

V Mistrzostwa w Wielokrotnym Wyciskaniu Sztangi Leżąc

Nie od dziś wiadomo, że Zespół Szkół nr 1 w Sierpcu obfituje we wspaniałych uczniów oraz sportowców. Nikogo więc nie powinien dziwić fakt, że to właśnie w naszej szkole odbyły się V Mistrzostwa w Wielokrotnym Wyciskaniu Sztangi Leżąc.

Zawody te miały miejsce 28 marca 2015 roku pod patronatem Starosty Powiatu Sierpeckiego. Ich głównym celem jest popularyzacja sportów siłowych oraz integracja środowisk sportowych. Pośród widzów można było znaleźć wiele wspaniałych gości, m.in. Burmistrza Miasta Sierpca Jarosława Perzyńskiego, reprezentanta Starostwa Powiatowego Wiceprzewodniczącego Bogdana Misztala, Radnych Miejskich: Krzysztofa Skrzyńskiego oraz Waldemara Frydrychowicza, Prezesa TKKF Kubuś Jakuba Grodzickiego, a także przedstawicieli firm Transport Autoholowanie Mariusza i Jarosława Zimnawoda, Swim Magic Dariusza Dądańskiego oraz Cam Sat Michała Roznocha. Zadaniem zawodników było zaliczenie jak największej ilości prób wykonanych w wyciskaniu sztangi leżąc z ciężarem od 40 kg (w kategorii młodzików) do 50 kg (w pozostałych kategoriach). O zwycięstwie decydowała ilość zaliczonych prób w stosunku do wagi ciała (wg formuły Wilks'a). Wydarzenie poprzedziła motywująca mowa Wiceprzewodniczącego Rady Powiatu Pana Bogdana Misztala. Wszyscy zawodnicy dumnie reprezentowali się publiczności. Rozpoczęła się walka. Stanęli do niej uczestnicy z pierwszej grupy wiekowej (Młodzik). Pierwsze miejsce zajął dzięki 57 powtórzeniom Paweł Przybojewski, drugie Hubert Chłopek (42 powtórzenia), a trzecie Kamil Bonisławski (39 powtórzeń). Warto wspomnieć także o najmłodszym uczestniku zawodów □ Kamile Szlufiku, który uplasował się na czwartej lokacie, mimo iż ukończył dopiero 14 lat! Na pozostałych miejscach znaleźli się Mateusz Gutkowski, Jakub Słomiński oraz Maciej Lewandowski. W kategorii juniorów wzięło udział aż 10 zawodników. Każdy z nich musiał zmierzyć się już z ciężarem 50 kilogramów. Pierwsze miejsce zajął Łukasz Murawski, wykonując aż 125 powtórzeń. Drugie miejsce należało do Damiana Gregorczyka, a trzecie do Dariusza Jankowskiego, który otrzymał wyjątkowo zagrzewający doping od publiczności. Pozostałe miejsca zajęli kolejno Jacek Gruczyk, Mirosław Umiński, Piotr Bieńkowski, Michał Pawłowski, Piotr Szlufik, Piotr Witkowski oraz Karol Stępiński. W trzeciej kategorii do walki stanęło pięcioro uczestników, lecz właśnie ta rozgrywka dostarczyła widzowi najwięcej wrażeń. Pierwsze miejsce zajął absolwent ZS nr 1 w Sierpcu-Dariusz Małanowski. W odróżnieniu od pozostałych towarzyszyła mu muzyka rozrywkowa disco-polo. Jego walkę i ostateczny wynik- 145 powtórzeń można by opisać więc w dwóch prostych słowach- 'Miód malina'!. Drugie miejsce z równie imponującym wynikiem- 125 powtórzeń -zdobył Jarosław Fabiszewski. Niesamowity pokaz siły zaprezentował nam także Dariusz Wąsowski, który wrócił do tego sportu po dłuższej przerwie. Z pomocą dopingu żony i małej córeczki, Dariusz osiągnął wynik 107 powtórzeń!. Ostatnia rozgrywka należała do weteranów. Stała się ona świetnym dowodem na to, że sporty siłowe można uprawiać w każdym wieku. Choć mężczyźni biorący w niej udział przekroczyli 50 lat , 50

kg nie było dla nich wielkim wyzwaniem. Jako pierwszy wystąpił Bogdan Jasiński, towarzyszyła mu muzyka heavy metalowego zespołu Rammstein. Zdobył on 56 powtórzeń. Drugi uczestnik, Bogdan Nagiewicz wyprzedził nieznacznie swojego współzawodnika podnosząc sztangę aż 57 razy. Atmosfera była sprzyjająca zawodnikom poprzez muzykę, która była swojego rodzaju motywacją. Doping widzów poprzez oklaski i głośne krzyki również tworzył dobry nastrój. Po wystąpieniu wszystkich uczestników przyszedł czas na udekorowanie nagrodami. Zostały one kolejno wręczone w kategorii: Młodziki, Juniorzy, Seniorzy, Weterani. Trofea zostały złożone na ręce zwycięzców oraz dla najmłodszego i najstarszego uczestnika zawodów. Każdy uczestnik został nagrodzony dyplomem. Ta dyscyplina jest dla osób które miały z nią styczność i również dla tych, dla których był to pierwszy start. Takie zawody jak Mistrzostwa w Wielokrotnym Wyciskaniu Sztangi Leżąc pokazują nam, że w każdym wieku jest chęć uprawiania tego rodzaju sportu. Fundatorami nagród było Starostwo Powiatowe w Sierpcu, Właściciele firmy transportowej Mariusz i Jarosław Zimnawoda, Właściciel firmy Cam Sat Michał Roznoch. Zawody odbyły się pod patronatem medialnym: Telewizji Sierpc, Nowy tygodnik Sierpecki. Sędziował Piotr Lemanowicz.

Uczennice klasy I LDL – *Weronika Janiak, Cyntia Kamińska, Dominika Antoszek, Joanna Szczepańska, Weronika Sawicka.*