



POLSKA SZTAFETA

Numer 5 / 2023



www.polskasztafeta.pl



Od prawej: Adam Korol, Michał Jeliński, Marek Kolbowicz i Konrad Wasielewski.

Koszykarska reprezentacja Polski wczoraj i dziś	2-3
Sukces polskich gimnastyczek na igrzyskach w Melbourne	6-7
Bracia Ziemiańcinowie – razem w biathlonowej sztafecie	8-9
Waleczność i odwaga w życiu i w sporcie. Sylwetka Stefana Kostrzewskiego	10-11
Bohaterskie życiorysy polskich szermierzy	12-13
Wywiad z Aleksandrą Kałucką, zwyciężczynią pucharu świata we wspinaczce	14-15
Czasem srebro jest cenniejsze od złota – rozmowa z Nicole Kondorlą	16

FOT. MAREK LAPIS / FORUM

Sport jest piękną przygodą – rozmowa z Adamem Korolem

Koszykówka: z nadzieją w przyszłość

Po długim okresie słabych wyników na międzynarodowych arenach polscy koszykarze w ostatnich latach mają dobry czas. Udany start w mistrzostwach świata w Chinach w 2019 r. i czwarte miejsce na mistrzostwach Europy w 2022 r. dają nadzieję, że biało-czerwoni po kilkudziesięciu latach nieobecności zameldują się na igrzyskach.

Początki dyscypliny w Polsce

Największą ekspansję nad Wisłą koszykówka zanotowała w latach 20. i 30. XX w., gdy została sportem szkolnym i akademickim. Właśnie wtedy powstały pierwsze koszykarskie sekcje, m.in. w Poznaniu, Łodzi, Warszawie i Krakowie. Kolejnym krokiem w rozwoju były mistrzostwa kraju. Pierwsi o tytuł rywalizowali mężczyźni. W 1928 r. złote medale wywalczyli gracze Klubu Sportowego „Czarna Trzynastka” z Poznania, którzy w decydującym meczu pokonali Varsovię Warszawa 22:9.

W 1928 r. Tadeusz Chrapkowski zainicjował powstanie Polskiego Związku Gier Sportowych, który od tej pory przejął pieczę nad koszykówką. Sześć lat później Polska wstąpiła w struktury Międzynarodowej Federacji Koszykówki (FIBA), otwierając sobie bramy do rywalizacji międzypaństwowej.

Pierwsze kroki reprezentacji

W lutym 1935 r. w Tallinnie męska reprezentacja rozegrała swój pierwszy międzynarodowy mecz. Debiut nie należał do udanych: Polska przegrała z Estonią 19:47. „Przeгляд Sportowy” tak pisał o porażce: *Gospodarze byli zespołem lepszym, ale nie w tak rażąco stopniu, jak ilustruje to wynik. Przysłużyli się temu w głównej mierze obaj sędziowie: Macht i Waho, którzy prowadzili grę w sposób skandaliczny. Nie była to nawet stronniczość, ale raczej nieznanostwo przepisów.*

Ponadto podkreślano, że miejsce, w którym rozegrano mecz, zupełnie się do tego nie nadawało – było zbyt małe, na domiar złego publiczność stała niemal na boisku, co ewidentnie przeszkadzało zawodnikom. Z perspektywy czasu można by rzec: „pierwsze śliwki robaczywi”, gdyż w ciągu kolejnych czterech lat reprezentanci Polski dokonali ogromnego postępu.

Jedyni Europejczycy w strefie medalowej

W 1936 r. koszykówka została sportem olimpijskim. Rywalizacja w Berlinie toczyła się w systemie pucharowym, w którym przegrany mógł wrócić do gry pod warunkiem wygranej w rundzie pocieszenia. Polacy



Igrzyska olimpijskie w Berlinie, 1936 r. Mecz Polska – Włochy.

zostali jednymi z największych beneficjentów tego rozwiązania: w pierwszym meczu przegrali z Włochami, ale w rundzie pocieszenia zwyciężyli z Łotwą (28:23) i awansowali do kolejnej fazy turnieju. Tam pokonali Brazylijczyków (33:25), a potem, po informacji, że Peruwiańczycy oddają mecz walkowerem, biało-czerwoni zameldowali się w strefie medalowej. I byli w niej jedynymi Europejczykami!

Bój o finał z Kanadyjczykami skończył się sromotną przegraną Polaków – 15:42. Po jego zakończeniu w „Przeглядzie Sportowym” pisano: *Ogólne wrażenie: nie byliśmy wprawdzie dla Kanady równorzędym przeciwnikiem, ale nawet w takim ciężkim meczu potrafiliśmy zaakcentować swe umiejętności.*

W meczu o brązowy medal biało-czerwoni znów musieli uznać wyższość rywala – mecz z Meksykiem zakończył się przegraną 12:26.

Europejska czołówka

W maju 1937 r., niecały rok po igrzyskach w Berlinie, koszykarze pojechali na mistrzostwa Europy. Organizowane w Rydze zawody rozpoczęły od potknięcia w meczu grupowym z Francją, ale potem było lepiej. Ostatecznie z debiutu w EuroBasketie Polacy wrócili – tak jak z igrzysk – jako czwarta drużyna.

W trzeciej edycji europejskiego czempionatu, rozegranej w ostatnich dniach maja roku 1939, Polacy wreszcie dopięli swego. Podopieczni Walentego Kłyszajki zdobyli brązowy medal. Sukces odnieśli w trudnych warunkach: niedługo przed wyjazdem do Kowna drużyna liczyła zaledwie czterech graczy. Wiele lat później tak opisał tę sytuację jeden z zawodników owych mistrzostw, Bohdan Bartosiewicz: *Na Litwę pojechaliśmy praktycznie bez żadnych przygotowań. Na zgrupowanie w Warszawie stawili*



...w historii reprezentacji Polski największą liczbę meczów (po 236) rozegrało dwóch koszykarzy – Mieczysław Łopatka i Dariusz Zelig. Mieczysław Łopatka był członkiem srebrnej drużyny mistrzostw Europy (Wrocław 1963) i dwukrotnym brązowym medalistą (Moskwa 1965, Helsinki 1967). Jako jedyny polski koszykarz wystąpił czterokrotnie na igrzyskach olimpijskich.

CZY WIECIE, ŻE...

się początkowo tylko trzech zawodników z Polonii. Gdy dołączył czwarty – Zbigniew Resich z Cracovii, prasa napisała: „teraz mogą już grać w brydża”. Potem przyjechało dwóch ze Lwowa, po kilku dniach szóstka poznańców z kapitanem drużyny Florianem Grzechowiakiem, a już na peronie, gdy odjeżdżaliśmy do Wilna, dołączył z Krakowa Paweł Stok.

Pomimo braku przygotowania Polacy zagraли kapitalny turniej. Trzecie miejsce wywalczono zostało ciężko, jednakże zupełnie zasłużenie. Do ostatniego dnia Polska kroczyła z jedną tylko przegraną – a więc najbardziej równomiernie. Z Łotwą mamy jednakową ilość punktów, o trzecim miejscu zdecydował gorszy stosunek koszuw – wszystko to ma swoją wymowę – podsumowano w „Przeглядzie Sportowym”.

Odbudowa i medalowe czasy

Po II wojnie światowej reaktywowano Polski Związek Gier Sportowych i skupiono w nim trzy dyscypliny: piłkę ręczną, siatkówkę oraz koszykówkę. Do odbudowy oprócz starych działaczy przystąpiło nowe pokolenie. Już w 1946 r. Polacy zaznaczyli swoją obecność na boiskach, startując w pierwszych powojennych mistrzostwach Starego Kontynentu w szwajcarskiej Genewie.

W 1957 r. utworzono Polski Związek Koszykówki. W 1963 r. do wrocławskiej Hali Ludowej zawiątał europejski czempionat. Biało-czerwoni, prowadzeni przez młodego trenera Witolda Zagórskiego, wypadli wyśmienicie. Przez cały turniej lepsza była tylko w finale drużyna ZSRS. Do historii przeszedł półfinałowy pojedynek z Jugosławią, wygrany przez Polaków 83:72. „Dziennik Bałtycki” donosił: *Zwycięstwo nad drużyną aktualnego wicemistrza świata to bez wątpienia największy sukces w 50-letniej historii polskiej koszykówki. Wiwatom i brawom nie było końca.*

Czas pokazał, że był to początek fenomenalnej serii. W kolejnych edycjach mistrzostw, w ZSRS (1965) i Finlandii (1967), biało-czerwoni też zdobywali medale – w obu przypadkach brązowe. Jeśli dodać do tego fakt, że reprezentanci wyjechali również na igrzyska olimpijskie do Rzymu (1960), Tokio (1964), Meksyku (1968) i RFN (1972) oraz zakwalifikowali się na koszykarski mundial w Montevideo (1967), gdzie zajęli piątą lokatę, można śmiało stwierdzić, że lata 60. i początek lat 70. to najpiękniejszy czas rodzimego basketu.

Stanowisko selekcjonera powierzono Witoldowi Zagórskiemu w 1961 r. Miał wówczas 31 lat, a zatem był niewiele starszy od swoich podopiecznych. Może dlatego potrafił znaleźć z nimi wspólny język? Poza tym wprowadzał innowacyjne jak na tamte czasy metody szkoleniowe – ot, choćby zajęcia na siłowni. W jednym z wywiadów wspominał: *Treningi były trudne. To były czasy, że trener biegł z zawodnikami. Ja lubiłem ruch i np. na zgrupowaniach w Zakopanem bieganiem z nimi. Czasem dochodziło do śmiesznych sytuacji. Siedzę raz*



Mateusz Ponitka – kapitan polskiej reprezentacji.

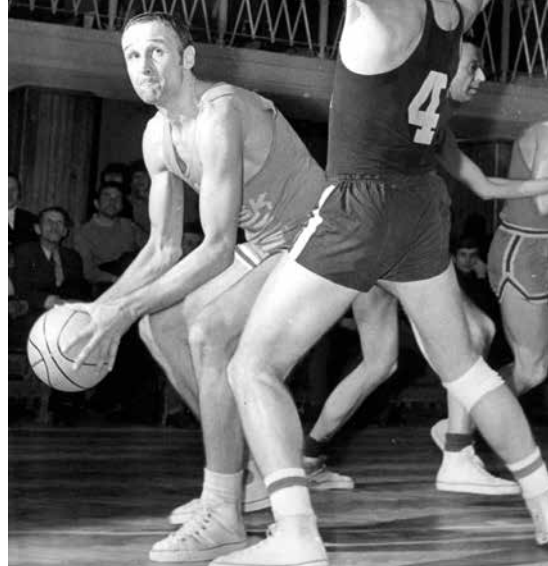
po takim biegu w holu zakopiańskiego COS-u. Słyszę, że jakaś drynda nadjeżdża, a z niej się wysypują Narutowski, Sitkowski i Olszewski. Widząc mnie, spokojnie mówię: możecie nas wyrzucić z obozu, ale my mamy dosyć.

Zagórski powiedział „pas” w 1975 r., po nieudanych kwalifikacjach olimpijskich. W kolejnych latach zakwalifikowanie się do zawodów rangi mistrzowskiej stanowiło dla polskiej drużyny barierę trudną do pokonania. Na igrzyskach ostatni raz zagrała w 1980 r. Do mistrzostw świata biało-czerwoni awansowali dopiero w 2019 r., po 52 latach! W EuroBasketie też mieli przestoje. Dość powiedzieć, że od 1993 do 2005 r. kadra walczyła w czempionacie kontynentalnym tylko raz: w 1997 r. w Hiszpanii.

Idzie nowe?

W 2007 r., po 10 latach nieobecności, Polacy ponownie zagraли na mistrzostwach Europy w Hiszpanii. Dwa lata później europejskie reprezentacje grały w Polsce. Impreza była udana nie tylko organizacyjnie. Historyczna wygrana w grupie z Litwą, jedną z koszykarskich potęg, w wypełnionej po brzegi, natładowanej pozytywną energią kibiców Hali Ludowej we Wrocławiu otworzyła Polakom drogę do kolejnej rundy. Marcin Gortat, Maciej Lampe, Łukasz Koszarek i spółka dali impuls. Od tego czasu Polska regularnie kwalifikowała się do EuroBasketu, chociaż w samych rozgrywkach nie odnosiła sukcesów.

Mieczysław Łopatka (z lewej) podczas meczu ligowego Śląska Wrocław z Polonią Warszawa.



ŹRÓDŁO: NEWSPIX.PL / MIECZYŚŁAW ŚWIDERSKI

W 2019 r. Polacy poleciali do Chin na mistrzostwa globu. Już w fazie grupowej zawodnicy wywołali sensację, wygrywając wszystkie trzy mecze. Szczególnie cenne było zwycięstwo nad gospodarzami, odniesione po dramatycznym meczu i dające awans do następnej rundy. Kolejną niespodzianką stało się pokonanie Rosji, dzięki któremu Polacy zameldowali się w ćwierćfinale. Na tym etapie musieli już uznać wyższość Hiszpanów, kolejnej koszykarskiej potęgi. Na koniec uległ zaś Stanom Zjednoczonym w meczu o miejsca siódme i ósme.

Kolejny świetny turniej Polacy zagraли w 2022 r. Mistrzostwa Europy rozgrywane były wówczas w Czechach, Grecji, Niemczech i Włoszech. Polska wyszła z grupy, w 1/8 finału pokonała Ukrainę, ale w ćwierćfinałowym starciu z wciąż panującym mistrzem – Słowenią – mało kto dawał biało-czerwonym szansę. Rywale, z gwiazdą NBA Łuką Dončićem, nie potrafili jednak znaleźć sposobu na Polaków. Szczególnie założył im za skórę kapitan reprezentacji Mateusz Ponitka, który po meczu powiedział: *Graliśmy zespołowo, trzymaliśmy się naszego planu. Chłopacy mi zaufali, uwierzyli moim wskazówkom i jesteśmy w ćwórcie.*

W półfinale Polacy nie sprościli Francji, a w meczu o brązowy medal – Niemcom. Lecz nic nie mogło zgasić euforii, jaka zapanowała wśród fanów nad Wisłą. Byłiśmy czwartą drużyną Europy!

Kolejnym wielkim krokiem dla polskiej koszykówki byłby awans na igrzyska olimpijskie w Paryżu w 2024 r. Pierwszy krok gracze prowadzeni przez Igora Miličicia już wykonali: w sierpniu 2023 r. w PreZero Arenie Gliwice wygrali turniej prekwalifikacyjny, gwarantując sobie start w głównych kwalifikacjach olimpijskich. Czy po 44 latach polska reprezentacja będzie miała okazję znów powalczyć na igrzyskach?

Źródła:

2 mecze koszykarzy polskich w Tallinnie, „Przeгляд Sportowy” 1935, nr 15, s. 2.
3-cie miejsce w Kownie to sukces. Bilans mistrzostw Europy w koszykówce, „Przeгляд Sportowy” 1939, nr 43, s. 3.
Bohdan Bartosiewicz: Mam 96 lat i najbardziej polubiłem koszykówkę, 25.02.2015, https://sport.interia.pl/koszykowka/news-bohdan-bartosiewicz-mam-96-lat-i-najbardziej-polubiłem-koszyk,1678607.
S. Borczuch, Mateusz Ponitka po Słowenii: pozostaje mi podziękować hejterom. Róbcie tak dalej, 14.09.2022, https://sport.tvp.pl/62763080/eurobasket-mateusz-ponitka-po-slowenii-pozostaje-mi-podziekowac-hejterom-robcie-tak-dalej-wywiad-video.
Olbrzymi z Kanady dają lekcję koszykarzom, „Przeгляд Sportowy” 1936, nr 70, s. 2.
Polscy koszykarze pokonali Jugosławię, „Dziennik Bałtycki” 1963, nr 24, s. 2.
Zagórski – zapomniana legenda, https://web.archive.org/web/20160803094517/http://polskikosz.pl/news/20449/zagorski_zapomniana_legenda.html.

Po lekcjach całe popołudnia spędzałem na przystani

Rozmowa z Adamem Korolem, wioślarzem, czterokrotnym mistrzem świata, mistrzem olimpijskim



FOT. ROLAND WEHRAUCH / EPA / PAP

Igrzyska olimpijskie w Pekinie – Adam Korol, Michał Jeliński, Marek Kolbowicz i Konrad Wasielewski po zdobyciu złotego medalu w wioślarskiej konkurencji czwórki podwójnej, 17 sierpnia 2008 r.

Czemu czwórka podwójna? Jest to osada, w której czułem się o wiele lepiej, w zasadzie przez całą swoją karierę pływałem na pozycji szlakowego, czyli jak to mówią wioślarze – na pierwszej dziurze. Oczywiście skład czwórki zmieniał się, gdy trenowałem w trzech cyklach olimpijskich. W pierwszym cyklu, czyli od 2000 do 2004 r., w trochę innym składzie, startowaliśmy z dużymi sukcesami, ale też trochę z niedosytem, bo w Atenach zajęliśmy czwarte miejsce z bardzo niewielką stratą do medalu olimpijskiego.

Jakie emocje towarzyszyły zdobyciu złotego medalu na igrzyskach olimpijskich w Pekinie?

Na igrzyska jechaliśmy w roli faworytów, a to jest bardzo ciężkie brzemię dla zawodnika. Igrzyska są specyficzną imprezą. Żeby walczyć o medal, trzeba przejść cały cykl eliminacji. Byliśmy trzykrotnymi mistrzami świata, ale na igrzyskach wszystko zaczyna się od nowa – trzeba wystartować w przedbiegu, ewentualnie w repasażu, potem wystartować w półfinale i dopiero trzeci lub czwarty wyścig to walka o medal. Jest duże ryzyko, że z powodu ludzkiego błędu coś pójdzie nie tak. Nie dość, że czterolecie między igrzyskami to długa droga, to jeszcze sama końcówka jest niezwykle wymagająca. Sami chcieliśmy udowodnić, że to, co stało się cztery lata wcześniej, to był wypadek przy pracy, że wyciągnęliśmy wnioski i pokażemy tym, którzy w nas wierzyli – naszym kibicom, rodzinom, przyjaciółom, a najbardziej sobie – że jesteśmy w stanie zdobyć to, o czym marzyliśmy, czyli złoty medal olimpijski.

To wielki ciężar psychiczny...

Cały pobyt w wiosce olimpijskiej w Chinach – bo przyjechaliśmy wcześniej, aby się zaaklimatyzować – to był czas bardzo trudny, nerwowy, stresujący, czas wyczeki-

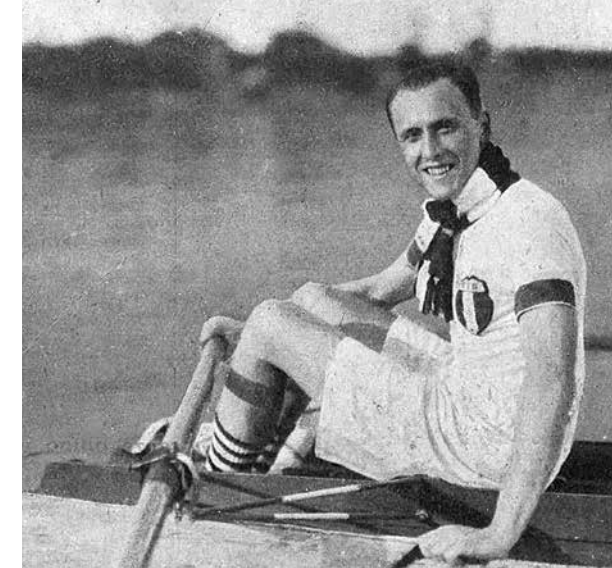
wania na finał olimpijski i na to, co się w nim wydarzy. Czuliśmy, że jesteśmy dobrze przygotowani do tego wyścigu, ale też nie wiedzieliśmy, w jakiej formie są nasi przeciwnicy. Zaczęło się bardzo mocno. W pierwszym wyścigu nasi koledzy z Australii pobili rekord świata, więc od razu wiedzieliśmy, że będą to trudne zawody. Wszyscy, którzy wygrali w przedbiegach, także nasza osada, osiągnęli czas zbliżony do rekordu świata. Wiedzieliśmy, że poziom będzie wysoki, a o medal będzie bardzo trudno. Australijczyków mieliśmy w półfinale, ale nie daliśmy im szans, aby rozwinęli skrzydła. Finał od razu zaczął się po naszej myśli: 250 m po starcie wyszliśmy na prowadzenie i budowaliśmy przewagę z każdym metrem przepłyniętego dystansu.

Oczywiście wtedy jeszcze nie zakładaliśmy, że wygramy, nie można dopuszczać do siebie takich myśli, trzeba być konsekwentnym aż do minięcia linii mety. Dopiero wtedy można się cieszyć. Chociaż jak było 200 m do mety, a mieliśmy bardzo dużą przewagę jak na wyścig wioślarski, to już pojawiały się myśli, że jest świetnie. Człowiek wtedy liczy każde pociągnięcie wiosłami, bo na 200 m jest ich dosłownie kilkanaście. A jednocześnie, mimo ogromnego zmęczenia, trzeba być do końca skupionym, żeby nic się nie stało na tych ostatnich metrach, żeby nie popełnić żadnego błędu technicznego. Samo minięcie linii mety, sygnał dany przez sędziego to jest przeogromna radość, trudna do opisania. To spełnienie marzeń – przede wszystkim naszych, ale też naszych rodzin, naszych bliskich, naszych kibiców. Człowiek marzy o tym nie przez rok, dwa, ale przez całe swoje sportowe życie: jak to jest stanąć na najwyższym stopniu podium – nie na podium mistrzostw świata, ale na podium igrzysk olimpijskich. To ogromne szczęście i ogromna duma, gdy patrzy się na maszt, na którym biało-czerwona flaga powiewa wyżej od innych.



CZY WIECIE, ŻE...

...pierwszym polskim sukcesem odniesionym w sportowej rywalizacji wioślarskiej w Europie był brązowy medal na mistrzostwach Europy w Pradze w 1925 r. Zdobył go Andrzej Osiecimski-Czapski, którego sukces był wtedy niespodzianką, zwłaszcza że do ostatniej chwili zawodów trwała zacięta rywalizacja.



Andrzej Osiecimski-Czapski, brązowy medalista mistrzostw Europy, Praga 1925 r.

ŹRÓDŁO: JAGIELLOŃSKA BIBLIOTEKA CYFROWA

Jest pan czterokrotnym mistrzem świata. Który z medali MŚ ma dla pana największe znaczenie?

Trudno powiedzieć, na pewno ten pierwszy złoty medal z 2005 r., zdobyty po trudnym, szybkim, ale też bardzo równym, ze względu na przeciwników, wyścigu. To był dla nas sygnał, że to czterolecie zaczyna się dla nas dobrze – co było niezwykle motywujące. Po zdobyciu złotego medalu w zasadzie od razu planowaliśmy, co będzie dalej, jak będą wyglądały nasze przygotowania, już myśleliśmy o kolejnych mistrzostwach świata.

Jeszcze większą radość sprawił mi złoty medal w Poznaniu na mistrzostwach świata przed własną publicznością, po igrzyskach olimpijskich w Pekinie, w 2009 r. To były prawdopodobnie jedne z najlepszych mistrzostw świata dla polskiego wioślarstwa – dwa złote medale. Nasz był chyba najbardziej wyczekiwany przez kibiców, bo byliśmy mistrzami olimpijskimi. Pełne trybuny, pełno kibiców poza trybunami. Znow spotkaliśmy się z Australią i od 1000 m w zasadzie nie liczył się nikt inny, tylko nasze dwie osady. Najpierw goniliśmy Australijczyków, ale od 1000 m zaczęliśmy prowadzić, budować przewagę ku uciesze wszystkich zgromadzonych. Naprawdę piękny wyścig i ogromna radość, że mogliśmy w ten sposób podziękować naszym kibicom, którzy nie mogli być z nami w Pekinie, tylko obserwowali nas przed telewizorami.

Jak wspomina pan swoją pracę w roli trenera kadry młodzieżowej? Czy sport jest w stanie zaszczepić młodzieży postawy wartościowe także w pozasportowym, codziennym życiu?

Nie mam może aż tak dużego doświadczenia, ale myślę, że najcenniejsze w sporcie jest to, że trzeba go czuć, kochać, wierzyć w to, co się robi, ustalić sobie cel, do którego się dąży, i realizować go. Nie dla wszystkich tym celem musi być medal igrzysk olimpijskich, to jest dane niewielu, ale każdy może sobie wyznaczyć jakiś mniejszy cel. Sport jest naprawdę piękną przygodą, która uczy życia, kształtuje charakter i pomaga w przyszłości, w życiu zawodowym. Rozmawiałem z wieloma pracodawcami. Mówili, że bardzo chętnie zatrudniają pracowników, którzy mają epizod sportowy, ponieważ sport uczy systematyczności, odpowiedzialności, a także radzenia sobie z porażkami. W swoim życiu sportowym miałem wiele porażek. Jeżeli ktoś jest inteligentny, to potrafi wyciągnąć wnioski z niepowodzenia, nie szuka winy u innych, bo najprościej jest powiedzieć: winny jest trener, winny jest prezes...

Nawiązując do 2004 r., kiedy przegraliśmy medal olimpijski o siedem setnych sekundy. Nie obwiniałem trenera, prezesa, lecz pytałem siebie, co mogłem zrobić lepiej, a czego nie zrobiłem. Nie miałem pretensji do wszystkich naokoło. To ja siedziałem w łódce z kolegami, to my płynęliśmy, a nie trener. Trener na pewno zrobił wszystko, aby nas jak najlepiej przygotował.



FOT. BARBARA OSTROWSKA / PAP

Adam Korol odstawia swoją gwiazdę w Alei Gwiazd Sportu we Władystawowie-Cetniewie, 2009 r.

To jest w sporcie ważne – mieć taki charakter, żeby przede wszystkim szukać winy w sobie, zastanawiać się, co w sobie zmienić, żeby być lepszym. To uniwersalna wartość, można ją przełożyć np. na naukę, gdy mamy niepowodzenia w szkole. Jeśli popatrzymy na naukowców, specjalistów z różnych dziedzin i na najlepszych sportowców, to widzimy, że łączy ich jedno – pasja do

tego, co robią, i ciężka praca. Sama ciężka praca nie jest gwarantem sukcesu, ale jest niezbędną podstawą, by móc o nim marzyć. To łatwo zrozumieć – wszyscy, którzy startują w igrzyskach olimpijskich, ciężko pracują, ale są tylko trzy medale do zdobycia.

Gimnastyczka na medal

W lutym tego roku zmarła Barbara Ślizowska, znakomita gimnastyczka, brązowa medalistka igrzysk olimpijskich w Melbourne (1956), sędzia podczas igrzysk w Tokio (1964) i Moskwie (1980). Warto przypomnieć tę nietuzinkową postać oraz niespodziewany sukces jej i koleżanek w Australii.

Pierwsze igrzyska na antypodach

Samo dotarcie do australijskiej wioski olimpijskiej było dla polskich sportowców długą i męczącą podróżą, którą Ślizowska wspominała tak: *Podróżowałyśmy łącznie 5 dni, w trakcie których tylko raz spałyśmy, w Bangkoku. Byłyśmy też w Teheranie, w Karaczi, na Filipinach, na Nowej Gwinei. Gdy wsiadałyśmy do samolotu, wręczono nam notesiki i dokładnie spisywałyam, że lecieliśmy tyle i tyle. Proszę sobie wyobrazić, że do dziś mam tamte notesiki!*

Niełatwe to były czasy: dekada po II wojnie światowej, epoka zimnej wojny i zaledwie kilkanaście dni po upadku powstania węgierskiego. Jednak na stadionie olimpijskim – zgodnie z ideą igrzysk – królowała zdrowa, sportowa rywalizacja. Polscy zawodnicy wspominali potem wyjątkową życzliwość i otwartość Australijczyków oraz ceremonię zamknięcia, podczas której sportowcy wszystkich krajów wymieszali się we wspólnym pochodzie, bez podziału na państwa. Zwyczaj ten trwa do dziś, symbolizując uniwersalność sportu oraz jedność wszystkich zawodników.

Spodziewane sukcesy, niespodziewany medal

Polscy reprezentanci wywalczyli w Australii dziewięć medali. Złoto przywozła faworytka, Elżbieta Duńska-Krzesińska, która w Melbourne wyrównała swój rekord świata w skoku w dal (6,35 m). Srebrne krążki zdobyli Janusz Sidło w rzucie oszczepem, Jerzy Pawtowski w konkursie indywidualnym w szabli, ekipa szermierzy w szabli drużynowo, a także strzelec Adam Smelczyński. Brąz przypadł w udziale pięściarzom Zbigniewowi Pietrzykowskiemu i Henrykowi Niedźwiedzkiemu oraz sztangiście Marianowi Zielińskiemu. Jednak być może największą – bo niespodziewaną – radość przyniósł brązowy medal zespołu gimnastycznego kobiet.

Konkurencje gimnastyczne kobiet odbywały się pod koniec igrzysk, od 3 do 7 grudnia. Ćwiczenia z przyborem to jedna z bardziej widowiskowych dyscyplin gimnastycznych, wymagająca nie tylko sportowej skoczności, giętkości i wytrzymałości, lecz także tanecznej gracji. Zawodniczki prezentują układy z przyborami, takimi jak piłki, obręcze, maczugi czy wstążki.

W składzie reprezentacji znalazły się wówczas wspinałki gimnastyczne, z czterokrotną mistrzynią świata z roku 1950 Heleną Rakoczy na czele. Skład drużyny dopełniały: Dorota Horzonek, Natalia Kot, Danuta Nowak, Lidia Szczerbińska i właśnie Barbara Ślizowska. Największa gwiazda, Rakoczy, od kilku lat zmagająca się z poważną kontuzją. W medalowych rankingach Polki nie przodowały. Mimo to w olimpijskich zmaganiach dorównały faworytkom, gimnastyczkom ZSRŚ, i wywalczyły brązowy medal *ex aequo*.

Niespodziewany sukces Polek wprawił w zakłopotanie organizatorów igrzysk, którzy nie przewidzieli takiego zakończenia konkurencji. Zabrakło medali na



Barbara Ślizowska (po lewej) jako trenerka.

dekorację, więc aby nie wyróżnić żadnej z zawodniczek, symboliczny krążek dla wszystkich odebrali trenerzy. Niestety, nawet ten jedyny medal dla Polski przepadł! Gimnastyczki odebrały swój brąz dopiero po latach, gdy odtworzyli go eksperci z krakowskiej Akademii Górniczo-Hutniczej na podstawie medalu pięściarza Zbigniewa Pietrzykowskiego.

Niełatwa droga do sukcesu

Dzieciństwo Barbary Ślizowskiej przypadło na czasy wojenne. W czasie Powstania Warszawskiego wraz z rodziną

przebywała w stolicy. Pewnego dnia, jako niezwracająca na siebie uwagi dziewczynka została posłana przez ojca po schowany w starej kamienicy zapas podtrzymującego siły cukru. Tak to wspominała: *Żeby tam dojść, trzeba było iść wykopem przez ulicę Wiejską, na Alejach Jerozolimskich stały barykady zrobione m.in. z portretów Hitlera. Musiałam się skulić, żeby przejść. W końcu dotarłam na miejsce, dozorca chciał, żebym została na dłużej. On i jego żona to byli bardzo sympatyczni ludzie, ale wolałam wracać. Przeszłam przez naszą Mokotowską, naraz jakaś kobieta wciągnęła mnie do bramy, mówi: „Zobacz, samoloty lecą”. Mam je w pamięci do dzisiaj.*

FOT. TWACAW KLAG / REPORTER / EAST NEWS

CZY WIECIE, ŻE...

...pierwszym Polakiem, który zdobył medal olimpijski w gimnastyce, był Jerzy Jokiel. Srebrny medal wywalczył na igrzyskach olimpijskich w Helsinkach (1952) w ćwiczeniach wolnych. Po zakończeniu kariery zawodniczej zajął się pracą szkoleniową. Był trenerem olimpijskiej drużyny gimnastycznej Meksyku (1967–1968), trenerem (wraz z żoną Dorotą Horzonek-Jokiel) sekcji gimnastycznej KS „27” Orzegów, KS „Slavia” Ruda Śląska. Po igrzyskach olimpijskich w Moskwie (1980) wyjechał z żoną do Hiszpanii, gdzie wspólnie trenowali członków klubu gimnastycznego w Barcelonie.



Jerzy Jokiel (1931–2020)

FOT. MIECZYŚLAW ŚWIDERSKI / NEWSPIX.PL

Niemcy zrzucili bomby (...). Budynek obrócił się w ruinę, dozorca wraz z żoną zginęli. Stało się to dosłownie kilka minut po tym, jak stamtąd odeszłam.

Kariera gimnastyczna Barbary Ślizowskiej w powojennym Krakowie zaczęła się właściwie przez przypadek: to jej siostra Halina została wybrana do sekcji gimnastycznej Wisty, a Basia zastąpiła ją, gdy dziewczynka zniechęciła się do treningów. Potem była już tylko ciężka praca. Po trzech latach treningów, w 1950 r., Barbara została mistrzynią Polski w ćwiczeniach na kółkach, a na mistrzostwa świata w Bazylei, na których Helena Rakoczy zdobyła cztery złote medale, pojechała jako 15-latką. Na mistrzostwach Polski „Ślizia” (tak nazywały ją koleżanki) wywalczyła złoto w ćwiczeniach na kółkach.

Jednak zaledwie rok później doznała kontuzji kolana. Z naciągniętym więzadłem pojechała na igrzyska do Helsinek (1952). Po powrocie przeszła nieudaną operację. Zawzięła się i po konsultacjach z lekarzem tak wyrobiła mięsień czworogłowy uda, że przy skokach to właśnie mięśnie zastępowały więzadła w kolanie. Po trzech latach intensywnej pracy, jako zawodniczka Wojskowego Klubu Wawel, wzięła udział w Mistrzostwach Wojska Polskiego i zajęła trzecie miejsce. To był pozytywny impuls, który dodał zawodnicze energii i zapału. W zaledwie rok przygotowała się do igrzysk w Australii, gdzie wraz z koleżankami z drużyny odniosła sukces. Dwa lata po zdobyciu brązowego medalu olimpijskiego, w 1958 r., Ślizowska zakończyła karierę zawodniczą z powodu kontuzji drugiego kolana – i rozpoczęła równie piękną karierę trenerską i sędziowską.

Trenerka, sędzia i działaczka sportowa

Barbara Ślizowska była trenerką kadry narodowej, a także olimpijskiej. Na igrzyskach w Meksyku (1968) startowały cztery jej wychowanki: Wiesława Lech, Łucja Ochmańska, Halina Daniec i Barbara Zięba. Ślizowska pełniła ponadto funkcję wiceprezesa Polskiego Związku Gimnastycznego oraz przewodniczącej komisji sędziowskiej PZG. W roku 1962 uzyskała stopień sędziego międzynarodowego. Pracowała podczas igrzysk w Tokio (1964) oraz w Moskwie (1980) i jako jedyna Polka została wyróżniona przez Międzynarodową Federację Gimnastyczną za bezbłędne sędziowanie konkursów najwyższej rangi.

Barbara Ślizowska sędziowała w zmaganiach międzynarodowych przez ponad 30 lat.

Źródło wykorzystanych w tekście cytatów:

Ćwiczę codziennie! [Rozmowa z Barbarą Ślizowską], 13.09.2018, <https://gdymilnaoklaski.pl/rozmowy-ze-sportowcami/cwicze-codziennie/>.



Polskie gimnastyczki na igrzyskach w Melbourne.

Brązowa drużyna z Melbourne

Obok Barbary Ślizowskiej brązowymi medalistkami australijskich igrzysk były:

Helena Rakoczy (1921–2014), gimnastyczka klubów krakowskich. Po zdobyciu czterech złotych medali na mistrzostwach świata w Bazylei (1950) stała się symbolem odrodzenia polskiego sportu po II wojnie światowej. Mistrzostwo Polski wywalczyła 26 razy. Po zakończeniu kariery sportowej pracowała jako trener, m.in. kadry narodowej.

Dorota Horzonek (1934–1992), gimnastyczka, instruktorka sportu, mistrzyni i reprezentantka Polski. Po zakończeniu kariery zawodniczej w wyniku kontuzji poświęciła się szkoleniu młodzieży. Towarzyszyła w pracy treningowej mężowi, Jerzemu Jokielowi, srebrnemu medalistcie olimpijskiemu w gimnastyce (Helsinki 1952).

Natalia Kot (ur. 1938), czołowa polska gimnastyczka przełomu lat 50. i 60., 36-krotna reprezentantka Polski, 15-krotna mistrzyni kraju, 2-krotna mistrzyni Europy. Prywatnie żona skoczka narciarskiego Piotra Wali, olimpijczyka z Innsbrucku.

Danuta Stachow (1934–2019), wszechstronna gimnastyczka, 9-krotna mistrzyni Polski, uczestniczka igrzysk w Melbourne (1956) i w Rzymie (1960), instruktorka sportu.

Lidia Szczerbińska (ur. 1934), oprócz brązu na igrzyskach w Melbourne wywalczyła dwa srebrne medale na Międzynarodowych Igrzyskach Młodzieży i Studentów w Warszawie (1955). Rok po igrzyskach wyjechała na stałe do Australii.

ZŹRÓDŁO: PAP / ARCHIWUM

Jan i Wiesław Ziemianinowie – bracia biathloniści

W lutym 1997 r. w słowackim Osrblie rozegrano 32. mistrzostwa świata w biathlonie. Indywidualnie Polacy zajęli odległe miejsca, ale w biegu drużynowym odnieśli sukces: wywalczyli brązowy medal. Członkami tamtej kadry byli bracia Jan i Wiesław Ziemianinowie.

Nikt się tego nie spodziewał, bo starty indywidualne nie napawały optymizmem. Na biathlonowych mistrzostwach globu w pierwszych dniach lutego 1997 r. biało-czerwoni byli gdzieś z tyłu; nawet Tomasz Sikora, indywidualny mistrz świata z Anterselvy (1995), w Osrblie uplasował się poza pierwszą dziesiątką. Do biegu drużynowego Polacy przystąpili w składzie: Jan Ziemianin, jego młodszy brat Wiesław, Tomasz Sikora i Wojciech Kozub. Po pierwszym strzelaniu, które bracia Ziemianinowie wykonali wzorowo, nadzieje w polskiej ekipie wzrosły. Podopieczni Aleksandra Wierietielnego po strzelaniu w pozycji leżącej zajmowali drugie miejsce, ustępowali jedynie faworyzowanemu Rosjanom.

Sikora i Kozub na strzelnicy pomylili się trzykrotnie, lecz nawet to nie podcięło Polakom skrzydeł. Pobiegli niestychanie szybko; starszy Ziemianin stwierdził potem, że nigdy wcześniej nie biegł w takim tempie. Z Białorusinami i Niemcami Polacy nie mieli szans, ale Norwegów wyprzedzili. A także Rosjan, którzy w drugiej części rywalizacji pudłowali na potęgę. Trzecie miejsce Polaków stało się faktem. Już na mecie Jan Ziemianin, zwany „Dziadkiem”, nie krył wzruszenia: *Osiemnaście lat morderczej pracy za mną, już myślałem, że nigdy nie stanę na podium. Pierwszy raz na mistrzostwa świata przyjechał mój ojciec i od razu oglądał taki sukces. Płakał zresztą jak bóbr. A mama w domu w Kasinie także na pewno szalała ze szczęścia.*



Finat pucharu świata w biathlonie w Hochfilzen. Zmiana polskiej sztafety – z lewej Jan Ziemianin, 1996 r.



Polski zespół biathlonistów zdobył w Osrblie brązowy medal mistrzostw świata w biegu drużynowym na 10 km. Od lewej: Wojciech Kozub, Tomasz Sikora, Jan Ziemianin oraz jego brat Wiesław, 5 lutego 1997 r.

„Dziadek”, polski chorąży

Jan Ziemianin przyszedł na świat 19 maja 1962 r. w Mszanie Dolnej. Na sportową drogę wkroczył w 1979 r. w SKS Turbacz Mszana Dolna – klubie, którego barwy reprezentował do roku 1990. Potem były Dynamit Chorzów i WKS Legia Zakopane.

Uchodził za człowieka spokojnego, a w jego dyscyplinie taka cecha mogła być przydatna. W ciągu całej kariery zdobył 14 tytułów mistrza kraju. Nieobce były mu również biegi klasyczne; w 1988 r., na krajowym czempionacie, zajął drugie miejsce w biegu na 50 km.

W 1992 r. „Dziadek” wziął udział w igrzyskach w Albertville. Miał wtedy 30 lat, a zatem był to późny olimpijski debiut. W pierwszej konkurencji, sprincie na 10 km na trasie w Les Saisies, zajął 29. pozycję na 94 biathlonistów. W Albertville Jan biegł także w sztafecie. Na drugiej zmianie wyprowadził nawet Polaków na 7. miejsce. Ostatecznie polski zespół dobiegł 9. na 21 startujących ekip. W ostatniej konkurencji olimpijskiej, biegu indywidualnym na 20 km, zajął 32. lokatę.

Dwa lata później olimpijską rywalizację toczono w Lillehammer, na Birkebeineren Skistadion. Do Norwegii pojechała wówczas nowa generacja naszych biathlonistów. Tomasz Sikora, niezwykle zdolny junior, oraz młodszy brat Jana, Wiesław, zbierali cenne doświadczenie. I już kilka tygodni po zakończeniu igrzysk w fińskiej miejscowości wspólnie z Janem Ziemianinem wywalczyli tytuł wicemistrzów Europy. Polacy ustąpili tylko Rosjanom.

W 1995 r. we włoskiej Anterselvie Sikora został mistrzem świata w biegu indywidualnym. Następnie zdobył wspomniany brązowy medal w sztafecie na mistrzostwach świata. Nad Wisłą rosta popularność biathlonu, ludzie z uwagą śledzili poczynania zawodników. Nic dziwnego, że przed kolejnymi zimowymi igrzyskami olimpijskimi – w Nagano (1998) – to właśnie przedstawiciele tej dyscypliny wskazywano jako polskie nadzieje medalowe.

Do Nagano Jan Ziemianin jechał jako 36-latek. Przypadł mu w udziale zaszczyt bycia chorążym polskiej reprezentacji. Dumnie prowadził koleżanki i kolegów, niosąc biało-czerwoną flagę. A potem wystartował w sztafecie 4 x 7,5 km.

Teraz to mogę powiedzieć – wystartowałem z lekką obawą. Cały sezon miałem jakieś choroby, kontuzje.

CZY WIECIE, ŻE...

...konkurencja łącząca bieg narciarski ze strzelaniem cieszyła się w latach 20. XX w. w Europie sporą popularnością, szczególnie wśród żołnierzy. Zawody pokazowe pod nazwą „patrol wojskowy” odbyły się na pierwszych zimowych igrzyskach olimpijskich w Chamonix w 1924 r. To właśnie z patrolu wojskowego wywodzi się współczesny biathlon.



Polska reprezentacja w wojskowym biegu patrolowym podczas międzynarodowych zawodów narciarskich FIS. Zakopane, luty 1929 r.

ŹRÓDŁO: NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE

W indywidualnych biegach nie startowałem i normalnie bałem się, że mogę zawałić. Narty na szczęście dobrze jechały, więc pilnowałem tylko, żeby celnie strzelać. Udało się. Doładowałem tylko raz, w pozycji stojącej. Na ostatnim okrążeniu zrobiła się grupka: ja, Francuz, Włoch i Łotysz Upenieks, który miał jedną rundę karną, ale dyktował mocne tempo. Dobięgam do zmiany na 6. miejscu – relacjonował „Dziadek” już po zakończeniu rywalizacji.

W Japonii Polacy zajęli znakomitą piątą pozycję. Dla Jana Ziemianina był to ostatni olimpijski występ. Kariere zawodniczą zakończył po sezonie 1998/1999. Został trenerem i popularyzatorem biathlonu.

Najlepszy na pierwszą zmianę

W Lillehammer i Nagano Jan biegł i strzelał razem z bratem. Wiesław Ziemianin, bo o nim mowa, jest młodszy o osiem lat. Podobnie jak Jan, on też związał swoje życie z biathlonem. Zaczynał w 1987 r. w SKS Turbacz Mszana Dolna, karierę zakończył w 2009 r. w BKS Wojsko Polskie Kościelisko. Zazwyczaj to od niego trenerzy reprezentacji rozpoczynali ustalanie składu w sztafecie. I zwykle na tych pierwszych zmianach biegł wybornie.

Na krajowym podwórku Wiesław nie zdobył tylu tytułów co brat, lecz osiem złotych medali mistrzostw Polski też robi wrażenie. Za to na arenie międzynarodowej może poszczycić się większymi sukcesami: brat udział w mistrzostwach Europy w 1994 r. i mistrzostwach świata w 1997 r. Podobnie jak brat wywalczył w nich srebro i brąz. Był również członkiem polskiej kadry olimpijskiej na igrzyska w Nagano. Sikora stwierdził nawet, że na pierwszej zmianie tamtej sztafety Wiesław wysoko zawiesił poprzeczkę. Młodszy Ziemianin tak mówił o starcie w Japonii: *Z początku biegło mi się ciężko. Pierwsze strzelanie dobrze, ale na „stójce” musiałem doładowywać. Ostatnie kilometry biegłem już na „maxa” i skończyłem na czwartym miejscu. To był mój najlepszy bieg w tym sezonie.*

W 2002 r. Wiesław pojechał na igrzyska do Salt Lake City, a cztery lata później – do Turynu. Tam 21 lutego 2006 r. wystartował na pierwszej zmianie sztafety 4 x 7,5 km. Na strzelnicy spudłował tylko raz. Bieg dobrze. Na tyle dobrze, że Polacy po jego zmianie zajmowali piąte miejsce. Po nim ruszył Tomasz Sikora, który wyprzedził jeszcze dwie reprezentacje. Ale na trzeciej zmianie Michał Piecha zaliczył bardzo słabe strzelanie i koniec końców biało-czerwoni spadli na 13. miejsce.

Wiesław Ziemianin miał świetne wyniki w mistrzostwach Europy. W 2001 r. we francuskim Haute-Maurienne zaczął rywalizację od biegu indywidualnego na 20 km. Na strzelnicy pomylił się jedynie raz i do trzeciego Gaëla Poirée z Francji stracił trochę ponad 8 sek. Jednak już dzień później razem z Sikorą, Kozubem i Toporem wywalczył tytuł wicemistrzowski. W „Kibicu” pisano, że Ziemianin (...) był drugi w biegu

na 10 km seniorów – złotym medalistą został Francuz Vincent Defrasne, a brązowym Ukrainiec Wiaczesław Derkacz, a dzień później stoczył z rywalami dramatyczny bój w rywalizacji 12,5 km na dochodzenie. Zakopiańczyk nie dogonił Defrasne, ale dał się pokonać tylko atakującemu z siódmej pozycji Niemcowi Michaelowi Greisowi i znów stanął na podium.

Wiesław Ziemianin był też członkiem srebrnej sztafety, która w Zakopanem w 2000 r. zdobyła wicemistrzostwo Starego Kontynentu. Po odebraniu medalu żartował: *Mieszkam niedaleko Kościeliska i nie ukrywam, że w czasie mistrzostw chodzę do domu „na dokarmianie”. Może dzięki temu miałem tyle energii.*

Ostatni – brązowy – medal mistrzostw Europy młodszemu z braci wywalczył w 2004 r. w Mińsku. W tym samym czasie świat sportu usłyszał o jego goście wobec kolegów z kadry. W Oberhofie Tomasz Sikora został indywidualnym wicemistrzem świata. Ziemianin pożyczycył mu wtedy narty.



Wiesław Ziemianin podczas zawodów pucharu świata, 2003 r.

Polska reprezentacja w wojskowym biegu patrolowym podczas międzynarodowych zawodów narciarskich FIS. Zakopane, luty 1929 r.

ŹRÓDŁO: NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE

Testowałem narty z Tomkiem i moje wtedy jechały znacznie lepiej. Powiedziałem mu, że ja po tych wszystkich podróżach nie mam szansy na nic, choć byłem w niezłej formie. Zaproponowałem mu wówczas, by wziął moje narty. I tak się stało, a potem na nich pobiegł po medal – wspominał Ziemianin.

Trzy lata później zakończył karierę. Pojechał jednak na kolejne zimowe igrzyska, do Vancouver – jako serwismen.

Źródła:

B. Chruścicki, *Szczęście Dziadka i spółki*, „Trybuna Śląska” 1997, nr 31, s. 10.
 Dobrze strzelali, nieźle pobiegli, „Trybuna Śląska” 1998, nr 45, s. 15.
 T. Kalembe, *Biegł po medal MŚ, ale zeszywniał. Jego gest przeszedł do historii polskiego sportu*, <https://sport.interia.pl/biathlon/news-biegł-po-medal-ms-ale-zeszywniał-jego-gest-przeszedł-do-his,nid,6597416>.
 Medalowy zbiór Ziemianina, „Kibic” 2001, 29.01, s. 3.
 Nareszcie w czołówce, „Stowo Ludu” 1998, nr 45, s. 24.
 Z dedykacją dla trenera, „Trybuna Śląska” 2000, nr 24, s. 20.

Stefan Kostrzewski – na frontach wojennych i bieżni



Mecz lekkoatletyczny AZS Warszawa – BSC Berlin. Pierwszy z lewej Stefan Kostrzewski. Warszawa, maj 1934 r.

Pracowity i wszechstronny

Lekkoatleta Stefan Kostrzewski, zanim zaczął święcić triumfy na krajowych bieżniach, zasłużył się na froncie wojennym. Urodzony 4 sierpnia 1902 r. łodzianin w wieku 16 lat wstąpił do Wojska Polskiego, a tuż po ukończeniu 18. roku życia zgłosił się na ochotnika, by wziąć udział w wojnie polsko-bolszewickiej, która wkraczała właśnie w decydującą fazę. Został przydzielony do batalionu zapasowego 28. Pułku Strzelców Kaniowskich i walczył z najeźdźcą od 12 sierpnia do 3 września 1920 r.

Kostrzewski jako dziecko chętnie ścigał się z kolegami na podwórku, uczestniczył też w organizowanych

w łodzi biegach ulicznych. Po powrocie z frontu oficjalnie został zawodnikiem łódzkiego Klubu Sportowego i zdążył w jego barwach zdobyć pierwszy tytuł mistrza Polski – w biegu na 5000 m, który odbył się w 1923 r. w parku Sobieskiego w Warszawie. Jesienią tego samego roku, w związku z tym, że studiował już na Wydziale Mierniczym Politechniki Warszawskiej, biegacz przeniósł się do AZS Warszawa.

W 1924 r. Kostrzewski potwierdził swój potencjał: został mistrzem Polski w biegu na 400 m przez płotki oraz w sztafetach 4 × 100 m i 4 × 400 m, a także w biegu drużynowym na 3000 m. Prasa nazywała go bohaterem, doceniając jego talent, a sportowiec wzmocniał go ciężką

pracą. Dbał o jak najlepsze przygotowanie do zawodów, a zimą – wzorem zagranicznych sportowców – jako jedyną z metod treningowych często wybierał grę w koszykówkę. Kostrzewski znalazł się w reprezentacji Polski na igrzyska olimpijskie w Paryżu w 1924 r., ale nie osiągnął tam sukcesu – odpadł w przedbiegach.

Znakomity talent fizyczny połączony z pełnowartościową konstrukcją moralną daje harmonijny typ dodatni sportowca o wysokiej technice, wybitnej ambicji i pracowitości – pisano w 1926 r. w prasie sportowej. Komplementowano ładny styl biegu Kostrzewskiego, jego długi krok, sportową ambicję, szybkość i wytrzymałość. Młodzieniec z „płową czupry-

CZY WIECIE, ŻE...

...w czasach PRL podczas międzynarodowych meczów lekkoatletycznych na sportowych strojach biało-czerwonych widniał napis „Polska”, a nie skrót „PRL”. To zdecydowanie odróżniało reprezentację Polski od zespołów innych państw znajdujących się za żelazną kurtyną – Czechosłowacji (CSRS) czy Związku Socjalistycznych Republik Sowieckich (CCCP). Ten szczegół miał jednoznacznie patriotyczny wydźwięk i antykomunistyczne zabarwienie.



Reprezentanci Polski podczas meczu lekkoatletycznego Polska – Norwegia w 1955 r.

FOT. TADUSZ DRANKOWSKI / PAP

na”, jak opisywali sprawozdawcy, niewątpliwie był w światowej czołówce czterystumetrowców. Wykazywał się ponadto rzadko spotykaną wszechstronnością. W latach 1923–1937 zdobył łącznie 27 tytułów mistrza Polski w 9 konkurencjach biegowych (110 m przez płotki, 400 m, 400 m przez płotki, 800 m, 3000 m drużynowo, 3000 m z przeszkodami, 5000 m, sztafety 4 × 100 m i 4 × 400 m), do których dołożył 14 srebrnych i 3 brązowe medale. Pod tym względem nie miał sobie równych w międzywojennej Polsce.

Intendent i emigrant

Mimo dominacji na krajowych bieżniach Stefanowi Kostrzewskiemu nie udało się osiągnąć olimpijskiego sukcesu. W 1928 r. na igrzyskach w Amsterdamie odpadł w przedbiegach na 400 m i w sztafecie 4 × 400 m, a w biegu na 400 m przez płotki dotarł do półfinału. Dług w nim prowadził, ale w końcówce opadł z sił i nie awansował do finału. Niepowodzenie nie zmniejszyło jednak jego zadowolenia z udziału w igrzyskach, po których oprócz wspomnień pozostała mu przyjaźń z brytyjskim lordem Davidem Burghleyem, zwycięzcą rywalizacji na 400 m przez płotki.

Podobnie jak wielu ówczesnych polskich zawodników, Stefan Kostrzewski karierę sportową musiał łączyć z pracą zawodową, by zarobić na utrzymanie. Przez lata pracował jako intendent w Instytucie Geologicznym. Po wybuchu II wojny światowej jako podporucznik brał udział w walce obronnej w 1. Pułku Piechoty Legionów. Po klęsce wyostał się z kraju i wstąpił do Polskich Sił Zbrojnych na Zachodzie. Walczył pod Narwikiem, uczestniczył też w inwazji aliantów w Normandii. Został odznaczony Krzyżem Walecznych, a udział w wojnie zakończył w stopniu kapitana w 9. Batalionie Strzelców Flandryjskich w ramach 1. Dywizji Pancerniej gen. Stanisława Maczka.

Po wojnie, nie widząc możliwości powrotu do kraju, Kostrzewski został w Anglii. Tam odwiedził swojego przyjaciela z igrzysk w Amsterdamie – lorda Burghleya. Ten zdawał sobie sprawę z trudnej sytuacji polskiego oficera, dlatego zaproponował mu pracę zarządcy w swojej podlondyńskiej posiadłości. Polak nie zapomniał o swoim pierwszym klubie: gdy w 1946 r. ŁKS przygotowywał się do powrotu do rozgrywek sportowych, namówił brytyjskiego przyjaciela do sfinansowania zakupu sprzętu piłkarskiego i lekkoatletycznego. Po dotarciu przesyłki z Anglii w łodzi zapanowała radość – w tych trudnych czasach klub otrzymał dostęp do najlepszego sprzętu w kraju.

Wkrótce potem Stefan Kostrzewski wyjechał do Kanady, do prowincji Ontario, gdzie zaczął prowadzić własną farmę. Następnie wrócił do wyuczzonego zawodu: zatrudnił się w wydziale architektury w Galt (obecnie jest to część miasta Cambridge), w której to miejscowości zmarł 24 lutego 1999 r.



Stefan Kostrzewski (po prawej) i Janusz Kusociński w czasie zawodów lekkoatletycznych w Warszawie, sierpień 1931 r.

Źródła:

M. Kondraciuk, *90 lat od zwycięstwa Stefana Kostrzewskiego z ŁKS. Wbiegł do historii łodzi na Agrykoli*, <https://dzienniklodzki.pl/90-lat-od-zwyciestwa-stefana-kostrzewskiego-z-lks-wbiegl-do-historii-lodzi-na-agrykoli/ar/975717> [dostęp: 30.06.2022].
Kostrzewski Stefan Franciszek (1902–1999) [w:] B. Tuszyński, H. Kurzyński, *Leksykon olimpijczyków polskich. Od Chamonix i Paryża do Soczi 1924–2014*, wyd. 3 popr. i uzupeł., Warszawa 2014.
Lekkoatletyczne Mistrzostwa Polski, „Stadion” 1924, nr 38.
Otwarcie lekkoatletycznej olimpiady, „Stadion” 1928, nr 32.
J. Szyszko, *Średniodystansowcy naszą chlubą*, „Stadion” 1926, nr 32.
J. Szyszko-Bohusz, *Jak Niemiec Trossbach skapitulował przed Kostrzewskim*, „Stadion” 1927, nr 27; *Czechosłowacja–Polska*, „Stadion” 1927, nr 38.
Wielkie tradycje polskiego sportu: Do biegu, gotowi..., Kraków 2022.
Zwycięstwo pracy, „Stadion” 1924, nr 23.

„Wiwat szabla polska!”

„Trafić, nie będąc trafionym!” – to podstawowa zasada w sztuce walki floretem, szpadą i szablą. Sprawność ręki, sokole oko, precyzja ruchów i wrodzona odwaga są atrybutami doskonałego szermierza. Już w średniowieczu szermierka rozwijała się prężnie, a uczono jej na zachodzie Europy w licznych szkołach i akademiach władania bronią. W arkanach szermierki wprowadzali głównie fechtmistrzowie francuscy, hiszpańscy i włoscy, którzy udowodniali, że siłą fizyczną da się przezwyciężyć zręcznością, sprytem i gracją.



Zdobywcy brązowego medalu na letnich igrzyskach olimpijskich w Los Angeles. Stoją od lewej: Władysław Segda, Władysław Dobrowolski, Adam Papée, Marian Suski, Jerzy Zabielski. Siedzą od lewej: Leszek Lubicz-Nycz, trener Bela Szombathely, Tadeusz Friedrich.

Szermierze Niepodległej na olimpijskich planszach

Szermierka w swej sportowej odmianie zaistniała na ziemiach polskich w latach 80. XIX w. Jednak dopiero w Niepodległej szermierze mogli bez żadnych ograniczeń ćwiczyć się w sztuce władania białą bronią z użyciem „najrozmaitszych parad, uderzeń, zdrad i przepisów”. W 1922 r. powołano do istnienia Polski Związek Szermierczy, którego współtwórcą był inżynier Włodzimierz Mańkowski – autor prekursorskiego podręcznika *Szermierka na szable*. Z kolei rok 1924 przyniósł pierwsze mistrzostwo kraju w tej dyscyplinie oraz debiutancki

występ polskich szermierzy na olimpijskich planszach w Paryżu. Dopiero jednak na igrzyskach w Amsterdamie (1928) doborowa drużyna polskich szablistów – Tadeusz Friedrich, Kazimierz Laskowski, Aleksander Matecki, Adam Papée, Jerzy Zabielski i Władysław Segda – wywalczyła olimpijski brąz, pokonując Anglików, Amerykanów, Belgów, Holendrów i Niemców. Polacy przegrali jedynie z Włochami i Węgrami.

Na kolejne igrzyska, do Los Angeles (1932), popynęli polscy mistrzowie szabli: Władysław Dobrowolski, Tadeusz Friedrich, Leszek Lubicz-Nycz, Władysław Segda, Adam Papée i Marian Suski. Niezwykłe zwycięstwo przyszło im stoczyć z gospodarzami – zawodnikami najwyższej klasy. Gdy już wydawało się, że to re-

prezentanci USA przechyliły szalę zwycięstwa na swoją stronę, stało się coś nieoczekiwanego – Polacy zadali rywalom zdecydowany i ostateczny cios. Białoczerwonych niósł do walki szaleńczy wręcz doping Polonii. Wygrana Polaków w trafieniach: 60 do 59. Tryumf sprawia, że *Amerikanin sam zdejmując maskę i składając rycersko gratulacje zwycięzcy spotkania i meczu. Długie niemilkące brawa nagradzają czyn tych, którzy będąc w gorszej pod każdym względem sytuacji, potrafili rzucić na szalę wyższe walory moralne, większą wolę zwycięstwa, większe zdecydowanie, więcej odwagi, byli jednym słowem lepszymi sportowcami*. Ta emocjonująca walka pozwoliła Polakom stanąć na podium z brązowym medalem olimpijskim.



CZY WIECIE, ŻE...

...za polskiego szablistę wszech czasów uznawany jest Jerzy Pawłowski. Jego kariera to pasmo sukcesów; wziął udział w sześciu igrzyskach i zdobył pięć medali olimpijskich w szabli: w Melbourne (srebro indywidualnie i srebro drużynowo), w Rzymie (srebro drużynowo), Tokio (brąz drużynowo) i Meksyku (złoto indywidualnie). Czternastokrotnie zostawał mistrzem Polski we florecie i w szabli, a w drużynie – 22 razy (floret, szabla, szpada).



Jerzy Pawłowski, 1968 r.

ŹRÓDŁO: DOMENA PUBLICZNA

Władysław Dobrowolski. W żywole walki

Wśród brązowych medalistów z Los Angeles znalazł się Władysław Dobrowolski, człowiek, którego żywiołem była walka – nie tylko sportowa, lecz także ta o odrodzenie Rzeczypospolitej. Już w młodości działał najpierw w Kole Młodzieży Niepodległościowej, a potem w szeregach Związku Strzeleckiego i PPS. W czasie I wojny światowej bił się w 5. Batalionie I Brygady Legionów. Został dwukrotnie ranny – najpierw 3 sierpnia 1915 r. pod Lubartowem, a rok później na Reducie Piłsudskiego pod Kostiuchnowką. Był też członkiem Polskiej Organizacji Wojskowej. W jej szeregach walczył o ostateczny kształt granic Rzeczypospolitej, następnie zaś bronił jej przed nawałą bolszewicką w Bitwie Warszawskiej.

Kiedy umilkły działa, Dobrowolski poświęcił się swej wielkiej pasji: lekkoatletyce. Po tytuł mistrza Polski sięgał kilkanaście razy – w biegach, rzucie oszczepem, skoku w dal i sztafecie. Gdy jednak zasmakował w fechtunku podczas oficerskiego kursu w Centralnej Wojskowej Szkole Gimnastyki i Sportów, nabrał pewności, że z tą właśnie dyscypliną zwiąże swe dalsze losy. Jako pierwszy Polak stanął w szermierze szranki z rywalami w finale mistrzostw Europy w Warszawie w 1934 r. Wtedy też wszyscy przekonali się, że *Polacy należą istotnie do ekstraklasy europejskiej, zarówno zespołowo, jak i indywidualnie. Mówiły o tym nie tylko suche wyniki spotkań, lecz i postawa, jaką szablisty nasi zajmowali stale na planszach wobec wirtuozów włoskich czy węgierskich*.

Władysław nie ustawał w wysiłkach. Białoczerwone barwy reprezentował też na kolejnych igrzyskach olimpijskich w Berlinie (1936), a w Polsce zdobył tytuł mistrza armii (1937).

Był także pomysłodawcą polskiej gimnastyki radiowej. Dzięki niemu tysiące Polaków rozpoczęło swój dzień od przysiadów i skłonów, wykonywanych w rytm muzyki. Opracowany przez niego program pozwalał w ciągu kwadransu *rozgrzać najważniejsze mięśnie i z samego rana dostarczać dawkę dobrej energii na cały dzień. (...) Najwytrwalsi codziennie tuż po szóstej rano otwierali na oścież okna, przekreślali pokrętno radioodbiornika i przystępowali do gimnastyki (...), która ma na celu (...) osiągnięcie przez ćwiczących doskonałej i harmonijnej kondycji*.

We wrześniu 1939 r. plansze pojedynków szermierczych Dobrowolski zamienił na plac boju z niemieckim najeźdźcą. Jako dowódca 1. Batalionu 21. Pułku Piechoty „Dzieci Warszawy” walczył pod Mławą, bronił Modlina, a potem zagrożonej stolicy. Po zakończeniu wojny powrócił do szermierki, znakomicie sprawdził się również w roli trenera zawodników RKS Marymont. Wprowadzał w arkanach fechtunku m.in. podwójnego mistrza olimpijskiego Witolda Woyde oraz dwukrotnego medalistę igrzysk Ryszarda Parulskiego.

Teodor Zaczyk. Ślżak, co z szablą zapuszczał się na wroga

Pochodzący z małowiczych okolic Raciborza Teodor Zaczyk jako młodzieniec walczył o przyłączenie swej rodzinnej ziemi do Polski, która właśnie wróciła na mapy. Mając 19 lat, wstąpił do Polskiej Organizacji Wojskowej Górnego Śląska, brał udział w akcji plebiscytowej, a gdy w jego stronach wybuchło II powstanie śląskie, bez wahania chwycił za broń. Bił się z Niemcami jako żołnierz 4. Raciborskiego Pułku Piechoty w ramach Grupy „Południe” i sam dowodził jednym z plutonów w kompanii.

W Niepodległej podjął służbę w Policji Województwa Śląskiego w Katowicach, która rekrutowała się głównie z ludzi walczących o polską sprawę na Śląsku. W jej szeregach panował sportowy duch, a każdy policjant przechodził obowiązkowe szkolenie z zakresu... szermierki. W tajniki wyrafinowanych cięć i pchnięć wprowadzał ich znany w stolicy fechtmistrz Leon Koza-Kozarski. *Szkoleni przez Kożę zawodnicy odnosili pierwsze sukcesy, a już wkrótce mieli dołączyć do szermierczej elity. Podbijali nie tylko areny krajowe – budzili respekt również na planszach międzynarodowych. Drużyna osiągnęła tak wysoki poziom, że nie miała sobie równych praktycznie w całym kraju*.

Teodor Zaczyk, którego od pierwszego pchnięcia szpadą oczarowały „piękno szermierczych ruchów i szlachetność rywalizacji”, podczas mistrzostw Katowic w 1933 r. okazał się królem szabli. Pierwsze miejsce na podium zajął też na mistrzostwach Policijnego Klubu Sportowego w 1934 r. i przez dwa kolejne lata skutecznie



Teodor Zaczyk w latach 30. XX w.

bronił wywalczonego tytułu. W 1936 r. godnie reprezentował Polskę na igrzyskach olimpijskich w Berlinie, gdzie operował „prostymi, ale bardzo szybkimi flesztami”.

We wrześniu 1939 r. Zaczyk znów chwycił za broń. W czasie okupacji walczył z wrogiem w akowskim podziemiu.

Po zakończeniu wojny powrócił do szermierczej pasji – w wieku 46 lat zdobył tytuł mistrza Polski w szabli oraz wicemistrza w szabli i szpadzie. Ciągłe był w znakomitej formie, toteż reprezentował kraj na igrzyskach w Londynie (1948). Nigdy nie rozstał się z szermierką, nawet wtedy, gdy w 1952 r. zakończył karierę w pięknym stylu, zdobywając trzy tytuły mistrza Śląska – we florecie, szabli i szpadzie. Spełniał się ponadto w roli trenera katowickiej Stali i Baildonu, w Technikum Wychowania Fizycznego w Katowicach i szkółce Centralnej Rady Związków Zawodowych. Jak pisał dziennikarz „Przeglądu Sportowego”, charakteryzując zawodników berlińskich igrzysk, *Zaczyk to poprawność, twardość, nieustępliwość, technika*.

W awangardzie obrońców ojczyzny

Z szeregów mistrzów polskiej szpady wywodziła się awangarda obrońców Niepodległej. Znalazł się wśród nich „ludzki, męski i mężny” dawny legionista, major Leszek Lubicz-Nycz – brązowy medalista z Los Angeles, niedościgniony w szabli mistrz Polski (1931, 1934) i mistrz Wojska Polskiego (1928), brązowy medalista mistrzostw Europy (1930, 1934). Do boju z najeźdźcą stanęli też jego koledzy z szermierczej drużyny olimpijskiej. Marian Suski w czasie wojny obronnej 1939 r. był dowódcą łączności w Dowództwie Obrony Warszawy, po klęsce wrześniowej trafił do oflagu, a następnie służył w II Korpusie Polskim we Włoszech. Major Władysław Segda, który także bił się o Polskę po napaści Niemiec, wstąpił potem do Polskich Sił Zbrojnych. Po wojnie uczył szermierki na Uniwersytecie Edynburskim. Z kolei Tadeusz Friedrich i Adam Papée walczyli w Powstaniu Warszawskim.

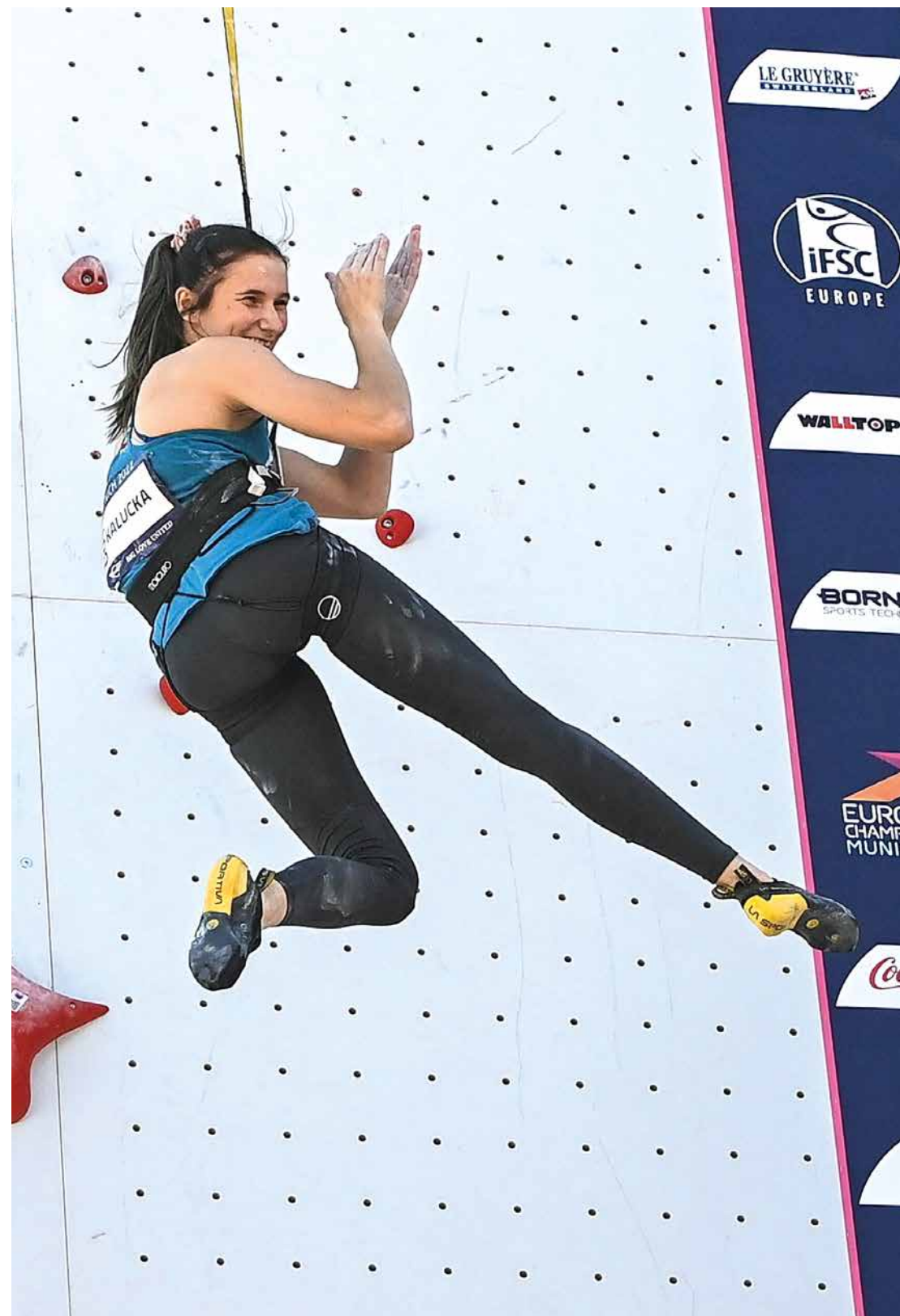
Historię polskiej szermierki znaczą wyczyny pierwszych „mocarzy szabli, szpady i floretu”, którzy dokonywali cudów zręczności na olimpijskich planszach i dawali dowody męstwa na krwawych polach bitew. Zapisali oni piękną kartę w dziejach polskiego sportu, świadcząc o tym, że szermierka to domena ludzi rycerskich i honorowych. ■

Źródła:

L. Cergowski, *Szermierka. Potomkowie Wołodyjowskiego*, [w:] *Igrzyska stare jak świat*, Warszawa 1976.
K. Janiszewska, M. Stokłosa, A. Wójcik, *Sportowcy dla Niepodległej. Opowieść o rok powstania śląskich*, Kraków 2021.
M. Stokłosa, A. Wójcik, *Sportowcy dla Niepodległej. Opowieść o stulecie Bitwy Warszawskiej*, Kraków 2020.
Triumf Węgrów na szermierczych mistrzostwach Europy, „Kurier Warszawski” 1934, nr 179, s. 5.
Wiwat szabla polska!, „Przegląd Sportowy” 1932, nr 66, s. 6.

Zawsze staram się tak samo

Rozmowa z **Aleksandrą Kałucką**, mistrzynią Polski, srebrną medalistką mistrzostw Europy, zwyciężczynią w klasyfikacji generalnej pucharu świata we wspinaczce sportowej



FOT. PAWEŁ SKRABAN / PAP

Aleksandra Kałucka podczas mistrzostw Europy we wspinaczce sportowej w Monachium w 2022 r. zdobyła srebrny medal we wspinaczce na czas.

Sport wspinaczkowy fascynował panią od początku czy musiała się pani do niego przekonywać?

Trafiłam na ściankę wspinaczkową w wieku ośmiu lat dzięki akcji „Lato”, którą organizowano w moim rodzinnym mieście, Tarnowie. Zabrał mnie tam mój starszy brat. Zakochałam się w tym sporcie od pierwszego wejścia. Gdy byłam dzieckiem, razem z siostrą [Natalią, złotą medalistką igrzysk europejskich – przyp. red.] miałyśmy niemal obsesję na punkcie wspinaczki, żyłyśmy tylko nią – w zasadzie nadal żyjemy, ale rzecz w tym, że wyłącznie dla frajdy trenowałyśmy bardzo intensywnie od samego początku. Z czasem do tej zabawy i przyjemności zaczęły dochodzić sukcesy.

A więc wspinaczka stała się integralną częścią pani życia już w dzieciństwie. Jaką rolę odgrywali w tym inni zawodnicy? Tarnów ma duże tradycje sportowe, jeśli chodzi o tę dyscyplinę.

U nas w mieście śmiejemy się, że gdzie rzucisz kamieniem, tam trafisz w jakiegoś mistrza świata, bo mamy tutaj tak wielu świetnych zawodników. Dzięki temu od dziecka obracałam się w środowisku ludzi, którzy zdobywają medale. To mnie motywowało i pomagało mi osiągać sukcesy. Ta lokalna „sztafeta pokoleń” wspinaczy ma znaczenie – młodzi zawodnicy od początku obracają się wśród osób, które mają osiągnięcia i traktują ten sport poważnie, i kontynuują medalowe tradycje.

Ważne było też powstanie w Polsce tzw. standardu, czyli 15-metrowej ścianki. Około 2015 r. wybudowano taką w Tarnowie, w hali Akademii Nauk Stosowanych. Był to chyba jeden z pierwszych tego rodzaju obiektów. Obecnie w kraju jest ich może pięć, sześć.

Czy w początkach pani kariery był ktoś, kto panią inspirował?

Taką osobą była Klaudia Buczek, która jest ode mnie starsza i również ma siostrę bliźniaczkę. To wyglądało zabawnie, kiedy na treningach zjawiały się dwie pary bliźniaczek: ja i Natalia oraz siostry Buczek. Inspirowałyśmy się nimi. Obecnie staram się być na bieżąco w sporcie, nie tylko jeśli chodzi o wspinaczkę. Lubię obserwować, jak radzą sobie moi znajomi z innych dyscyplin. Na igrzyskach młodzieżowych w 2018 r. w Buenos Aires miałam okazję poznać wielu sportowców, z którymi utrzymuję teraz kontakt i którym kibicuję.

Jakie to doświadczenie – wyjechać na inny kontynent na tak dużą imprezę?

To było świetne przeżycie i jeden z moich najciekawszych wyjazdów. Zetknęłam się wtedy z olimpiżmem i zobaczyłam, co to znaczy uprawiać sport na poziomie olimpijskim. Nie tylko poznałam wiele osób, ale też zobaczyłam na żywo inne dyscypliny – wyszłam ze wspinaczkowej „bańki” i mogłam spojrzeć na sport z innej perspektywy. Ten wyjazd trwał około trzech tygodni



CZY WIECIE, ŻE...

...wspinaczka sportowa to młoda dyscyplina, która zadebiutowała na igrzyskach w Tokio (2020). Rozdano wtedy po jednym komplecie medali dla kobiet i mężczyzn w konkurencji łączonej (bouldering, wspinaczka na szybkość i zawody w prowadzeniu). Na najbliższych igrzyskach w Paryżu (2024), ku zadowoleniu zawodników, wspinaczka na szybkość będzie osobną konkurencją.

i dużo mi dał. Poczłam przynależność do polskiego środowiska sportowego, do reprezentacji Polski.

Jeżeli mówimy o możliwości spotkania ze sportowcami z innych dyscyplin, to jak wspomina pani Olimpijski Festiwal Młodzieży Europy?

Zawsze mnie cieszy, kiedy mam okazję obserwować zawodników różnych dyscyplin, patrzeć, co robią, jak się rozgrzewają, rozciągają... To fajne doświadczenie. Na Olimpijskim Festiwalu Młodzieży w sportach zimowych byłam w roli ambasadora. Wiele mnie to nauczyło, bo zobaczyłam wtedy sporty, o których nie miałam wcześniej pojęcia. Bardzo lubię takie sytuacje, bo to poszerza horyzonty.

Uprawia pani rekreacyjnie jakiś sport zimowy?

Próbuję swoich sił na nartach biegowych. „Próbuję” – bo różnie wychodzi. Jeżdżę też na nartach zjazdowych, ale raczej staram się unikać sytuacji, które mogą prowadzić do kontuzji. Sporty zimowe to niespecjalnie moja bajka – ja lubię ciepło, lato – jednak niektóre z nich są ciekawe. Podczas Olimpijskiego Festiwalu Młodzieży Europy po raz pierwszy miałam okazję zobaczyć, jak wygląda short track, i jestem pod ogromnym wrażeniem. To coś fantastycznego!

Czy w takim razie uprawia pani rekreacyjnie jakieś sporty letnie?

Raczej ćwiczenia lekkoatletyczne na stadionie: truchty, krótkie biegi... Lubię też dłuższe spacerki albo lekkie wędrówki górskie, ale po niskich szczytach. Skupiam się jednak na wspinaniu. Razem z siostrą bardzo lubimy między sezonami w ramach odpoczynku pojechać i wspiąć się na jakieś skały na wolnym powietrzu.

Powszechna jest opinia, że Małopolska to wyjątkowy region pod względem możliwości uprawiania sportów na świeżym powietrzu – są rzeki, jeziora, góry. Czy korzysta pani z tej różnorodności? Pewnie pozwala to przełamać monotonię treningów?

Myślę, że tak, chociaż ja trenuję głównie na hali. Ale możliwość oderwania się od tego i wyjścia nawet na spacer do lasu naprawdę dużo daje, zwłaszcza dla psychiki. Treningi halowe rzeczywiście są monotonne, każdy dzień czasami wygląda tak samo. Zmiana otoczenia bywa wręcz konieczna.



Wydawca: Fundacja Instytut Łukasiewicza
ul. Jaskółcza 4/1, 30-105 Kraków, tel. 12 340 93 70, fax 12 340 93 71
e-mail: info@instytutlukasiewicza.pl
www.instytutlukasiewicza.pl

Zespół redakcyjny: Maciej Zdziański, Agnieszka Kowalczyk, Przemysław Mazur, Filip Paluch, Grzegorz Skatka, Magdalena Stoktosa, Dorota Stolecka, Aleksandra Wójcik
Autorzy zaproszeni do współpracy: Marta Bosak, Tomasz Sowa
Konsultacja merytoryczna: dr hab. Robert Gawkowski
Projekt graficzny i skład: Jacek Zwolski, Tomasz Żytko
Druk: Drukarnia Sosnowiec Polska Press Sp. z o.o.

Projekt dofinansowany ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki w ramach Programu „Sport dla Wszystkich”.



Ministerstwo Sportu i Turystyki

Nazwa zadania: Dofinansowanie zadań z zakresu upowszechniania sportu realizowanych przez fundacje działające w obszarze kultury fizycznej.

Podczas igrzysk olimpijskich w Tokio Aleksandra Mirosław pobiła rekord świata we wspinaczce na czas.



FOT. LESZEK SZYMAŃSKI / PAP



FOT. ANDRZEJ GRYGIEL / PAP

Aleksandra Kałucka wspina się na czas podczas mistrzostw Polski we wspinaczce sportowej w Gliwicach, 2020 r.

Które z dotychczasowych zawodów wspomina pani jako szczególnie ważne? Nie ze względu na wynik, lecz emocje, to, co pani czuła i jak to na panią wpłynęło.

W moich początkach wspinania, gdy miałam jakieś 13, 14 lat, w Tarnowie odbywał się puchar Europy juniorów. Ra-

czej nie byłam jeszcze zawodniczką, która mogłaby wystartować za granicą, nie miałyby to sensu, zresztą nie było warunków finansowych. Jednak zawody odbywały się u mnie w mieście, co umożliwiło mi start. Pamiętam to niesamowite uczucie – wziąć udział w międzynarodowych zawodach, uwierzyć w siebie i w to, że jest to możliwe. Ogromnie przeżywałam też fakt, że na tych właśnie zawodach moja siostra zdobyła swój pierwszy medal międzynarodowy – srebro!

Inne ważne zawody to zesztoroczny puchar Polski, pierwsze moje zawody po złamaniu nogi. Od złamania minął rok i byłam przygotowana do startu. Pobiłam wtedy swój rekord życiowy! Rozpłakałam się ze wzruszenia, że udało mi się wrócić do sportu, bo nie do końca w to wierzyłam. Nie sądziłam, że będę mogła znowu rywalizować na takim poziomie.

Pewnie trudno było odbudować formę i wiarę w swoje możliwości po kontuzji.

Złamanie otwarte kości goleni sprawiło, że mój powrót do sportu stanął pod znakiem zapytania. W jednej chwili straciłam wszystko – przynajmniej tak mi się wydawało. Jednak dzięki mojemu sztabowi szkoleniowemu, trenerowi, fizjoterapeucie i pani psycholog udało mi się wrócić do poziomu sprzed kontuzji. Ich wsparcie dużo mi dało. Ich pomoc sprawiła, że wróciłam do sportu, i to silniejsza niż wcześniej. Przed złamaniem nogi nie bardzo wierzyłam w to, że kiedyś będę walczyć o medale, a półtora roku później zdobyłam srebro w pucharze świata! To doświadczenie wiele mnie nauczyło, uświadomiło mi dużo rzeczy. Było ciężko, również psychicznie, ale dałam radę i teraz jestem tu, gdzie jestem.

Czy psychika to decydujący czynnik dla zawodników?

Myślę, że to można porównać do życia codziennego: zdrowie psychiczne i zdrowie fizyczne są tak samo ważne. Praca z psychologiem i psychologiem sportowym pomogła mi poukładać sobie wszystko w głowie. Myślę, że moje sukcesy w dużej mierze zawdzięczałam właśnie tej pracy. Dzięki temu tak szybko wróciłam po złamaniu, i to bez uszczerbku psychicznego.

Sukcesy po powrocie cieszą bardziej?

Chyba tak! Mam wrażenie, że czerpię większą satysfakcję z uprawiania sportu i zdobywania medali.

Szukajcie swojej drogi – sportu, który da radość i spełnienie

Rozmowa z **Nicole Konderlą**, reprezentantką Polski w skokach narciarskich, multimedalistką Zimowej Uniwersjady w Lake Placid (2023), uczestniczką igrzysk olimpijskich

W jednym z wywiadów opowiadała pani, że tata pomagał podczas pucharów świata w Wiśle, a pani mu wówczas towarzyszyła. Czy to był początek fascynacji skokami narciarskimi?

Wychowałam się w, można powiedzieć, typowym polskim domu, w którym zimą oglądało się skoki, od dziecka śledziłam więc konkursy w telewizji. Ale wtedy w Wiśle to faktycznie była moja pierwsza styczność z tym sportem na żywo. Jakis czas później przyszła myśl, że może ja bym też spróbowała skakać, i powiedziałam o tym rodzicom. Mama na początku była przeciwna, a tata znalazł kontakt do klubu w Wiśle i posłałam na pierwszy trening.

Przez kilka lat trenowała pani z Łukaszem Kruczkim. Jak pani wspomina tamten czas? Czy coś szczególnie zapadło pani w pamięć?

Lata współpracy z trenerem Łukaszem były niezwykle pozytywne. Z bardzo niskiego poziomu wyprowadził mnie na poziom, w którym osiągnęłam kwalifikację olimpijską i wystartowałam na igrzyskach w Pekinie. Wcześniej zdobyłam pierwsze punkty i sukcesy w pucharze świata. Trudno wybrać jeden najlepszy moment, bo cały ten okres był pozytywny.

W 2019 r. została pani powołana do kadry narodowej. Jakie emocje temu towarzyszyły?

Czułam zaskoczenie, ponieważ prezentowałam wtedy dużo niższy poziom niż reszta dziewczyn. Wiedziałam, że czeka mnie mnóstwo pracy, ale też czułam się niepełna, gorsza. Wiedziałam, że dziewczyny potrafią dużo lepiej skakać. Jednak z drugiej strony to był dla mnie ogromny kop motywacyjny, żeby jak najszybciej



Nicole Konderla podczas zawodów pucharu świata w Wiśle w 2022 r.

zabrać się do pracy i jak najlepiej wykorzystać czas i możliwości.

Na początku tego roku na Zimowej Uniwersjadzie w Lake Placid zdobyła pani trzy złote medale. Którego pania wówczas najbardziej ucieszył?

Myślę, że nie te złote medale, ale srebrny w sztafecie mieszanej, na którą składały się skoki i biegi narciarskie, wywalczony z biegaczką Weroniką Kaletą i kombinatorem Andrzejem Szczehowiczem. Oni byli blisko szans na medale w startach indywidualnych, lecz nie udało im się ich zdobyć. Dlatego była we mnie ogromna radość, że mogłam pomóc im w spełnieniu marzenia i przywiezieniu chociaż medalu drużynowego. Uważam, że to najcenniejszy medal tej imprezy, mimo że nie złoty.

Jak wygląda zainteresowanie skokami narciarskimi wśród kobiet w Polsce? Wydaje się, że nie są zbyt popularne.

Niestety nie. Ale generalnie na świecie jest jeszcze bardzo duża różnica między kobietami a mężczyznami w tym sporcie. Jednak i u nas małymi krokami się to rozwija. Im więcej będzie sukcesów kobiecej kadry seniorskiej, tym większe będzie zainteresowanie młodszych dziewczyn.

Na igrzyskach w Pekinie skakała pani m.in. z Kamilem Stochem czy Dawidem Kubackim. Czy starty w drużynie mieszanej są trudniejsze niż indywidualne skoki?

Ciężko to porównywać, bo to zupełnie inny typ zawodów. Z jednej strony skacząc w drużynie, czujemy większą presję, bo jeżeli zepsuje się swój skok, to ma

to wpływ na wynik wszystkich. Nie skacze się tylko dla siebie. Ale oprócz większej presji są też chyba trochę większa mobilizacja i motywacja, zwłaszcza jeżeli mam okazję skakać z takimi mistrzami, jak Dawid Kubacki, Piotrek Żyła czy Kamil Stoch. W indywidualnych zawodach jestem zależna w głównej mierze od siebie i warunków, jakie mi się trafią, więc na pewno mam większą kontrolę nad wynikiem.

Czy miałyby pani jakieś rady dla młodych ludzi, którzy zastanawiają się, czy warto uprawiać sport?

Myślę, że każdy sport wzmacnia dużo pozytywnych cech, które przydają się także w życiu pozasportowym, jak chociażby samodyscyplina. Człowiek, który codziennie trenuje, potrafi podejść do wielu problemów w sposób zadaniowy – trzeba coś zrobić, bo tego wymaga sytuacja, więc to robię, a nie odkładam na później. Dużym plusem sportowego życia jest też poznawanie świata, a wyjazdy na zawody dają taką możliwość. Mamy styczność z innymi, często odmiennymi kulturami. Możemy też ćwiczyć języki obce.

Życie sportowca nie jest łatwe, bo pojawia się dużo porażek, też, przykrych momentów, nie zawsze osiąga się to, co się chce. Ale czasem nawet te gorsze chwile wychodzą nam na dobre, przez porażki też wiele się uczymy. Chciałabym powiedzieć młodym osobom, żeby szukały własnej drogi, sportu, który da im radość i spełnienie. Bo robienie czegoś, co nie będzie w zgodzie z nami, choćby nie wiem jak prestiżowego, nie przyniesie nam radości. A trzeba czerpać radość z tego, co się robi, bo życie jest krótkie i fajnie przeżyć je jak najlepiej!