



## Ergometr w Kórniku

Początek marca każdego roku już od wielu lat stoi pod znakiem ergometru wioślarskiego. W Wielkopolsce w tym czasie odbywają się zawody, podczas których do rywalizacji stają zawodniczki i zawodnicy z klubów naszego regionu we wszystkich kategoriach wiekowych.

Nie inaczej będzie teraz. W sobotę, 8 marca w Kórnickim Centrum Rekreacji i Sportu „Oaza” przy ul. Ignacego Krasickiego 1 odbędą się mistrzostwa naszego regionu na ergometrze.

Tegoroczne zawody odbywają się pod patronatem Jana Grabkowskiego, starosty poznańskiego. Obok indywidualnej rywalizacji zawodniczek i zawodników walczyć będą o zwycięstwo w klasyfikacji drużynowej. Puchar dla najlepszej ekipy ufundował burmistrz gminy Kórnik.

W tym roku tradycyjnie w imprezie wezmą udział wioślarki i wioślarze z wielkopolskich klubów: Posnania RBW, KW-04 Poznań, Trytona Poznań, Polonii Poznań, KTW Kalisz, UKS Dwójka Kórnik oraz AZS AWF Poznań. Nie jest też wykluczony udział wioślarzy spoza Wielkopolski.

Rywalizacja toczyć się będzie we wszystkich kategoriach wiekowych: od młodzika do seniora. Początek rywalizacji w kórnickiej Oazie w sobotę o godzinie 10.00. Zaplanowany jest także wyścig masters. Natomiast po zakończeniu rywalizacji zawodników odbędzie się wyścig VIP (około godziny 14.00). Swoich sił na ergometrze wioślarskim będą mogli także spróbować mieszkańcy Kórnika, bo organizatorzy imprezy pomyśleli także o tej formie rekreacji.

Zapraszamy wszystkich sympatyków wioślarstwa do hali w Kórniku w sobotę, 8 marca. Ciekawej rywalizacji oraz innych atrakcji na pewno nie zabraknie. ● (JAC)

# Łaskawa zima



► Ergometr to nieodłączny przyrząd wioślarzy zimą, ale w tym roku większość wyszła już na wodę

**Rok temu bardzo sroga zima nadzwyczaj mocno komplikowała przygotowania wioślarzy wielkopolskich klubów do sezonu**

Tegoroczna aura jest zdecydowanie łaskawsza dla zawodniczek i zawodników. Praktycznie wszyscy mieli już w tym roku okazję wiosłować na wodzie, i to w zupełnie przyzwyczajonych warunkach.

Jednak podczas zimowych miesięcy wioślarze tradycyjnie już ciężko pracują, aby w kolejnym sezonie imponować dobrą formą. Trening ogólnorozwojowy, praca w siłowni oraz treningi na ergometrze, to główne składniki zimowych przygotowań do sezonu. Do tego dochodzą zgrupowania, głównie w górach, podczas których zawodniczki i zawodnicy biegają

na nartach, ale nie brakuje także długich marszobiegów.

Nasze zawodniczki i nasi zawodnicy oczywiście trenowali w naszych obiektach. Wiele jednak też wyjeżdżało na zgrupowania zimowe do Zakopanego oraz Szklarskiej Poręby. W Zakopanem nie było co prawda śniegu, ale zawodnicy trenowali w terenie oraz w siłowni i na ergometrze. Z kolei w Szklarskiej Porębie była okazja, aby pobiegać na nartach. Pracę treningową wszyscy wykonali wzorowo, a ostatnio już pływamy w osadach po Warcie – mówi Mirosław Rewers, trener KW-04 Poznań. W zimowych przygotowaniach klubowych wzięło udział ponad 40 zawodniczek i zawodników.

Podobnie było w poznańskim Trytonie, w którym pracowało prawie 30 zawodniczek i zawodników.

Podczas zimowych przygotowań zawodnicy byli na zgrupowaniach w Zakopanem, Szczyrk i Szklarskiej Porębie. Uczestniczyli w obozach kadry B oraz ZSMS. Rzeczywiście śnieg mieliśmy tylko w Sudetach, gdzie biegaliśmy na nartach. Plany przygotowań wszyscy wykonali bardzo dobrze. Ważne też, że wszystkim dopisywało zdrowie i nie było kontuzji – powiedział Patryk Majewski, trener Trytona Poznań. Warto dodać, że zawodniczki i zawodnicy Trytona od kilkunastu dni pływają już w osadach po rzece Warcie.

W swoich obiektach do nowego sezonu przygotowywali się zawodnicy poznańskiej Polonii oraz KTW Kalisz. W zimowych zgrupowaniach kadry B wzięło udział ponad 20 zawodniczek i zawodników wielkopolskich klubów. ● (JAC)

## Oglądaj i czytaj na stronie internetowej WZTW

● Na stronie internetowej WZTW ([www.rowing.poznan.pl](http://www.rowing.poznan.pl)), w zakładce „relacje z zawodów”, można oglądać na żywo przebieg imprez wioślarskich. Od 2012 roku przy WZTW działa zespół autorów,

który relacjonuje najważniejsze wydarzenia wioślarskie w Wielkopolsce. W zakładce „wywiady”, można obejrzeć te relacje. W zakładce „foto”, można obejrzeć zdjęcia z wioślarskich wydarzeń. Od 2005 roku

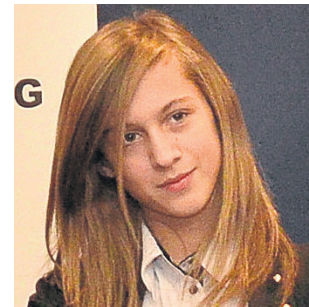
regularnie w pierwszy wtorek miesiąca, na łamach „Głosu Wielkopolskiego” ukazuje się kolumna o wioślarstwie (zakładka „o nas”). Zapraszamy na stronę internetową WZTW: [www.rowing.poznan.pl](http://www.rowing.poznan.pl)

## Zadziorna i waleczna

**Martyna ma duży potencjał, jest chętna do pracy i nie boi się ciężko trenować. Jest jednocześnie zadziorna i bardzo waleczna**

- Martyna przyszła na pierwszy trening wioślarski, kiedy była w piątej klasie i tak już u nas została. Potem rozpoczęła naukę w gimnazjum z dodatkowymi zajęciami naszej dyscypliny. Polubiła wioślarstwo i naprawdę systematycznie pracuje – mówi o Martynie Czech, Małgorzata Gralak, trenerka KTW Kalisz.

Martyna Czech (rocznik 1999) trenuje w kaliskim KTW już trzeci sezon, podobnie jak jej koleżanka Aleksandra Manikowska. W 2013 roku Martyna brała udział w najważniejszych imprezach krajowych w najmłodszej kategorii wieko-



wej. Startowała głównie w osadach czwórki i osiągała niezłe rezultaty zarówno w międzywojewódzkich mistrzostwach młodzików, jak również w regatach młodzików o puchar prezesa Polskiego Związku Towarzystw Wioślarskich. Swoimi ubiegłorocznymi wynikami udowodniła w pełni, że jest w ścisłej czołówce najlepszych młodziczek w Wielkopolsce. ● (JAC)

## Pracuje bardzo solidnie

**Adam trafił do Polonii podczas jednego z pierwszych naborów. Był w grupie kilkunastu chłopaków. Większości już nie ma, a on pozostał**

Adam Wistański (rocznik 1999) jest zawodnikiem TW Polonia Poznań od ponad półtora roku. Trenuje pod opieką Macieja Kobylńskiego i Jacka Knopika. Obaj młodzi trenerzy starają się odbudować wioślarską Polonię po długim okresie zastoju.

- Adam trafił do klubu podczas jednego z pierwszych naborów. Znalazł się w grupie kilkunastu chłopaków. Większości z nich dzisiaj nie ma już w klubie, a on pozostał i radzi sobie coraz lepiej. Od początku trenuje z rówieśnikiem Pawłem Wylegalskim. Wspólnie pracują bardzo solidnie i w poprzednim roku pokazali, że można na nich liczyć. Wierzę że nadal



będą systematycznie trenowali i w kolejnych sezonach będą jeszcze lepsi – mówi Maciej Kobylński, trener TW Polonia. W poprzednim roku Wistański z Pawłem Wylegalskim wygrali w dwójkach mistrzostwa Wielkopolski młodzików. W zawodach o puchar prezesa WZTW zajęli drugą pozycję, podobnie w mistrzostwach Rogoźna. Uplasowali się na trzecim miejscu w mistrzostwach miasta Poznania. ● (JAC)



WIELKOPOLSKA



Sheraton  
Poznań  
HOTEL



POWIAT  
POZNAŃSKI

PARTNERZY KRAJOWI



Volkswagen Poznań  
Fabryka Samochodów Użytkowych i Komponentów



GŁOS  
WIELKOPOLSKI



POZnań\*  
\*Miasto know-how



AQUANET

WIELKOPOLSKI ZWIĄZEK  
TOWARZYSTW WIOŚLARSKICH

