



Wyścigi bez wody

Tomasz Laskowski

Wody w Malcie nie ma, lecz zawodnicy ciężko trenują i startują. W zeszłym tygodniu podczas halowych mistrzostw Polski – Ergowiosła 2009 bardzo dobrze spisali się poznańscy zawodnicy, którzy z Wrocławia przywieźli kilka medali. Błyszczały szczególnie kobiety.

W konkurencji senierek wagi lekkiej zawodniczki z Poznania RBW nie dały żadnych szans rywalkom, dzieląc się miejscami na podium. Wygrała, zdobywając tym samym kolejny złoty medal w swej karierze, doświadczona Iłona Mokronowska, przed Magdaleną Kemnitz i Karoliną Widun. Wszystkie są zawodniczkami reprezentacji Polski, prowadzonej przez trenera Poznania RBW Przemysława Abrahamczyka.

Dużą dawkę emocji w wyścigu senierek zapewniła nam Julia Michalska z Trytona, która stoczyła emocjonującą walkę z Agatą Gramatyką z Krakowa. Poznanianka objęła pro-



Tomasz Laskowski i Grzegorz Otoki (obaj Poznania RBW) podczas startu w Rzymie

wadzenie po 300 metrach, którego już nie oddała do końca, znakomicie broniąc się przed atakami rywalki. Julia uzyskała

znakomity czas 6.46,6 wygrywając z Agatą o 0,2 sekundy! Sukces Trytona Poznań tym większy, że trzecie miejsce na

podium zajęła Magdalena Fularczyk. W wyścigu mężczyzn wagi lekkiej na trzecim stopniu podium stanął Marcin

Jędrzejczak (Poznania RBW), który pobił rekord życiowy, uzyskując bardzo dobry czas na 2 km 6.18,8 – tylko 17 sekund słabiej od rekordu świata!

Magiczną granicę sześciu minut, przekraczaną przez najlepszych, złamał reprezentant AZS AWF Poznań Wiktor Chabel, który z czasem 5:59,0 zajął siódme miejsce.

Wśród juniorów powody do zadowolenia ma Aleksander Kasiniak, który zajął szóste miejsce, ustanawiając swój nowy rekord życiowy. Reprezentant Polonii Poznań Konrad Wojewodziec był 15.

Bardzo dobry wynik osiągnęła Poznania RBW w klasyfikacji drużynowej zajmując drugie miejsce i gromadząc 122 pkt!

Przed zawodami we Wrocławiu, w ramach przygotowań do sezonu, zawodnicy KS Poznania RBW – Tomasz Laskowski i Grzegorz Otoki – startowali w otwartych mistrzostwach Europy w wioślarstwie halowym w Rzymie, zajmując 10 miejsca w swoich biegach.



www.poznania-rbw.pl



www.twpolonia.bo.pl



www.tryton.najlepsi.net



www.awf.poznan.pl
/sport/aszawf.htm



www.kw04.com

Kop studnię, zanim poczujesz pragnienie

Tak mówi arabskie przysłowie. Przewidywanie przyszłości to nie tylko domena wróżek i futurystów. Zarówno jedne, jak i drudzy u wielu wywołują uśmiech pobłażania na ustach. Kiedy zajmujących się tym samym zaczynamy nazywać analitykami, uśmiechy zamieniają się w pełen powagi wyraz skupienia. Niestety, o fachowców w tych branżach bardzo trudno. Zarówno dobrych wróżek, jak i sprawnych analityków jak na lekarstwo. I jak tutaj przewidywać przyszłość?

Może jednak wracać do przysłów, które bazują na latach doświadczeń i wiedzy gromadzonej przez pokolenia. Przewiduj przyszłość na podstawie własnych doświadczeń. Kiedyś poczujesz pragnienie, zadbaj o jego ugaszenie, zanim będzie za późno.

Organizatorzy zakończonych niedawno mistrzostw świata w piłce ręcznej lepić wykładzinę zaczęli podczas finałowego meczu. Trzeba przyznać, że „rychło w czas”. Na oczach milionów widzów niezawodna taśma dwustronna ratowała reputację organizatorów światowej rywalizacji. Ponoć jej producent ma

zagwarantowaną bezpłatną reklamę podczas kolejnych zawodów.

Pewnie z tego powodu szefowie FISA, kiedy zobaczyli aktualne fotografie toru regatowego Malta, zamarli z przerażenia. Bez 5-gwiazdkowych hoteli mistrzostwa świata na pewno się odbędą, ale na torze bez wody raczej nie!

Działacze równie dobrze wyśpią się w 3-gwiazdkowych łódkach, ale łódki bez wody, do tego tyłem do przodu, nie popłyną. Przedstawiciele FISA nie uspokoiły nawet kolejne fotografie. Te przedstawiały kończącą się budowę Galerii Malta, zaprezentowaną jako nowe biura i zaplecze toru. Oczywiście żarty poszły szybko na bok i wyjaśniono, że „kopiemy studnię, zanim poczujemy pragnienie”. Prace związane z przygotowaniem toru regatowego do mistrzostw świata nabrały tempa. To dobrze, bo czasu – wbrew pozorom – nie zostało za wiele. Oczyszczanie dna jeziora, budowa nowych trybun i długo oczekiwane ławki wokół jeziora stały się faktem. Na pewno wszyscy ugaszą pragnienie, studnie powstaną na czas. KT

Przekuć porażkę w sukces

Z Bartoszem Zabłockim, o sportowych nadziejach, rozmawia Tomasz Laskowski

Rozmawiamy po Ergowiosłach, gdzie pojechałeś życiówkę, zajęłeś ósme miejsce na mistrzostwach Polski i jesteś najlepszym młodzieżowcem w Wielkopolsce. Jakie Twoje wrażenia po zawodach?
Jestem bardzo zadowolony z rezultatu, który uzyskałem. Szczerze mówiąc, nie do końca w to wierzyłem po swoim ostatnim występie w Pucharze Polski w Warszawie, gdzie osiągnąłem czas 6.05. Ale obawy były niepotrzebne, dobre przygotowanie zrobiło swoje.

Ergometr jest dobrą miarą postępu zawodnika. Jak są Twoje cele w najbliższym sezonie?

Nie ukrywam, że złamanie tej „szóstki”, ale wielkimi krokami zbliża się sezon letni. Już niedługo będziemy wreszcie schodzić na wodę. Muszę udoskonalić technikę wiosłowania w osadzie, bo najważniejsza impreza, na której chciałbym wystąpić

wraz z moim partnerem z dwójki, Michałem Rydzem – to młodzieżowe mistrzostwa świata.

Jak wygląda Twoja przygoda z kadrą? Reprezentowałeś już barwy Polski na zawodach międzynarodowych?

No właśnie – nie. Mój pierwszy start miał być podczas zeszłorocznych regat w Ratezburgu, ale odpadłem, bo... byłem najsłabszy. Próbowaliśmy zrobić jeszcze kontrosadę do kadrowej, lecz przegraliśmy przejazd. To jest mój drugi rok w tak zwanej młodzieżówce [wiek: 19–23 lata przyp. autora]. Tamto niepowodzenie, zmobilizowało mnie do większej pracy, której efekty – mam nadzieję – widać.

Czyli w tym roku drzwi kadry stoją przed Tobą otworem?

Mam taką nadzieję, lecz czeka mnie jeszcze sporo pracy. Jak powiedział trener kadry muszę się jeszcze trochę podszkolić technicznie. Teraz od 9 do 22 lutego mamy obóz kadrowy w Zakopanem, gdzie będziemy pracować nad wytrzymałością. W marcu kolejny wyjazd, na tak zwany obóz rozplywaniowy. Myślę, że tam się podciągnę technicznie,

głównie dzięki wskazówkom trenera Macieja Hoffmana. Czuwał nade mną przez zimę oraz ma kilka sukcesów na koncie; przykładem są srebrni medalisci mistrzostw Europy – Adam Łączka i Wiktor Szymański.

W swoim klubie – Poznania RBW – znany jesteś jako specjalista do spraw odżywek do kwestii żywienia i suplementacji?

Według mnie bardzo trudno jest zaistnieć w sporcie. Ludzie są różni. Jedni silni z natury, natomiast inni, by osiągnąć sukces potrzebują miesięcy, a nawet lat treningu. Odżywki pomagają w regeneracji organizmu, dostarczeniu mu wartości odżywczych, które mogą pomóc w sposób naturalny i nie są sterydami. Mocno mnie denerwuje, kiedy ktoś mówi, że on ma takie wyniki, bo bierze odżywki. Od samej suplementacji nie pobię się rekordów. Do tego jest potrzebny solidny trening. Zaintersowanie tą dziedziną wzięło się stąd, że sam kiedyś byłem bardzo słaby więc zacząłem dużo czytać na temat odżywek i różnych diet. Teraz dzielę się tą wiedzą z innymi.

Mastersi po seniorach

To już oficjalna wiadomość mistrzostwa świata mastersów potwierdzą nie trzy, lecz cztery dni. Odbędą się tuż po rozgrywanych w ostatnim tygodniu sierpnia w Poznaniu mistrzostwach świata seniorów, do których zostało już tylko 175 dni! Z Poznania do Wiednia, gdzie po 36 latach wracają zawody mastersów, wybiera się liczna reprezentacja naszego okręgu m.in. z klubów KW04 i Poznania RBW. A za dwa lata mistrzostwa mastersów odbędą się w Poznaniu. TL

AUTO-CENTRUM S.A.



Poznań



WIELKOPOLSKI ZWIĄZEK
TOWARZYSTW WIOŚLARSKICH

POLSKA
GŁOS
WIELKOPOLSKI

