

Jeśli ukończysz maraton, to

● Moda na bieganie ogarnęła cały kraj i Wielkopolskę. Organizatorzy imprez nie martwią się o frekwencję, tylko o to, czy powiększanie limitów nie zagrozi zdrowiu i bezpieczeństwu zawodników

Lekka atletyka

Radosław Patroniak

r.patroniak@glos.com

W niedzielę stolicę Wielkopolski opanują biegacze, bo po raz 16. odbędzie się poznański maraton (42 km 195 m). Kiedy rozpoczęła się jego historia, biegów w naszym regionie było jak na lekarstwo. Od kilku lat przeżywamy jednak boom na bieganie i imprezy biegowe wyrastają jak grzyby po deszczu.

16 lat temu Marcin Kęsy był obiecującym trampkarzem w drużynie piłkarskiej GKS Bełchatów, sześć lat temu ważył 103 kg i postanowił wziąć się za siebie. W niedzielę będzie jednym z faworytów maratonu i na start pojedzie specjalnie wynajętym przez organizatorów samochodem, a nie komunikacją miejską. O nim też będzie ten tekst, poświęcony maniakom biegania.

Listy zgłoszeniowe pękają w szwach

Listy zgłoszeniowe biegów masowych w naszym regionie pękają w szwach. Ich organizatorzy martwią się tylko jak powiększyć limity startowe.

- Moda na bieganie przyszła do nas z USA i Europy Zachodniej. Poza tym wzrósł poziom świadomości społeczeństwa. Zrozumieliśmy, że bieg to najlepsza i najtańsza forma ruchu. Stąd boom na imprezy biegowe i przykre niespodzianki dla tych, którzy zbyt długo czekają ze zgłoszeniem - tłumaczył organizator „Volkswagen Ekonomicznej Piątki”, Rafał Wieruszewski.

Były czterystumetrowiec i najlepszy sportowiec naszego regionu w Plebiscycie „Głosu Wielkopolskiego” w 2006 roku zatrzymał się na limicie 800 biegaczy tylko dlatego, że dba o zdrowie i bezpieczeństwo uczestników. - Moglibyśmy powiększyć limit, ale na wąskich ścieżkach wokół Małty byłoby to dość ryzykowne posunięcie - dodał Wieruszewski.

Fenomenem w skali kraju jest „Maniacka Dziesiątka”, rozpoczynająca każdy sezon biegowy. Do niej trudniej się dostać niż do wielu innych zagranicznych biegów.

- Bieg odbywa się w marcu, a listę zgłoszeniową zamykamy już w grudniu. Czy jestem zaskoczony tak dużym zainteresowaniem? Nie, bo wszyscy organizatorzy biją rekordy frekwencji, a my bieg organizuje-

my już od jedenastu lat i jesteśmy w czołówce najlepiej zorganizowanych „dziesiątek” w Polsce - przekonywał organizator maniakich zmagani i jednocześnie prezes Wielkopolskiego Związku Lekkiej Atletyki, Artur Kujawiński.

Organizatorzy imprez biegowych w naszym kraju zacierają ręce, ale wciąż daleko nam do tego, co przeżywają co roku choćby nasi zachodni sąsiedzi. - Berlin bije na głowę innych organizatorów pod każdym względem. Niemiecką precyzję i doświadczenie czuć na każdym kroku. 1,2 mln kibiców i 40 tys. biegaczy na trasie musi zrobić wrażenie na każdym. Kiedyś limit zgłoszeń był wypełniany w ciągu kwadransa. Serwery się przegrzewały, więc od kilku lat o zapisach decyduje losowanie, tak jak w przypadku chętnych do oglądania piłkarskiego mundialu - zauważył Kęsy.

W stolicy Wielkopolski bieganie jest szczególnie popularne i miejscowe środowisko może się szczycić pozycją nr 2 wśród ośrodków biegowych w całej Polsce. - Gdyby nie fakt, że Warszawa jest trzy razy większa od Poznania, to pewnie bylibyśmy liderem. Praktycznie w każdym miesiącu organizujemy co najmniej dwa znaczące biegi - dodał Wieruszewski.

Trochę inną opinię wyraził Kęsy. - Jeżdżę po Polsce i sły-

Łukasz Kalaszczyński:
- Byli amatorzy nie mają zmęczonego organizmu

szę, że mamy potencjał na organizowanie kolejnych prestiżowych biegów. Poza maratonem, półmaratonem i „Maniacką Dziesiątką” moglibyśmy organizować co najmniej jeszcze dwa duże biegi. Na pewno przydałby się Bieg Niepodległości, nie zaszkodziłoby też większe rozreklamowanie maratonu i pójście w kierunku zorganizowania przed nim wspólnych treningów. Tego mi w Poznaniu brakuje najbardziej - podkreślił Kęsy.

Na brak chętnych nie narzekają też organizatorzy największej imprezy biegowej pierwszego półrocza w Poznaniu, a więc półmaratonu. - Pewnie zamiast siedmiu tysięcy moglibyśmy przyjąć nawet dziesięć tysięcy



► Wielkopolska to prawdziwe zagłębie biegaczy. Kilka imprez biegowych dorobiło się już renomy i uznania w całym kraju. Okrętem flagowym regionu pozostaje jednak poznański maraton, który nie jest już największy, ale udział w nim wciąż jest czymś wyjątkowym

biegaczy, ale nie zrobimy tego ze względów technicznych - przyznała Monika Prendke.

Przedstawicielka biura prasowego półmaratonu i maratonu zwróciła uwagę, że do rekordów uczestnictwa w dużym stopniu przyczyniła się słaba płeć. - W pierwszej edycji naszej imprezy kobiety stanowiły pięć procent biegaczy, teraz już co czwarta osoba na trasie jest kobietą. Trudno się jednak dziwić, skoro powstają nawet wyłącznie żeńskie kluby biegacza. Pamiętam, że kilka lat temu w Poznaniu wszystkie kluby można było policzyć na palcach jednej ręki. Obecnie jest ich na pewno kilkanaście, a biegów jest kilkadziesiąt, w tym kilka o zasięgu międzynarodowym - stwierdziła Prendke.

Nadwaga, zakład i przepowiednia

W pierwszej dziesiątce poznański maraton chce ukończyć Marcin Kęsy, który pół roku temu w półmaratonie zajął czwarte miejsce. Jego historia to jeden z najciekawszych przypadków wśród polskich biegaczy.

Sześć lat temu pochodzący z Bełchatowa 24-latek ważył 103 kg. - W pewnym momencie powiedziałem „dość”. Zaczęłem chodzić na basen, jeździć na rowerze i rekreacyjnie biegać. Założyłem się też z kolegą, że schudnę 14-16 kg w ciągu roku i przebiegnę maraton. Łatwo nie było, bo przecież czasami kolację jadłem o 2-3 w nocy - wspominał Kęsy.

Pracował wtedy, tak samo zresztą jak dziś, jako kelner w hotelu „Park”. - Najpierw był impuls, że coś muszę ze sobą zrobić, a potem podczas jednego z tych pierwszych biegów usłyszałem w radiu, że rozpoczęły się zapisy do poznańskiego maratonu. Pół roku przygotowań zaowocowało ukończeniem biegu i obiecującym czasem 4:08.00. Pamiętam, że na starcie spotkałem starszego pana, który powiedział, że jak ukończę ten bieg, to radykalnie zmienię się moje życie. No i rzeczywiście się zmieniło - przyznał jeden z faworytów tegorocznego biegu.

I to tak bardzo, że w pracy niemal wszyscy przecierali oczy ze zdumienia. - Zakład zo-

stał wygrany, a zamiast zdziwienia zaczął pojawiać się podziw i uznanie. Zresztą do dziś jestem wdzięczny kolegom i koleżankom, że zawsze idą mi na rękę, kiedy trzeba zamienić się zmianami. Poza tym moja sylwetka zmieniła się tak mocno, że w pewnym momencie ktoś z dykcji wezwał mnie na dywanik, żeby wyjaśnić, czy nie choruję i czy nie potrzebuję pomocy - dodał biegacz, który w kwietniu warszawski maraton Orlenu ukończył w czasie 2:28.36.

Trzech w Polsce, którzy zaczęli w dorosłym wieku

Trenerem Kęsego jest od ponad trzech lat znany triathlonista i czasami też biegacz,