

Wiadomość wydrukowana ze stron: Sport.wp.pl

**Trening pływaków to często istna tyrania**

2008-07-21 (06:00)

Pierwszy kilometr w basenie na wysokości 2230 m n.p.m. tylko bolał, ale już następne 50 metrów motylkiem to doznanie porównywalne z operacją płuc bez znieczulenia.

Serce chciało uciec przez gardło, byle tylko nie tłoczyć jak szalone krwi do mięśni. Na własnych nogach stałem chyba tylko dlatego, że na brzegu czekały na mnie kanapki od Otylii Jędrzejczak...

Po raz ostatni tak cierpiałem, gdy trenując judo, dobiłem do tętna 210 uderzeń na minutę. Człowiekowi wydaje się wtedy, że jego całe ciało kurczy się i rozkurcza, a ścianki serca uderzają w błonę bębenkową w uszach. Masakra. - Co tak słabo? - zaśmiał się kwadrans później trener Paweł Słomiński, gdy doczłapałem się do jego stolika na badanie kwasu mlekowego.

Szkoleniowiec ukłut mnie w ucho i kropelkę krwi wpuścił do specjalnego czytnika. W wielkim uproszczeniu, czujnik określił mój trening jako byle jaki. Wstałem o piątej rano, pokonałem kilometr kraulem w wysokich górach i mimo wszystko to tylko spacer? Chyba nie nadaję się na pływaka.

Jednak tylko w ten sposób można zrozumieć, jak ciężkim kawałkiem chleba jest wyczynowe pływanie. Otylia Jędrzejczak i Paweł Korzeniowski pływają tygodniowo po ok. 85 km. Nigdy głośno nie narzekają, choć próbowałem ich namówić na uzalanie się nad sobą. Kulisy odsłaniają jednak czasem inni.

- Gdy plyniesz, masz przed oczami czarną linię na dnie basenu. Wyobraź sobie, że robisz nawrót i znów ją widzisz, robisz kolejny, i znów ją widzisz, gdy robisz setny na jednym treningu wydaje ci się, że to ona patrzy na ciebie, że to ona ma nad tobą władzę - wyjaśniał mechanizmy tyranii czarnej linii oznaczającej środek toru Ian Thorpe, australijska legenda pływania. Pokonywał po 120 km tygodniowo. W ciągu tych 7 dni spędzał 35 godzin w wodzie. W końcu uciekł z basenu i zakończył karierę.

Gdy przed popołudniowym treningiem w tej sportowej samotni stanąłem na zewnątrz basenu obok trenera Słomińskiego, ten spojrzął przed siebie i po cichu powiedział: - Tu jest coś w powietrzu, co sprawia, że wierzę w sukces.

Przypomniał mi się wtedy opis z jednej z książek o cesarstwie rzymskim. Marek Antoniusz po wygranej bitwie powiedział do swojego towarzysza: "Oddychaj głęboko, chłopcze. Oto zapach zwycięstwa".

*"Polska"*

(Polska)