

„To takie bardzo szybkie szachy!”

O przygodzie ze sportem osób niepełnosprawnych, licznych osiągnięciach i różnych dyscyplinach, a zwłaszcza o swoim najnowszym odkryciu, czyli szermierce na wózkach opowiada Marcin Królikowski – student czwartego roku Wydziału GGiOŚ AGH

Jest sobota, późne popołudnie. Przez drzwi siłowni w Studium Wychowania Fizycznego i Sportu AGH przejeżdża Marcin Królikowski, tutaj bardziej znany pod pseudonimem „Królik”. Od ponad roku trenuje szermierkę na wózkach. Na salę przychodzi regularnie: W tej chwili kiedy zaczął się rok akademicki, wiele zależy od planu zajęć, ale staram się, żeby przynajmniej 3 razy w tygodniu coś się działo. Jednak w okresie wakacyjnym zdarzało się nawet 6 dni w tygodniu, po dwa razy dziennie – relacjonuje. Systematyczny trening, to akurat dla Marcina nic nowego. Ma za sobą kilkanaście lat uprawiania sportu wyczynowego.

Lubię się zmęczyć. Zawsze lubiłem wysiłek.

Najpierw przez około 7 lat narciarstwo klasyczne, zwieńczone występem na Paraolimpiadzie w Nagano w 1998. Gdzie w biegu na dystansie 7,5 km Królikowski zajął 6., punktowane miejsce. Ten start poprzedziły inne w Mistrzostwach Europy i Świata w tej dyscyplinie, tam Marcin plasował się zazwyczaj w środku stawki.

Karierę w sportach zimowych przerwały realia pogodowe i finansowe. Do treningów narciarskich potrzebny jest śnieg, również w lecie, co przy polskiej pogodzie wiąże się z kosztownymi wyprawami na lodowiec lub w inne chłodne miejsca. Jeśli nie mogę czegoś robić w 100%, tak jak się powinno, to po co? – kwituje ten etap.

W między czasie pojawił się także okres pływacki, starty m. in. w Mistrzostwach Polski, zakończone nawet nominacją do Paraolimpiady w Atlancie (1996). Jednak z powodu kontuzji wyjazd okazał się niemożliwy.

Chociaż Marcin startuje jeszcze w różnych imprezach pływackich (w 2008 roku np. zwyciężył w IV Ogólnopolskich Zawodach Pływackich Studentów Niepełnosprawnych) zagrożenie urazami, które nagle mogą znieweczyć całe przygotowania, zniechęciło go nieco do tej dyscypliny w wyczynowym wydaniu.

Następnie około 10 lat „Królik” jeździł w maratonach na wózkach. Zdobywał liczne Mistrzostwa Polski, brał udział w Mistrzostwach Świata, a w ostatnim sezonie startów został sklasyfikowany jako 10. w rankingu europejskim. Zakończenie tego długodystansowego pościgu wymusiła zbyt „krótka” doba. *W okresie startowym poświęcałem na treningi 6 godzin dziennie, więc wymagało to strasznie dużo czasu, a każdy człowiek musi z czegoś żyć. Pieniądze od sponsorów czasem się zdarzały, ale nie takie, żeby potem przejść na emeryturę i móc je zainwestować na przyszłość, a czas ucieka, więc teraz musiałem poświęcić się nauce i pracy* – podsumowuje kolejny sportowy rozdział.

Spotkałem się z Wojtkiem, rozmawialiśmy na temat szermierki, ale byłem do tego sceptycznie nastawiony.

Do sekcji szermierczej na AGH Marcina Królikowskiego przekonał jej twórca mgr Wojciech Ryczek (pracownik Studium WFis AGH, brązowy medalista Mistrzostw Europy we Florencie z 1991). Jak opowiada sam Marcin: Jak patrzysz na to z boku, to wygląda na bardzo statyczne, więc wydawało mi się, to bardziej odpowiednie dla kobiet. Rok temu na obozie sportowym w Wiśle była pierwsza próba i pomyślałem, że to ciekawe, więc warto.

Na wspomniany wyjazd szermierze pojechali razem z drużyną koszykarzy na wózkach, którzy też grają przy AGH. W tej ekipie „Królik” również zaliczył krótki epizod, jednak mówi: To nie dla mnie. Nigdy nie przepadałem za sportami zespołowymi. Kiedy sam za siebie odpowiadam, jeśli coś się uda to moja zasługa, a jeśli coś zepsuję to sam sobie zawiniłem. Najzabawniejszy jest w szermierce właśnie indywidualizm.

Choć czasem zostają siniaki, ślady po zadanych w ferworze





walki uderzeniach klingi, to liczy się przede wszystkim intelekt i bardzo szybkie myślenie, ponieważ z powodu bliskiej odległości między zawodnikami (brak możliwości „ucieczki nogami” do tyłu) walka toczy się bardzo dynamicznie – wg tych samych zasad, ale jeszcze szybciej niż w szermierce „sprawnej”. Bardzo ułatwia to integrację środowisk sprawnych i niepełnosprawnych sportowców, czego doskonałym przykładem są zarówno „łączone” turnieje, jak i sprawni sparingpartnerzy Marcina, którzy nie mogą jedynie wybijać się nogami do ataku i odrywać pośladek od wózka.

W tej chwili, po prostu trening.

Królikowski jako szermierz wylicza dotychczas wylicza dwa ważniejsze starty, mianowicie Mistrzostwa Polski i występ w Pucharze Świata o „szablę Kilińskiego”, gdzie zajął 21. miejsce w całej stawce i 7. wśród Polaków. Jednak swoje aktualne poczynania Marcin traktuje głównie jako dopełnienie aktywności fizycznej. Teraz trenuje, by utrzymać formę, stwierdza: Robię to dla siebie, dla własnej przyjemności, dlatego, że chcę, a jak przy okazji uda się coś osiągnąć, to czemu by nie? Jednocześnie po chwili dodaje: Do końca studiów to raczej zabawa, a później gdy czas pozwoli, chciałbym podejść do tego bardziej profesjonalnie, jak do sportów, które uprawiałem kiedyś.

Będzie to tym łatwiejsze, że do treningów nie jest potrzebne nic poza wolnym czasem oraz sprzętem, który jest w AGH zagwarantowany. Nie jest to sport wytrzymałościowy, więc nie powoduje tak wiele kontuzji, jak sporty siłowe, jednak po zaciętej walce można zejść z platformy ocierając pot. Ograniczenia wiekowe też nie mają większego znaczenia, zarówno

dwudziesto- jak i czterdziestolatek może wygrywać, jeśli ma refleks.

Co w tym fajnego? To jest fajne i tyle.

Kiedy pod koniec rozmowy proszę Marcina, aby podsumował dlaczego warto trenować szermierkę, myśli dłuższą chwilę: Walcząc właściwie się nad tym nie zastanawiam, ale jeśli ktoś gra w szachy i lubi rozwiązywać zagadki to na pewno polubi szermierkę. Najciekawsza jest ta niepewność, ponieważ niczego nie można przewidzieć. Można za to odreagować stres, przyjść i po prostu komuś przywalić – kończy wypowiedź z żartobliwym uśmiechem. Chociaż po chwili poważnieje i dodaje: Uczysz się też koncentracji i opamiętania. W walce musisz być pobudzony, ale nie możesz być za bardzo spięty, a to jest sztuka.

W celu wyrównania szans osób z różnymi niepełnosprawnościami, zawodnicy walczą w 3. kategoriach: do A należą osoby po amputacji kończyn dolnych, a także z porażeniami skutkującymi częściowym niedowładem w obrębie kończyn dolnych. Kategoria B to paraplegicy (porażenie mięśni brzucha lub tułowia, skutkujące słabszą grą ciałem), a C obejmuje tetraplegików (brak chwytu, itp.). Marcin ze względu na swoje przygotowanie fizyczne został przydzielony do najsprawniejszej grupy, choć ze względu na niepełnosprawność liczy na reklasyfikację do kategorii B. Jednak jak sam kończy rozmowę słowami: Nie chodzi o to, żeby od razu być mistrzem świata, najważniejsze żeby robić, to co się lubi.

Informację o terminie i miejscu odbywania się treningów znajdziecie na stronie internetowej www.zsn.agh.edu.pl/sport

Paweł Rozmus