



## SEKCJA WSPINACZKI AZS WUM

W ostatni weekend września w Katowicach i Sosnowcu odbywały się Akademickie Mistrzostwa Polski we wspinaczce sportowej. Warszawski Uniwersytet Medyczny reprezentowała szóstka zawodników: Wiktoria Dębowska, Kamila Mospinek, Zoheir Boutaleb, Maciej Kubik, Stanisław Taranowski i Michał Wojewódzki. Pierwszego dnia zawodów, w konkurencji bouldering, Wiktoria Dębowska zajęła 6. miejsce w grupie kobiet, a Stanisław Taranowski i Michał Wojewódzki zdo-

byli odpowiednio 5. i 10. lokatę w grupie mężczyzn. Drugiego dnia zawodnicy konkurowali we wspinaczce na trudność. Wśród mężczyzn Stanisławowi Taranowskiemu udało się dotrzeć na podium – zajął 3. miejsce, Michał Wojewódzki był 14., a wśród kobiet Wiktoria Dębowska – 6. Ostatniego dnia zawodnicy mierzyli się we wspinaniu na czas. Tutaj spośród naszych zawodników najszybciej pobiegł Michał Wojewódzki, który zdobył srebrny medal mistrzostw.



## MICHAŁ WOJEWÓDZKI

– STUDENT V ROKU KIERUNKU LEKARSKIEGO,  
SREBRNY MEDALISTA WE WSPINANIU NA CZAS  
AKADEMICKICH MISTRZOSTW POLSKI WE WSPINACZCE SPORTOWEJ

Walusza Fotografia/Michal Walusza

### Jak ocenia Pan swój występ na ostatnich Akademickich Mistrzostwach Polski we wspinaczce sportowej?

Jestem bardzo szczęśliwy z powodu zdobycia medalu na zawodach. Poziom był bardzo wysoki, a czasu na przygotowanie mało, dlatego że do ostatniej chwili nie było wiadomo, czy zawody się odbędą. Mimo drugiego miejsca czuję lekki niedosyt, ponieważ w trakcie startu popełniłem sporo błędów. Najbliższe kilka miesięcy muszę poświęcić na trening, aby poprawić swój wynik w kolejnej edycji mistrzostw.

### To pierwszy Pana tak duży sukces sportowy?

Wspinam się od 12 lat i wcześniej już odnosiłem sukcesy. Rok temu na AMP udało mi się zdobyć dwa medale (srebrny i brązowy). Ponadto byłem wielokrotnym medalistą i mistrzem Polski juniorów w boulderingu, na trudność i na czas, oraz przez kilka lat członkiem kadry narodowej. Startowałem również w wielu zawodach międzynarodowych. Moim największym sukcesem jest zakwalifikowanie się do finału Pucharu Europy Juniorów w boulderingu we Francji.

### Następnym celem jest złoto?

### Co Pana zdaniem należy poprawić, aby ten cel osiągnąć?

AMP we wspinaczce sportowej mają bardzo wysoki poziom. Wśród zawodników

startują najlepsi wspinacze w Polsce. Na zawodach można spotkać m.in. medalistów Pucharu i Mistrzostw Polski Seniorów. Ostatnie pół roku z wiadomych względów bardzo utrudniło regularny trening. Co do przyszłego roku myślę, że kluczem do zwycięstwa będzie dokładne przeanalizowanie błędów z tego roku. Poza tym ważna będzie motywacja do treningu i odpowiednie nastawienie psychiczne. Start w tegorocznych AMP był raczej spontaniczny, odbył się bez większego planu treningowego. W przyszłym roku chciałbym się przygotować najlepiej, jak potrafię, co najmniej do dwóch dyscyplin. Być może to będą dla mnie ostatnie zawody tej rangi, potraktuję je zatem bardzo poważnie.

### Od jak dawna działa Pan w sekcji i dlaczego zdecydował się Pan do niej przyłączyć?

Do sekcji przyłączyłem się cztery lata temu, na pierwszym roku studiów. Wpinałem się już wcześniej, więc naturalne wydawało się dołączenie do sekcji AZS na ścianie wspinaczkowej. Ucieszyła mnie również możliwość reprezentowania i promowania naszej uczelni na zawodach międzyuczelnianych.

### Kiedy zafascynował się Pan wspinaczką?

Wszystko zaczęło się od wakacji we Włoszech ze znajomymi rodziców.

Tam miałem pierwszy wspinaczkowy kontakt ze skałami. Potem tata zabrał mnie na ściankę wspinaczkową w Warszawie, gdzie dołączyłem do zajęć sekcji wspinaczkowej Agama. Na początku na pewno dużą rolę odegrało podejście instruktorów oraz szansa treningu i rywalizacji z rówieśnikami. Potem doszły do tego możliwości planowania swojego treningu, stawiania sobie celów i ich realizacja. Daje to naprawdę dużą satysfakcję i motywację do treningów. Dochodzą do tego wyjazdy w skały oraz możliwość startowania w zawodach wspinaczkowych.

### Jakie jest zainteresowanie wspinaczką wśród studentów WUM?

Coraz większe. Każdego roku widzę powiększające się grono osób zainteresowanych zarówno zajęciami WF, jak i sekcją AZS na ścianie. Wspinaczka staje się coraz bardziej popularna i przyciąga coraz więcej osób. Bardzo się cieszę, kiedy widzę moich znajomych regularnie odwiedzających ścianki wspinaczkowe w Warszawie.

### Jak zachęciłby Pan studentów do przyłączenia się do sekcji?

Wspinaczka to wsapaniały sport, rozwijający zarówno psychicznie, jak i fizycznie. Uczy cierpliwości i determinacji, a także pracy nad swoimi słabościami. Wspinanie ma wiele odmian i konkurencji, więc każdy znajdzie coś dla siebie. Jako studenci WUM mamy świetne warunki do trenowania dzięki ścianie wspinaczkowej w Centrum Sportowo-Rehabilitacyjnym i prężnie działającej sekcji pod okiem Marka Fliśnika. Poza tym teraz, w trakcie studiowania, jest idealny czas na spróbowanie czegoś nowego, bo w przyszłości może nam po prostu brakować czasu.

### Czy oprócz zainteresowań sportowych wykazuje Pan również pasje naukowe?

W zeszłym roku zaangażowałem się w działalność koła naukowego, udało mi się być współautorem kilku prac naukowych. Wydaje mi się jednak, że jeszcze trochę za wcześnie, by decydować, czym się zajmę po studiach.



Walusza Fotografia/Michal Walusza



Walusza Fotografia/Michal Walusza



Reprezentanci Sekcji Wspinaczki AZS WUM: Stanisław Taranowski (u góry po lewej), Kamila Mospinek (po lewej), Michał Wojewódzki (po prawej) podczas zawodów i na podium AMP. Obóz Sekcji Wspinaczki AZS WUM (u góry po prawej)

**MAREK FLIŚNIK**

– TRENER SEKCJI WSPINACZKI AZS WUM,  
INSTRUKTOR WSPINACZKI SPORTOWEJ

Fot. Konrad Cwik



Zewnętrzna ścianka wspinaczkowa w CSR WUM



**Jak podsumuje Pan występ drużyny Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego na ostatnich Akademickich Mistrzostwach Polski we wspinaczce sportowej?**

Występ naszych zawodników możemy uznać za bardzo udany. Szczególne brawa należą się Michałowi Wojewódzkiemu za zdobycie srebrnego medalu we wspinaczce na czas. Cała reprezentacja walczyła bardzo dzielnie. Dla niektórych uczestników były to pierwsze zawody tej rangi, przez co mogli się sprawdzić i zweryfikować swoje umiejętności.

**Czy oprócz ostatniego sukcesu Sekcja Wspinaczki AZS WUM może się pochwalić innymi osiągnięciami?**

Oprócz startu w zawodach sekcja ma charakter w dużej mierze rekreacyjny. Uczestniczy w niej wiele osób, które dopiero poznają wspinaczkę. Mieliśmy członków sekcji, którzy zaczęli wspinaczkę na studiach, a po kilku latach jeździli na zawody i reprezentowali uczelnię. Wielu uczestników sekcji po skończeniu studiów dalej rozwija swoją pasję, wspinając się zarówno w skałach, jak i w górach.

**Prowadzi Pan sekcję od 2008 roku.**

**Jak Pan wspomina początki?**

Początki sekcji wspominam bardzo mile. Sekcja miała bardzo kameralny charakter i wszyscy członkowie dobrze się znali. Choć nie mieliśmy wówczas własnego obiektu do wspinaczki, dzięki Klubowi AZS WUM

i otwartości na nasze propozycje mieliśmy możliwość korzystania z różnych ścianek wspinaczkowych w Warszawie.

**Kto może przyłączyć się do sekcji?**

Do sekcji może dołączyć każdy, bez względu na rok studiów czy doświadczenie wspinaczkowe. Co roku zapraszamy nowych członków, którzy poznają wspinaczkę. Co roku również gościmy wielu studentów wymiany zagranicznej, którzy właśnie u nas uczą się tego sportu. Jedyнным warunkiem uczestnictwa w sekcji jest posiadanie ważnej legitymacji AZS WUM.

**Czy działalność w sekcji wymaga także posiadania przez studentów profesjonalnego sprzętu?**

Aby uczestniczyć w zajęciach, nie potrzeba żadnego dodatkowego wyposażenia. Cały sprzęt potrzebny do zajęć udostępniamy studentom na miejscu. Po jakimś czasie, jeśli ktoś zdecyduje się kontynuować wspinanie, namawiamy go na kupno profesjonalnych butów wspinaczkowych.

**Organizuje Pan również obozy Sekcji Wspinaczki AZS WUM.**

Rzeczywiście, co roku organizujemy obóz wspinaczkowy dla członków sekcji. Staramy się uzyskać dofinansowanie szkolenia dla osób, które pierwszy raz uczestniczą w zajęciach wspinaczki. Obozy organizujemy w skałach Jury Krakowsko-Częstochowskiej. Wyjazdy są doskonałą okazją do integracji studentów.

Mamy sprawdzoną kadrę instruktorską i co roku stwarzamy możliwość zweryfikowania nabytych umiejętności podczas wspinaczki na ścianie w naturze. Tegoroczny obóz był rekordowy pod względem liczby uczestników, dlatego musieliśmy zaproponować dwa terminy obozów.

**Czy planuje Pan kolejne?**

Oczywiście, obozami kończymy każdy rok akademicki. Coraz śmieiej myślimy o organizacji obozów za granicą, aby stworzyć studentom możliwość wspinania się w różnych rejonach Europy.

**Czy obecna pandemia wpływa na działalność sekcji?**

Obecna sytuacja była dla nas dosyć trudna. W marcu zakończyliśmy działalność sekcji wspinaczkowej. Odwołane zostały wszystkie zawody i imprezy, które planowaliśmy. Dopiero w drugiej części wakacji mogliśmy zorganizować obóz wspinaczkowy, a pod koniec września odbyły się zawody Akademickich Mistrzostw Polski. Jeśli chodzi o tegoroczną sekcję, to w miarę możliwości staramy się działać normalnie. Ograniczyliśmy liczbę osób mogących jednocześnie korzystać ze ściany wspinaczkowej do 20. Mam nadzieję, że przyszły rok będzie rokiem sukcesów sportowych naszej sekcji i że będzie obfitował w różne ciekawe wyjazdy wspinaczkowe.

Naszą sekcję można śledzić na FB: Sekcja Wspinaczki AZS WUM. ■

*Opracował i rozmawiał Cezary Ksel*