

35 Bieg Piastów 2011 to już historia ...

WIELKIE „TAK” DLA TRANSPLANTACJI - NA POLANIE JAKUSZYCKIEJ

Jest takie miejsce, które powoduje przyspieszone bicie mojego nowego, prawie 10-letniego już serca. Zapominam wtedy o problemach zdrowotnych i wszystkich innych, jakich nie szczędzi nam codzienność. Tym miejscem jest **Polana Jakuszycka** – cudowne, bajeczne, magiczne wprost miejsce, które przyciąga co roku tysiące osób z kraju i z zagranicy, kochających biegi na nartach. Tutaj spotykają się zarówno zawodowcy, jak i ci, którzy przyszli na nartach... pospacerować. Tutaj można pobiec na jednej trasie z seniorami czy nastolatkami – amatorami, jak też z olimpijczykami. Sam tego doświadczyłem, korzystając z rad samego mistrza – **Józka Łuszczka**, którego miałem przyjemność poznać podczas ubiegłorocznego finału naszego rajdu rowerowego do Krakowa z udziałem osób po przeszczepie serca.

To tutaj próbują sił ludzie, którzy walczą ze swoimi słabościami. Tu spotykają się ci, którym ruch sprawia ogromną przyjemność i satysfakcję. **Nie zapomnę momentu** finału tegorocznego biegu na dystansie 10 km, kiedy na metę wbiegał młody niewidomy mężczyzna, któremu towarzyszył instruktor. Radość i satysfakcja na twarzy tego pierwszego – nie do opisanania.

To miejsce wyzwala w ludziach pozytywną energię i entuzjazm. Uśmiechy na twarzach i wzajemne pozdrawianie się na trasach to najzupełniej coś oczywistego. Skąd się to bierze, może to moc endorfin wywołanych wysiłkiem biegania?

W ubiegłym roku zadebiutowałem na trasie 26 km stylem klasycznym (CT), w tym roku – pomimo że wprowadzono nowy, krótszy dystans 10 km, postanowiłem spróbować swoich sił ponownie na tym długim, choć wiedziałem, że organizatorzy ustanowili nieprzekraczalny limit 4,5 godzin na zaliczenie biegu. Miałem za sobą listopadowy zabieg usunięcia pęcherzyka żółciowego, ale też niezłe przygotowanie kondycyjne i wytrzymałościowe. No i wielką ochotę, aby poprawić wynik z ubiegłego roku. Musiałem zaryzykować.

Pomimo niepewnych prognoz pogoda w sobotni rano była znakomita: słońeczko i temperatura minus 2. **Przed startem** – niezbędne parafinowanie i smarowanie nart, bo jak wiadomo, kto nie smaruje... Potem rozgrzewka..., wreszcie wszystkie kije w górę. Sygnał do startu podał komandor **Julian Gozdowski iruszyliśmy...**

Tjuż tradycyjnie wiodła malowniczymi, świetnie przygotowanymi szlakami narciarskimi. Polana Maliszewskiego, lekki podbieg, po czym dalej reprezentacyjną Polaną Jakuszycką. Uff... duży ścisk, emocje, mała przepychanka, ale dalej już spokojniejszy wjazd na trasy początkowo łagodne, wiodące po płaskim terenie w stronę czeskiego Harrachov. Potem jednak zaczęły się dość strome podbiegi i ostre, niestety oblodzone zjazdy - odcinki dobre dla zaprawionych w boju narciarzy. Następnie kolejne podbiegi, dające nam niezłe w kość, i wreszcie zjazdy w lesie o umiarkowanym nachyleniu.

W trzech punktach – po 8, 14 i 19 kilometrów – można było odzyskać nieco sił. Organizatorzy zapewnili też ciepłe napoje i lekkie posiłki regeneracyjne. Wszędzie miło i sympatycznie, doping i troska pograniczników, leśników, wolontariuszy... I samotne zmagania ze zmęczeniem. Kilometry mijały coraz wolniej. Dopiero po dwudziestym trzecim – zjazd, lekki podbieg i **JEST** – wciąż jeszcze słoneczna Polana Jakuszycka z

upragnioną **meta**.

Niezapomniane i piękne chwile. Wielka satysfakcja i radość. **Pomiar czasu – 4.19...**, a więc zmieściłem się, poprawiłem wynik z ubiegłego roku o godzinę (!). Potem wręczenie medalu. I znowu radość. Aż wreszcie gorący posiłek regeneracyjny.

Medal dedykowałem tradycyjnie mojemu anonimowemu dawcy serca, dzięki któremu mogę żyć, oraz mojej urodzonej w Walentynki, 14 lutego, wnuczce Malince.

Mam nadzieję, że w następnym roku uda mi się namówić większą grupę „składaków” do udziału w tej cudownej imprezie. Wiem, że możemy liczyć na wielkie wsparcie organizatorów – komandora Juliana Gozdowskiego, przyjaciela i ambasadora transplantacji oraz zaprzyjaźnionych mediów - radiowej Jedyнки, TVP, PR I i TVP Polonii.

Istnieje w Polsce mit, że przeszczepy przedłużają życie na krótko, a biorcy narządów są na trwałe pozbawieni radości i satysfakcji z uprawiania sportu. To wierutna bzdura, o czym świadczą osiągnięcia sportowe kolegów cieszących się długim drugim życiem. Nie chcemy być gorsi i nie jesteśmy gorsi od ludzi zdrowych. Poprzez udział w imprezach sportowych chcemy uświadamiać, zarówno osobom po przeszczepie, jak i zdrowym, że donacja ma głęboki sens, że transplantacja pozwala ludziom cieszyć się życiem, jego różnymi smakami, barwami.

A dystans, nawet niekoniecznie ten najdłuższy, daje niebywałą satysfakcję i radość, taką samą jak zdobycie Kilimandżaro.



Karol Prętnicki