



PolskaManX Cross-Quadrathlon to międzynarodowa impreza sportowa, która odbywa się w Polsce- w Wolsztynie. Dla Szymona Rękawika z klasy III e II Liceum Ogólnokształcącego im. Kazimierza Jagiellończyka w Elblągu stała się wyzwaniem. 22 sierpnia 2015r. wziął udział w zawodach składających się z czterech dyscyplin: pływania na dystansie 1500m, jazdy na rowerze na odcinku 40km, kajakarstwa- 8km, biegu na 10km. Do rywalizacji w klasie Open przystąpiła ponad czterdziestka zawodników, a każdy jej etap musieli ukończyć w określonym czasie. Szymon, jako najmłodszy uczestnik, był czwartym Polakiem w kategorii Open i jedenastym w ogólnej klasyfikacji, zostawiając za plecami wielu doświadczonych konkurentów. Został także Mistrzem Świata Juniorów w Quadrathlonie.

- Od kiedy zajmujesz się sportem? Ile czasu mu poświęcasz?

Szymon Rękawik: Od pięciu lat trenuję kajakarstwo, choć już od dziecka jestem namawiany i wspierany przez rodziców do podejmowania różnych aktywności fizycznych: do jazdy na rowerze, biegania, pływania. O ile pozwala na to szkoła, na kajaku pływam codziennie, a podczas wakacji nawet dwa razy dziennie. Trening na wodzie trwa około półtorej godziny. Do tego każda podróż na przystań to kilka kilometrów na rowerze. Dodatkowo dwa do trzech razy w tygodniu biegam. Zimą kajak i rower zastępuję pływaniem na basenie, jazdą na nartach zjazdowych i biegowych.

- Skąd wziął się pomysł na Twój udział w Quadrathlonie? To duże wyzwanie. Którą dyscyplinę najbardziej lubisz?

Szymon Rękawik: Niektórym może się wydawać, że uprawianie czterech dyscyplin jest trudne, a wręcz niemożliwe. Jednak zapragnąłem spróbować swoich sił. Quadrathlonem zainteresował mnie trener. Właśnie od niego dowiedziałem się, że coś takiego istnieje i na dodatek odbywa się w Polsce. Wszystkie cztery dyscypliny są wspaniałe. Jednak ze względu na to, że dzięki kajakarstwu rozpoczęła się moja przygoda z zawodami rangi ogólnopolskiej i międzynarodowej, a także temu, że na kajaku spędzam większość czasu na treningach, to właśnie ta dyscyplina sprawia mi największą przyjemność na zawodach.

- Jak zostaje się Mistrzem Świata?

Szymon Rękawik: Tylko i wyłącznie ciężką pracą. No i... może odrobiną uporu, jak to twierdzi trener....

- Czy masz inne sukcesy sportowe? – słyszałam o kilku...

Szymon Rękawik: Do moich tegorocznych sukcesów mogę zaliczyć czwarte miejsce w Mistrzostwach Polski w Maratonie Kajakowym w kategorii K2 juniorów na dystansie 19,2km oraz piąte miejsce w Mistrzostwach Polski Juniorów w konkurencji K2 5000m. Próbowalem też sił w biegach na 10km i w zeszłorocznych biegach Piekarczyka i Papiernika - stałem na podium...

- Jesteś w klasie maturalnej. Jakie masz plany na przyszłość? Czy obowiązki szkolne nie kolidują z uprawianiem sportu?

Szymon Rękawik: W przyszłości nadal planuję uprawianie sportu na tyle, na ile mi „dorosłe życie” pozwoli. W tym roku kalendarzowym chciałbym jeszcze wystartować w maratonie kajakowym i sprawdzić się w kilku imprezach biegowych. Później priorytetem będzie dla mnie matura, choć nie wykluczam treningów sportowych w czasie przygotowań do niej.... To dobra forma relaksu, więc mam nadzieję, że mi i maturze to dobrze zrobi... Jak dotąd nie miałem większych problemów w szkole. Czasami zdarzało się, że opuszczałem niektóre lekcje, ponieważ imprezy sportowe, w których biorę udział zwykle zaczynają się już w piątek. Jednak moje wyniki szkolne pokazują, że można to pogodzić - jestem w stanie nadrobić zaległości i staram się utrzymać średnią ocen w czołówce klasy, a nawet szkoły. Z przyjemnością także startuję w różnych konkursach matematycznych i fizycznych.

Szymon Rękawik nie tylko jest doskonałym sportowcem, ale również matematykiem. W

ubiegłym roku w Wojewódzkim Konkursie „Matematyka w Zarządzaniu” zajął trzecie miejsce. W Międzynarodowym Konkursie „Kangur Matematyczny” został wyróżniony. W Warmińsko-Mazurskich Zawodach Matematycznych zajął piąte miejsce, a w szkolnej Lidze Zadaniowej - był najlepszy. Został też półfinalistą Olimpiady Lingwistyki Matematycznej. Jego wychowawczyni i nauczyciel matematyki Katarzyna Cybulska nie może się go nachwalić. Szymon lubi też fizykę – otrzymał wyróżnienie w Polsko-Ukraińskim konkursie „Lwiątko”. Sport uczy dyscypliny i wytrwałości, a sukcesy Szymona Rękawika pokazują, że dla ambitnych ludzi jak on są wyzwaniem, które motywuje do większego wysiłku, dzięki czemu można sięgać daleko poza przeciętność.

Z życzeniami dalszych sukcesów i z gratulacjami Dorota Radomska- rzecznik prasowy II LO