



Sport

Łyżwiarstwo mnie ukształtowało

Łyżwiarstwo nauczyło mnie pracy nad sobą, radzenia sobie z porażkami i konsekwentnego dążenia do celu, nawet kiedy nie było łatwo.

ROZMOWA Z

AMELIA WITKOWSKA
uczennicą VII LO w Toruniu,
zawodniczką Międzyszkolnego
Klubu Sportowego Le Soleil

GAJA IWASZKIEWICZ: Jak zaczęła się twoja przygoda z łyżwiarstwem?

AMELIA WITKOWSKA: Kiedy miałam trzy lata, rodzice poszli ze mną na ślizgawkę. Od razu bardzo mi się spodobało, więc zostałam zapisana do szkoły łyżwiarskiej i zaczęłam regularne treningi.

Jak potoczyła się twoja dalsza sportowa droga?

– Po szkółce przeszedłam do akademii łyżwiarskiej, a następnie zostałam przeniesiona do klubu. Mając siedem lat, pojechałam na swoje pierwsze zawody. W wieku 11 lat odeszłam z łyżwiarstwa figurowego i przeszedłam wraz z moją grupą na łyżwiarstwo synchroniczne. Jechałam już na zawody międzynarodowe, mając spore osiągnięcia.

No właśnie o te osiągnięcia chciałam zapytać. Bo wiem, że znalazłaś się w tym roku w kadrze narodowej juniorów w łyżwiarstwie synchronicznym, a na mistrzostwach Polski w Gdańsku zajęłyście drugie miejsce.

– To prawda. Wcześniej też miałyśmy sukcesy. Kiedy byłam młodsza, to zajmowałyśmy pierwsze i drugie miejsca na zawodach w Szwajcarii, Holandii, Niemczech i na Węgrzech.

A z których osiągnięć jesteś najbardziej dumna?

– Z tegorocznego występu w kadrze narodowej w Budapeszcie, gdzie zajęłyśmy trzecie miejsce, ale pobiliśmy swój punktowy rekord życiowy.



• Amelia Witkowska z dyrektorem VII LO Tadeuszem Szudzikiem i wychowawcą klasy Irenuszem Bielickim. FOT. AMELIA WITKOWSKA

W jakich miejscach byłaś na zawodach i jak wspominasz swoje najlepsze turnieje?

– Miałam okazję startować w wielu krajach, m.in. w Czechach, Niemczech, Austrii, Francji, Anglii, Finlandii i Szwajcarii. Każde z tych miejsc ma swój wyjątkowy klimat i dało mi cenne doświadczenia. Najlepiej jednak wspomnę zawody w Finlandii – były świetnie zorganizowane, mieliśmy dużo czasu na spokojnie przygotowanie się do startu, a do tego panowała bardzo miła i przyjazna atmosfera.

Jak funkcjonujesz na lodzie w tak dużej grupie osób?

– Jest to na pewno wyzwanie, ale też coś, co bardzo dużo uczy. Trzeba być cały czas skupionym, przewidywać ruchy innych i reagować szybko na zmieniającą się sytuację. Dzięki temu rozwija się nie tylko technika, ale też koncentracja i świadomość przestrzeni. Z czasem człowiek się do tego przyzwyczaja i zaczyna czuć się na lodzie naturalnie, nawet przy dużym tłoku. Dla mnie to też element budowania charakteru – uczy cierpliwości, opanowania i współzależności z innymi.

Łyżwiarstwo to sport wysoce kontuzyjny. Miałaś jakieś problemy z tym związane?

– W swojej karierze miała sporo kontuzji, co w łyżwiarstwie nie jest niczym wyjątkowym. Na szczęście żadna z nich nie była na tyle poważna, żeby zatrzymać mnie na dłużej. Traktowałam je raczej jako część drogi sportowej i motywację do dalszej pracy niż przeszkodę w trenowaniu.

Czy uważasz, że ten sport jest dla każdego, czy jednak trzeba mieć jakieś specjalne predyspozycje do jego trenowania?

– Myślę, że łyżwiarstwo jest sportem dostępnym dla wielu osób i każdy może spróbować swoich sił na lodzie. Natomiast jeśli ktoś chce trenować na wyższym poziomie, na pewno potrzebne są wyższe predyspozycje, takie jak: dobra koordynacja, równowaga, wytrzymałość i odporność psychiczna. To wymagający sport, ale przy odpowiednim zaangażowaniu można bardzo dużo osiągnąć.

Co dało Ci łyżwiarstwo, a co jednak zabralo?

– Łyżwiarstwo dało mi przede wszystkim ogromną dyscyplinę i wytrzymałość. Nauczyło mnie pra-

cy nad sobą, radzenia sobie z porażkami i konsekwentnego dążenia do celu, nawet kiedy nie było łatwo. Dzięki niemu poznałam wielu wartościowych ludzi i przeżyłam doświadczenia, które zostaną ze mną na całe życie. Z drugiej strony, ten sport wymaga dużo poświęceń. Często oznaczało to mniej czasu dla rodziny i znajomych, rezygnację ze spontaniczności czy zwykłych przyjemności. Bywało też obciążające fizycznie i psychicznie. Mimo wszystko, jest to sport, który mnie ukształtował i nauczył więcej, niż mogłam się spodziewać.

Czy wieszysz swoją przyszłość z łyżwiarstwem?

– Tak. Od przyszłego roku szkolnego zamierzam zrobić certyfikat trenerski, a po zakończeniu szkoły średniej wyjechać z Torunia i zacząć edukację na Akademii Wychowania Fizycznego w Gdańsku. W przyszłości chciałabym zostać trenerem łyżwiarstwa figurowego albo synchronicznego lub sędzią zawodów międzynarodowych. ✦

Rozmawiała Gaja Iwaszkiewicz,

VII Liceum Ogólnokształcące w Toruniu

REKLAMA

Byłogocze-Torun/24x60/17

Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego



Urząd Marszałkowski
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu

Partnerem wydania
jest Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

