



TRYTON / Tęsknota za wodą jest coraz większa

Pot i brzęk żelaza

Zima dla wioślarzy to wręcz upiorny czas. Na przystani Trytona niemal przez cały dzień słychać brzęk przrzucającego w siłowni żelastwa, w sali z oczami wlepionymi w ścianę zawodnicy i zawodniczki zalewają się potem na ergometrach, jeszcze inni na cztero- i szóstosławiskowym basenie mieszają wodę. Nikt jednak nie oszczędza się, bo pot wylany zimą zaprocentuje w sezonie na jeziorach i torach regatowych. A najlepszy przykład dają dzisiejsze gwiazdy Trytona – Julia Michalska i Dawid Kubiak. Ich podejście do treningów to pełne zaangażowanie i profesjonalizm.

Tryton na swej nadwarciańskiej przystani ma przyzwoicie wyposażoną siłownię, kilka ergometrów, małą salę gimnastyczną i zimowy basen z czterema stanowiskami do wiosłowania, obłożony niemal z wszystkich stron lustrami. Choć coraz większą rolę w treningu wioślarskim odgrywa ergometr, jednak także baseny wracają znów do łask. Bo to na nich można szlifować i korygować technikę. Przecież nie na ergometrze.



Julia Michalska znana jest w Trytonie z niezwykle rzetelnego podejścia do najbardziej nawet nużących treningów, ale i ona już coraz bardziej tęskni za łódką na wodzie.

Zimowy trening wioślarzy ma charakter objętościowy, wytrzymałościowy. Ale są pierwsze jaskółki zwiastujące jego kres. Coraz mniejsze ciężary zadawane są na siłowni za to wzrasta częstotliwość po-

wtórzeń – to znak, że z treningu wytrzymałościowego następuje przejście do ćwiczeń dynamicznych, a w połowie marca będzie można wreszcie wrócić na wodę. Ze względu na panującą w Trytonie atmosferę

do klubu garną się nowi, młodzi wioślarze. Trenerami, którzy wkładają wiele pracy i zaangażowania są w Trytonie młodzi absolwenci AWF, byli zawodnicy – Marcin Witkowski oraz Piotr Wlekiński. **leg**

ERGOMETR / Dzieci i młodzież

Sześć klubów 45 uczestników

Za nami już piąta edycja zawodów do Wielkopolskiego Rankingu Młodzików i Dzieci. Na ergometrach na dystansie 1000 i 1500 metrów rywalizowano w dwóch kategoriach wiekowych. Wystartowało 45 zawodniczek i zawodników z sześciu klubów, a rywalizacja była bardzo zacięta.

W grupie starszej (urodzonych w latach 1991-1992) na dystansie 1500m najlepsze wyniki uzyskali – **dziewczynki**: 1. Paulina Biszof (Poznań) 6; 15,7; 2. Daria Andrzejczuk (KTW Kalisz) 6:18,2; 3. Joanna Penkala (KTW Kalisz) 6:21,3; **chłopcy**: 1. Mateusz Kaczmarek (Poznań) 5:20,2; 2. Wiktor Szymański (Poznań) 5:40,4; 3. Mikołaj Rzeźnik (KW 04) 5:47,9.

Nieco młodszy (urodzeni w roku 1993) rywalizowali na dystansie 1000 m, a najlepsi byli – **dziewczynki**: 1. Monika Szurlej (Tryton) 4:20,0; 2. Agata Styperek (Tryton) 4:35,9; 3. Andżelika Grabowska (Poznań) 5:09,3; **chłopcy** 1. Michał Niegowski (KW 04) 4:32,0.

leg

KTW / Najstarsze w Wielkopolsce

Trzy przystanie



Kaliskie Towarzystwo Wioślarskie powstało w 1894 roku, jako piąte w Polsce. Już w latach 1910-1914 czwórka KTW wygrała regaty o Pierwsze Wiosło Królestwa Polskiego rozgrywane kolejno w Warszawie, Krakowie, Płocku, Włocławku i Kaliszu, zdobywając tytuł „Brylantowej Osady”.

Józef Radwan, prezes i założyciel KTW, został pierwszym i długoletnim prezesem założonego później Polskiego Związku Towarzystw Wioślarskich. Po II wojnie światowej już w marcu 1945 roku wznowiono regularne treningi, aby w sierpniu zwyciężyć w ośmiu na mistrzostwach Polski. Lata następane to wiele tytułów mistrzowskich zdobywanych w różnych konkurencjach, a także wiele osad i zawodników reprezentujących kraj na imprezach sportowych najwyższej rangi. KTW wychowało dwóch olimpijczyków w sekcji wioślarskiej. W 1962 roku rozszerzyło działalność o sekcję kajakową.

W ciągu następnych lat Kaliskie Towarzystwo Wioślarskie przechodziło zmienne koleje losu, przeżywając zarówno okresy świetności i rozkwitu jak i zastoju. Jest jednym z nielicznych klubów w Polsce, które posiada trzy duże obiekty sportowe: przystań letnią w Kaliszu przy Wale Piastowskim, przystań zimową w Parku Ludowym oraz przystań sportową, która znajduje się nad pięknym zalewem rzeki Pokrzywnicy w Szale. **leg**

POLONIA / Drugi dom przy Wioślarskiej Olimpijczy medaliści

Na przestrzeni dziejów przez przystań Polonii przy ulicy Wioślarskiej przewinęły się całe pokolenia. Pierwszy tytuł mistrza Polski dla Polonii zdobył już w 1922 roku w konkurencji jedynek Czesław Sporkowski. Do 1939 roku osady Polonii odniosły 41 zwycięstw, a jej przystań zdobyła 26 cennych pucharów.

Po wojnie pierwszy tytuł mistrzów Polski dla Polonii zdobyła osada Stanisław Nikiel i Wacław Borecki ze sternikiem Witalisem Sporkowskim. Wychowankiem Polonii był Marian Siejakowski, który w późniejszych latach – po zmianie barw klubowych – odnosił liczne sukcesy na arenie międzynarodowej.

Największym międzynarodowym osiągnięciem polonistów jest brązowy medal mistrzostw świata duetu Grzegorz Nowak-Adam Tomasiak w 1978 roku i dwa lata później brązowy medal igrzysk olimpijskich w Moskwie – dotychczas jedyny w historii wielkopolskiego wioślarstwa po II wojnie światowej. **leg**

ABC / Wiosła

Długie i krótkie

Łódkę wprowadza się w ruch za pomocą wiosła, różnej długości. Gdy zawodnik w osadzie ma do dyspozycji jedno wiosło po jednej stronie burty, które wprawia w ruch oburącz ma ono długość około 385 cm, natomiast gdy zagarnia wodę dwoma wiosłami (po jednym na obu burtach) każde ma długość około 300 cm.

Każde wiosło dzieli się ogólnie na część doreczną (od rękojści do pierścienia) i odręczną (od pierścienia poprzez mankiety, trzon, szyjkę aż po pióro). Wiosło osadzone jest w dulkach usadowionych na metalowych odsadniach. Na piórach wiosła w zawodach krajowych namalowane są barwy klubowe, a w międzynarodowych – barwy narodowe. **leg**

KLUBY /

Chcesz trenować?

Zadzwoń przyjdź

AZS AWF Poznań, 61-135 Poznań, ul. Św. Rocha 9, tel. 87-71-557, tel./fax 87-71-390, przystań – ul. Piastowska 40

Poznańskie Towarzystwo Wioślarzy Tryton, 61-664 Poznań, ul. Słowiańska 78, tel. 82-78-000, tel./fax 0-61-82-06-101, przystań – ul. Wioślarska 72, tel. 87-70-585

Klub Wioślarski 1904 Poznań, 61-556 Poznań, ul. Piastowska 40, tel./fax 83-30-293 www.kw04.com

Poznańskie Towarzystwo Wioślarzy Tryton, 61-556 Poznań, ul. Piastowska 38, tel. 83-33-665, fax 83-34-287

Towarzystwo Wioślarzy Polonia Poznań, 61-556 Poznań, ul. Wioślarska 74, tel./fax 87-73-630

Kaliskie Towarzystwo Wioślarskie, 62-800 Kalisz, park Ludowy 2, tel./fax 75-74-669, przystań – ul. Wał Piastowski 1, tel. 75-73-379 www.ktw.101.pl

Wielkopolski Związek Towarzystw Wioślarskich, 60-791 Poznań, ul. Reymonta 35, tel. 86-54-351, fax. 86-99-127, www.rowing-2004.malta.pl/test **leg**

partnerzy

Avanti Catering



FIAT

AUTO-CENTRUM
POZNAŃ, ul. Wojciechowskiego 7-1.7