich 2024. Wydarzenie organizowane między innymi na Stadionie Lekkoatletycznym oraz w Aqua Lublin przyciągnęło młodych sportowców z całej Polski, którzy mogli rywalizować na najwyższym poziomie.

Olimpiada, obejmująca ponad 20 różnych dyscyplin, jest jednym z najważniejszych elementów systemu wspierania sportu młodzieżowego w Polsce i miejscem narodzin przyszłych gwiazd. Łączy sportową rywalizację z promocją wartości takich jak: zdrowy styl życia, fair play i integracja społeczna.

Województwo Lubelskie, jako gospodarz tegorocznej edycji, zyskało nie tylko prestiż, ale także szansę na promocję regionu i jego infrastruktury sportowej. Organizacja takiej imprezy to także ogromne wyzwanie logistyczne, które wymagało współpracy wielu instytucji i samorządów lokalnych oraz wsparcia m.in. Polskiego Komitetu Olimpijskiego i Ministerstwa Sportu i Turystyki.

Impreza odbywała się na wielu arenach sportowych, w tym na nowoczesnym lubelskim Stadionie Lekkoatletycznym i w Aqua Lublin, ale także w Chełmie, Zamościu, Puławach i innych miastach regionu. Młodzi sportowcy mierzyli się w wielu dyscyplinach, od tych popularnych, takich jak lekkoatletyka, piłka nożna czy koszykówka, po bardziej niszowe, jak szermierka, badminton czy gimnastyka artystyczna, z podziałem na różne

kategorie wiekowe i wagowe.

XXX Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży w Sportach Letnich to także duże wydarzenie dla lokalnych społeczności. W miastach goszczących zawody zorganizowano atrakcje towarzyszące, takie jak: festyny, pokazy sportowe, warsztaty i spotkania z byłymi sportowcami. Strefy kibica i punkty animacyjne przyciągały mieszkańców i turystów, oferując nie tylko sportowe emocje, ale także rozrywkę i edukację na temat zdrowego stylu życia. Wielu mieszkańców Lubelszczyzny zaangażowało się jako wolontariusze, wspierając organizację wydarzenia i zapewniając przyjazną atmosferę.

Olimpiada okazała się szansą na promocję miasta i regionu jako otwartych na sport i młodzież, a także była okazją do obserwacji narodzin



fol. Kazimierz Kożuch

• Młodzi pływacy w Aqua Lublin

nowych sportowych talentów. Wielu uczestników OOM w poprzednich latach stało się później mistrzami Europy, a niektórzy nawet olimpijczykami. Zawody te są często pierwszym krokiem w karierze przyszłych mistrzów, którzy na oczach widzów i sędziów pokazują swoje umiejętności, determinację i pasję. (PB)

MAXI PIZZA

☎ 81 525 27 23

🌐 maxipizza.pl

📍 Lublin, al. Zygmuntołskie 4

Dowóz na terenie:

- całego Lublina
- Świdnika
- Turki

*Dowóz gratis w ograniczonej strefie

KUPON

Druga pizza za 12⁹⁹ zł

Druga pizza nie może być droższa od pierwszej
*Promocja nie łączy się z innymi promocjami



• Piątek 13 września okazał się szczęśliwą datą. Wygrali lubelscy piłkarze i siatkarze.

Trzynastego wszystko zdarzyć się może

Igrzyska olimpijskie w Paryżu 2024 r to już wspomnienie, globalnie dla polskiego sportu, rozzarowujące. Patrząc na nie jednak z naszej lokalnej perspektywy możemy być bardzo zadowoleni.

Trzy medale sportowców z regionu, w tym „złoty rodzynek” Aleksandry Mirosław sprawiły, że poczulśmy lokalno-narodową dumę. Gdzie te czasy, gdy wyglądaliśmy choćby cienia szansy na medal, a potem odliczaliśmy kolejne lata bez jakiegokolwiek krążka dla naszego regionu. Wiele na to wskazuje, że to już za nami, a kolejna olimpiada znów może być dla nas owocna. Ale do następnych letnich igrzysk jeszcze sporo czasu, więc uwaga kibiców będzie teraz skupiona na innych wydarzeniach, choćby tych związanych z ligową rywalizacją w różnych dyscyplinach.

Piłkarze Motoru Lublin całkiem przyzwoicie zaczęli zmagania w ekstraklasie, chociaż los beniaminka zwykle nie jest łatwy. Dość długo przyszło też czekać na wygraną u siebie. W końcu jednak 13 września – w dodatku piątek - okazał się szczęśliwą datą. Po dobrym, a momentami nawet bardzo dobrym meczu, Motor Lublin pokonał Górnika Zabrze 1:0 i był to najniższy wymiar kary, bo gospodarze powinni wygrać wyżej. Zabrakło skuteczności, ale po meczu wszyscy w obozie Motoru i tak byli bardzo szczęśliwi.

Gorzej wyglądało to w szeregach zabrzan, trener Jan Urban na konferencji prasowej nie opowiadał „bajek”. Wskazał na Motor jako zespół lepszy, który zdecydowanie zasłużył na trzy punkty. Przyjazd Urbana do Lublina był dla mnie okazją do wspomnienia dawnych czasów, kiedy miałem okazję grać przeciwko doskonałemu pomocnikowi zabrzan. Porozmawialiśmy kilka minut po konferencji, przypomnieliśmy sobie spotkanie przegrane przez Motor z Górnikiem 0:4, w sezonie 85/86. Urban strzelił nam wtedy dwa gole, a ja zapamiętałem ten mecz, bo ówczesny reprezentant Polski był nie do zatrzymania. W dodatku dość pechowo stanął mi na rękę, więc do bólu związanego z wysoką porażką doszedł jeszcze ten fizyczny. Tym razem rozstaliśmy się w absolutnej zgodzie. A życząc trenerowi Górnika powodzenia w kolejnych meczach,

nawet nie przypuszczałem, że zabrzan stać będzie na wysokie zwycięstwo w następnej kolejce. Górnik wygrał z GKS Katowice grając o niebo lepiej aniżeli w Lublinie. Z kolei Motor zawiódł, zwłaszcza w drugiej połowie meczu ze Stalą w Mielcu i przegrał 0:1. Tak to już jednak jest z beniaminkami, stabilizacja formy to coś, na co z utęsknieniem czekają trenerzy.

Oby doczekał jej trener Mateusz Stolarski. W ten sam dzień, gdy Motor wygrał z Górnikiem, tylko nieco później, żużlowcy Orlen Oil Motoru zdeklasowali na własnym torze Apatora Toruń w rewanżowym półfinale PGE Ekstraligi.

Wyobrażam sobie jak czuli się ci wszyscy eksperci, którzy w tym meczu typowali wygraną Motoru, przewidując jednak awans do finału zespołu z Torunia. A było ich całkiem sporo. Powódź na południu Polski sprawiła, że na finał żużlowej ligi jeszcze trochę poczekamy ale z taką formą jak z 13 września, Motor może już szykować się na trzecią z rzędu koronację.

Wracając jeszcze do tego piątku 13, to zakończyło go wyjazdowe zwycięstwo siatkarki Bogdanki LUK Lublin w Zawierciu z Wartą, czyli wicemistrzem Polski. Zespół Massimo Bottiego pokonał swoich rywali po raz pierwszy w historii ligowych rozgrywek. I niech ktoś spróbuje teraz mówić o jakimś pechu, fatum związanym z taką a nie inną kompilacją dat. W sporcie trzeba po prostu robić swoje, pracować, doskonalić się i nie oglądać na kalendarz.

Tomasz Jasina
dziennikarz sportowy
i komentator TVP



NOWOŚĆ!

- **Symulacja treningu wysokogórskiego** (terapia mitochondrialna)
- Badania wydolnościowe
- Rehabilitacja (dorosłych, dzieci, sportowa)
- Gabinet Ortopedyczny
- USG narządu ruchu



Terapia mitochondrialna

ZASTOSOWANIE LECZNICZE

- **bolerioza**
- **układ oddechowy - schorzenia pocovidowe**
- **zaburzenia metaboliczne**
- **schorzenia reumatyczne**
- **dysfunkcje ogólnoustrojowe**



📍 MEDISPORT - Centrum Rehabilitacyjne
ul. Łabędzia 4, Lublin

☎ 81 820 05 05

✉ rejestracjacrs@medisport.lublin.pl

🌐 medisport.lublin.pl



 **DECATHLON** Active



Specjalne oferty
dla Klubowiczów



Zbieraj punkty
odbieraj vouchery



10% rabatu
na pierwsze
zakupy w aplikacji



Dołącz już dziś!