

Poczta



Listem miesiąca wybraliśmy tym razem wierszowaną opowieść pana Dawida Światały o jego poprzednim sezonie biegowym. Oto jej fragment:

Nowy rok piętnasty, ambitne są plany,
mowa o sportowych, chcę być wybiegany.
Półmaraton w Żywcu na początek wiosny,
miesiąc później Orlen Maraton radosny,
mają paść rekordy, ma spaść trochę masy,
takie planowałem sobie rarytasy.
Lecz życie najlepsze pisze scenariusze,
w lutym od biegania przerwę zrobić muszę
Jakby było mało, wcześniej też pół stycznia,
przez co moja forma się udramatycznia.
Jak na złość mą stopę kontuzja chwyciła
i bieganie z głowy nieco mi wybiła.
Jeśli o sport chodzi, to nic nie robiłem,
piwem i fast foodem ciało swe zdołem.
Przyszła pierwszy marca, stopa już nie boli,
jest start na poważnie, zbieram się powoli,
mam zerowy przebieg, w nocy mało spałem,
w biegu Tropem Wilczym na dyszkę zdychałem,
bo aż weekend trwała trzydziestka Anety,
co podczas biegania bolało niestety.
Tak w marcu zaczęła się sprawa biegowa,
budowę kondycji podjąłem od nowa.
Z przyczyn naturalnych Żywiec odpuściłem,
też o maratonie w kwietniu nie marzyłem,
po prostu powoli wychodziłem człapać,
z każdym kilometrem radość w biegu łapać.
I w połowie marca tak ruszyłem główką:
„Może by się zmierzyć z warszawską połówką?”
Tak dla przyjemności, w jakieś dwie godziny,
wycieczkę biegową urządzić bez spiny?”
W końcu drogie butki, nowe do biegania,
kupiłem, czekają do przetestowania
i chociaż mój budżet nieco nadszarpnęły,
to biegowo jednak mocno mnie natchnęły.
Drogie już wpisowe, więc widzę to czarno,
jednak się trafiło ślepej kurze ziarno
W radiu Eska konkurs, toteż udział wziąłem
i pakiet startowy szczęśliwie zgarnąłem,
chcący przez przypadek, takim oto trikiem
warszawskiej połówki byłem uczestnikiem.
(...)

Dawid Światały

Zostań korespondentem BIEGANIA

Coś Cię zainteresowało? Zachwyciło? Zbulwersowało? Chciałbyś, żebyśmy poruszyli jakiś temat? A może masz jakieś refleksje dotyczące naszego czasopisma? Napisz na redakcja@magazynbieganie.pl.
Na autorów najlepszych listów czekają nagrody!



Lubisz nas? Zapraszamy na facebook.com/MiesiecznikBieganie

Biegacz na masarni

Czy siłownia i bieganie to dwa zupełnie różne światy? Kuba Frołow w swoim lekko satyrycznym tekście ze stycznikowego BIEGANIA zdaje się twierdzić, że tak. Ja – jako stary „szyta”, uważam, że nie całkiem, a może nawet wcale. (...) W świecie biegaczy żyje niedługo, bo zaledwie nieco ponad dwa lata, ale od wielu już lat – w świecie bywalców siłowni. Kim są „szytici”? Oczywiście są to stereotypowo postrzegani „mieszkańcy siłki”, czy jak kto woli, „masarni” (od robienia masy oczywiście), inaczej określane mianem „karków” – od wielkich karków lub szyi. Odnoszę delikatne wrażenie, jakby autor chciał przedstawić uprawiających kulturystykę jako pewnego rodzaju dziwaków zamkniętych w swoich śmierzdzących salkach. Najprawdopodobniej tekst miał mieć wymowę humorystyczną, czy też być taką jakby satyrą na „siłki” i ich bywalców. I w sumie to sam nieźle się bawiłem, czytając artykuł Kuby, a część z zawartych tam spostrzeżeń uważam za jak najbardziej prawdziwe. Mimo wszystko jednak wydaje mi się, że autor trochę przedobrził. Za bardzo „pojechał po stereotypach”, niepotrzebnie je utrwalając oraz wprowadzając jakiś zadziwiający podział na dobre i przyjazne kluby fitness oraz dziwne, śmierzdzące i wzbudzające uśmiech politowania „siłki”, na których siedzą „szytici”. Autor dziwi się temu, że ćwiczący wydają jęki, stęki i sapania w trakcie wykonywania ciężkich ćwiczeń siłowych. A to wszystko z zaciętą miną, grymasem nieznoszącym odpuszczenia choćby na krok. Gorąco zachęcam do przeprowadzenia małego eksperymentu. Wrzucamy na sztangę choćby te 150 kg i robimy z tym ciężarkiem trzy, no może chociaż dwie serie siadów po jakieś 6–10 powtórzeń każda. W czasie przeprowadzania eksperymentu gorąco zachęcam do portretowego uśmiechu od ucha do ucha oraz nieśmiało namawiam do dyskretnego i cichutkiego wydychania powietrza przez nos. (...)

Cały komentarz jest dostępny na blogu:
prostoiaiktywnie.blogspot.com

Pozdrawiam,
Leopold

Nagroda za list miesiąca

„50 MARATONÓW W 50 DNI”,
DEAN KARNAZES, MATT FITZGERALD

Dean Karnazes przebiegł 560 kilometrów w ciągu trzech bezsennych nocy, a w czasie długich biegów zamawiał... pizzę. Zmierzył się także z wyjątkowym wyzwaniem i przebiegł 50 maratonów w 50 stanach Ameryki Północnej przez 50 dni z rzędu! W tej inspirującej książce Dean odkrywa tajniki bezprecedensowego wyczynu, wykraczającego poza granice ludzkich możliwości.

Info: www.galaktyka.com.pl

