

## Mistrzostwa Polski Kettlebell



Ola na podium

Artur Rejek, przedstawiciel sportów siłowych na ozimskim podwórku. Bardzo utytułowany zawodnik, Mistrz Świata dwóch federacji specjalizujący się w wyciskaniu sztangi leżąc. Na co dzień trener i kopalnia wiedzy na temat treningu funkcjonalnego, siłowego, kulturystycznego oraz diety sportowców nie tylko z zakresu sportów siłowych. Można go spotkać w ozimskim Iron Gym-ie przy ul. Wyzwolenia oraz Keettlebell Art. Opole, którego jest założycielem. To pod jego okiem swoje pierwsze kroki w kierunku kulturystyki stawiał między innymi znany nam wszystkim Rafał Domin. Ci, którzy interesują się sportowym podwórkiem naszej gminy zauważyli, że od jakiegoś czasu Artur wkroczył się w nową dyscyplinę, jaką jest Keettlebell. Ta nowa forma treningu znalazła zainteresowanie wśród mieszkańców Ozimka i okolic. W ten weekend odbyły się Mistrzostwa Polski Biathlon Kettlebell Bolt w Kaliszu gdzie Kettlebell Art Opole wystawił swoich zawodników w osobach: Aleksandra Kędroń, Emilia Dziurak, Katarzyna Bonk. Ola tak skomentowała start na zawodach:

„Pot stres nawet łyzy, ale wiara i uśmiech nas nie opuszczały, każda z nas dała z siebie WSZYSTKO i jeszcze WIECEJ, przeszłyśmy tam same siebie udowadniając, że siłą, samozaparciem i duchem walki można zdziałać niesamowite rzeczy, ale prawda jest taka, że gdyby nie Artur, jego poświęcony czas, kombinacje, aby każdej było lepiej, aby mniej bolało, aby pasowało, okazał bardzo dużo cierpliwości (i to przy trzech babach na raz:D), jak i to, że gdy pojawiały się wątpliwości, załamania, potrafił na nowo odbudować utraconą wiarę, zaangażowanie, jakie włożył w każda z osobna pokazało tylko jak WIELKIM jest człowiekiem, bo bez niego i jego wiedzy nie osiągnęłybyśmy tego, co pokazałyśmy wczoraj. Jestem dumna z grupy i z tego, że może prowadzić ją mistrz”

zdobywając VI-CE MISTRZOSTWO POLSKI. Tuż za podium znalazła się Emilia a największym wojownikiem zawodów okazała się Kasia, która wykręciła w rwaniu 116 powtórzeń. Nie byłoby może w tym nic nadzwyczajnego gdyby nie fakt że z powodu kontuzji zrobiła to tylko jedną ręką.