

Relacja ze startu polskich zawodników w Mistrzostwach Świata w Trójboju Siłowym

4-11.11.2018, Halmstad, Szwecja

W tym roku polska ekipa na Mistrzostwa Świata w TS (sprzętowym) była niezbyt liczna, bo miała zaledwie 3 zawodników, ale za to dwóch z nich było autorami rekordów Świata i to w dwóch różnych bojach, ale o tym później - zacznijmy od początku...

Już podczas dojeżdżania do miejscowości organizatora zawodów ekipę spotkała miła niespodzianka. A mianowicie na wielkim, elektronicznym billboardzie przy autostradzie - jakieś 20km przed miastem można było zobaczyć napis: „ **Halmstad wita wszystkich trójboistów**”, z czego można było wywnioskować, że ekipa jedzie we właściwym kierunku...

Dzień przed rozpoczęciem startów w MŚ, w niedzielę 4.11.2018 odbył się Kongres IPF, na którym obecnych było 55 delegatów. PZKFITS reprezentowali na Kongresie wiceprezes PZKFITS ds. TS Grzegorz Nocek, oraz trener kadry narodowej w TS Arkadiusz Znojek. Obrady nad zmianami przepisów wraz z prezentacją miejsc najważniejszych zawodów światowych w roku 2019, oraz odprawą techniczną przed zawodami trwały z krótkimi przerwami od 10.00 do 23.00. Ponad 90% tego czasu zajęły obrady nad proponowanymi zmianami w przepisach. Wiele propozycji było mocno „rewolucyjnych” dlatego często dyskusje nad nimi były bardzo długie zanim przystąpiono do głosowania. Należy nadmienić tutaj, że obrady Kongresu odbywały się w siedzibie firmy Eleiko znajdującej się właśnie w Halmstad kilka kilometrów od centrum, będącej głównym sponsorem zawodów. Jest to chyba najbardziej znana firma na świecie produkująca głównie sztangi i obciążenie dla trójboju siłowego, podnoszenia ciężarów, i do zawodów niepełnosprawnych. Firma działa od 1957 i jest obecnie prowadzona przez Erika Bloomberga, który przejął ją po swoim ojcu.

Jeżeli chodzi o przepisy, to żadne rewolucyjne zmiany jak na przykład likwidacja mostkowania, czy dołożenie ósmej kategorii kobiet nie zostały wprowadzone. Jeżeli chodzi o wspomniane mostkowanie, to już na wstępie Komisja Medyczna IPF stwierdziła, że „przyklejenie kręgosłupa do ławki”, czyli leżenie płasko jest:

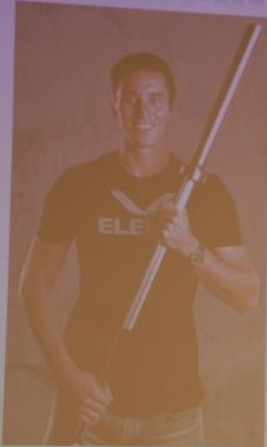
- nienaturalne ze względu na naturalne krzywizny kręgosłupa
- szkodliwe dla zdrowia

Jeśli chodzi o inne „mniejszej rangi” zmiany w przepisach to z ich ogłoszeniem poczekamy na oficjalną publikację przez IPF.

Poniżej kilka zdjęć z Kongresu:



**WELCOME TO
HALMSTAD**



**ERIK BLOMBERG
CEO ELEIKO**



IPF CONGRESS 4 Nov 2018

ERIK BLOMBERG
CEO, Eleiko Group AB

**IPF WORLD 18
POWERLIFTING**

C H A M P I O N S H I P S

ELEIKO / HALMSTAD / SWEDEN / NOV 4-10





1957

IT ALL BEGAN IN HALMSTAD WITH A WAFFLE IRON



It all began in Halmstad with a waffle iron. The waffle pattern on the iron plates was a result of the manufacturing process. The waffle pattern was a result of the manufacturing process. The waffle pattern was a result of the manufacturing process.

ELEIKO INNOVATION

A BICYCLE TIRE CHANGES EVERYTHING 1967

When introduced in 1967, Eleiko's new waffle-patterned iron plates were a major innovation. The waffle pattern was a result of the manufacturing process. The waffle pattern was a result of the manufacturing process.



THE STIG 1957-1962 STARTS A CLUB



1969 APPROVED BY IWF INTERNATIONAL WEIGHTLIFTING FEDERATION

1970 PUTTING HALMSTAD ON THE MAP



Less than 15 years after debuting its equipment at a championship event, Eleiko's waffle-patterned iron plates and discs are now used in over 120 countries.

ELEIKO SETS A NEW STANDARD. 1963 AT WORLD CHAMPIONSHIPS



1980 GOING BEHIND THE IRON CURTAIN



Eleiko's iron plates were the first to be used in the Soviet Union. The waffle pattern was a result of the manufacturing process. The waffle pattern was a result of the manufacturing process.

GOING VIRAL BEFORE VIRAL WAS A THING 1976

Eleiko's iron plates were the first to be used in the Soviet Union. The waffle pattern was a result of the manufacturing process. The waffle pattern was a result of the manufacturing process.



MAKING THE BEST A LITTLE BETTER 1995 - 1998

Eleiko's iron plates were the first to be used in the Soviet Union. The waffle pattern was a result of the manufacturing process. The waffle pattern was a result of the manufacturing process.

THE \$8 19

Eleiko often sells its equipment at a discount. The waffle pattern was a result of the manufacturing process. The waffle pattern was a result of the manufacturing process.





Starty rozpoczęły się w poniedziałek rano. Zawody jak to jest zawsze u Skandynawów były znakomicie przygotowane. Na rozgrzewce było 6 pomostów dla zawodników a **cały sprzęt włącznie z pomostem i wykładziną na sali rozgrzewki był nowy**. Organizator zapewnił nawet odpowiednią ilość maszynek do zwijania bandaży: 8 sztuk. Jeden z zestawów maszynek do zwijania bandaży widoczny jest na zdjęciu. Obok pomostu startowego były oprócz monitorów 2 duże telebimy o wymiarach mniej więcej 4metry x 3 metry.

MARIUSZ GROTKOWSKI		POLAND	AGE 28
	CATEGORY	66KG	
	YEARS COMPETING	6	
	JOB		
	SQUAT P.B.	285KG	
	TOTAL P.B.	768KG	

Już tego dnia po południu wystartował pierwszy z naszych zawodników w kategorii do 66kg - Mariusz Grotkowski.

Ze wstępnych zgłoszeń wynikało, że przy dobrym układzie sił Mariusz może nawet pokusić się o zdobycie

medalu. Po rozgrzewce do przysiadu widać było, że Mariusz tego dnia jest silny w tym boju, ale może być problem z głębokością przysiadu. Znalazło to swoje potwierdzenie na pomoście. Mariusz pierwsze i trzecie podejście spalił za małą głębokość, ale i tak zaliczając 280kg w drugim podejściu do drugiego zawodnika po przysiadzie tracił zaledwie 10kg.

Drugie zaliczone podejście Mariusza w przysiadzie na ciężarze 280kg



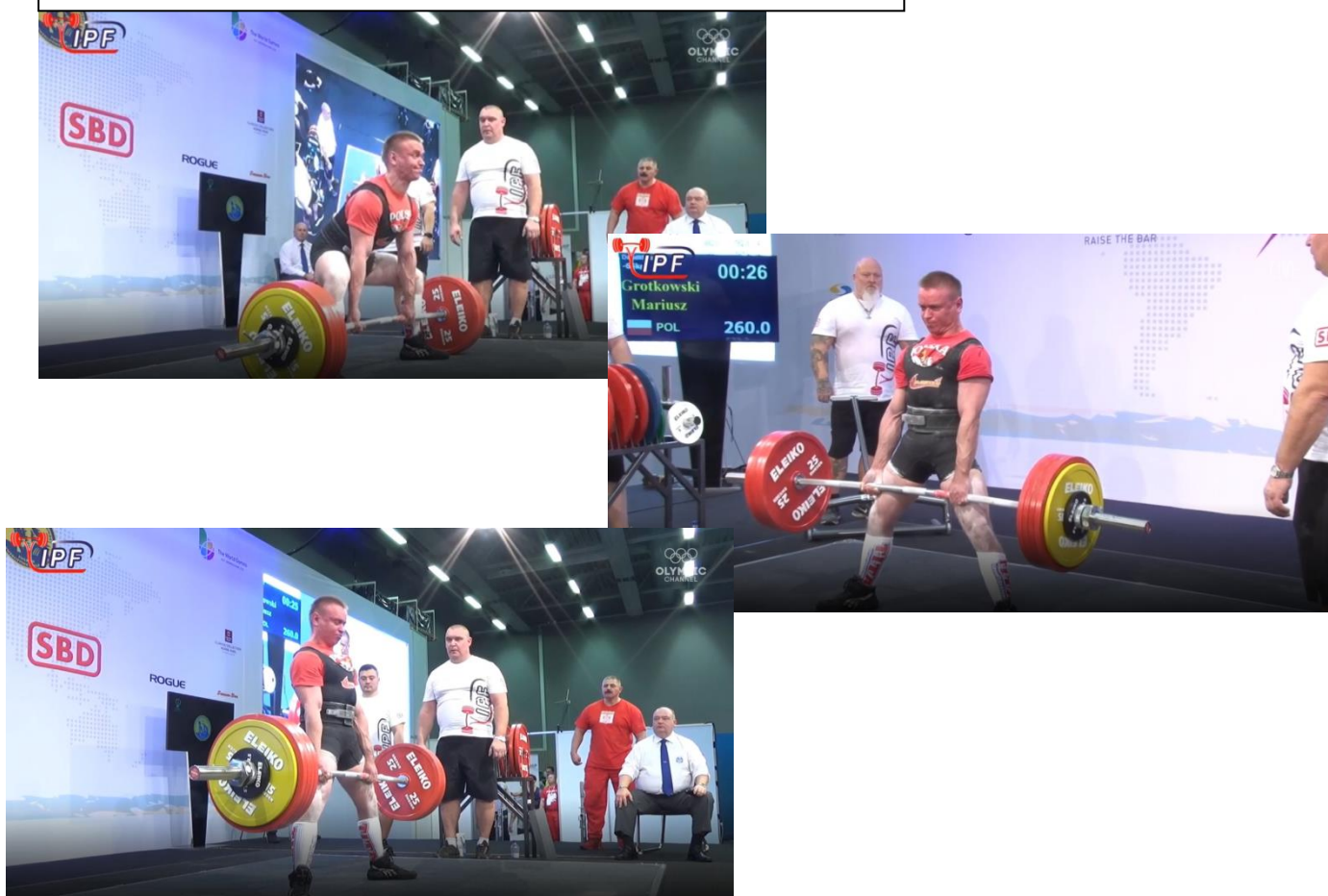
W wyciskaniu Mariusz czuje się bardzo dobrze i wiadomo było, że tym bojem poprawi swoją pozycję. Po zaliczeniu w drugim podejściu 215kg na trzecie został zadysponowany ciężar 221kg, czyli był to atak na rekord Świata i Mariusz zaliczył ten ciężar stając się rekordzistą Świata przez... 1 minutę, bo chwilę po nim ciężar 221,5kg, czyli zaledwie 0,5kg wyższy zaliczył Tajwańczyk Hsieh Tsung-Ting – wielce utytułowany zawodnik, który dzień wcześniej na Kongresie IPF został wpisany do „Galerii Sław IPF”.

Rekordowe podejście Mariusza do ciężaru 221kg w wyciskaniu



Po dwóch bojach Mariusz zajmował dobre trzecie miejsce. W martwym ciągu Mariusz zaliczył kolejno: 250kg i 260kg, a nie udało mu się podnieść 270kg. Finalnie uzyskał w trójboju 761kg, co dało mu 5 miejsce, a do medalu brakło zaledwie 14kg. Widać, że Mariusz ma jeszcze duże rezerwy w szczególności w przysiadzie i wyciskaniu. Należą się mu wielkie brawa za uzyskany wynik tym bardziej, że w mieście gdzie mieszka i na siłowni w której trenuje nie ma tradycji trójbojowych i Mariusz sam musi... wiązać sobie bandaże do przysiadów. Trójboiści „sprzętowi” wiedzą co to oznacza i jakiej siły woli i charakteru wymaga taki trening przysiadów w sprzęcie.

Drugi, zaliczony ciąg Mariusza na ciężarze 260kg



Następnego dnia zawodów w kategorii do 74kg wystartowało dwóch naszych zawodników: Kamil Iwasiow, i Jarosław Olech.

Jako pierwszy na pomost w poszczególnych bojach wychodził Kamil, który w przysiadzie zaliczył w trzecim podejściu 240kg i widać było że zawodnik ma duże rezerwy, ale musi poprawić technikę i wykonywać więcej przysiadów w sprzęcie. W wyciskaniu Kamil tego dnia był słabiej dysponowany i zaliczył 145kg, zaś w martwym ciągu 215kg. Start na najważniejszych zawodach w TS Sprzętowym został zaliczony i teraz należy wyciągnąć wnioski ze spalonych podejść i trenować dalej.

Podejście Kamila Iwasiowa do 240kg w przysiadzie



Etatowym naszym zawodnikiem w tej kategorii na MŚ jest Jarek Olech, który przystępował do tego startu będąc **16-krotnym Mistrzem Świata** rok po roku. Wszyscy zastanawiali się, czy uda się Jarkowi po raz 17 zdobyć tytuł Mistrza Świata, czy może już poprawiający się z roku na rok jego rywal z Rosji Gaishinetc Sergei wreszcie „dogoni” Polaka.

Jarek jak zwykle rozpoczął od mocnego uderzenia w przysiadzie, zaliczając w kolejnych podejściach 345kg, 360kg i dysponując na trzecie podejście ciężar wyższy od własnego rekordu Świata o 2,5kg, czyli ciężar 370kg. Podejście jest spalone 2:1, ale po interwencji sztabu trenerskiego u jury podejście to zostaje zaliczone i mamy nowy rekord Świata w tej kategorii równy 370kg ! Jak duży jest to ciężar jak na tę kategorię wagową może świadczyć fakt, że w wyższej kategorii, czyli do 83kg najlepszy zawodnik nawet nie zbliżył się do tego ciężaru w przysiadzie, zaliczając „zaledwie” 345kg. W wyciskaniu Jarek rozpoczął od 210kg, a następnie zadysponował ciężar 215kg, którego nie udało mu się dwukrotnie wycisnąć. W wyciskaniu Jarek tego dnia był słabszy niż na treningach, na których ostatnio wyciskał już 222,5kg. W martwym ciągu Jarek miał rozpoczynać od 290kg, ale po analizie pierwszych podejść rywali i dyspozycji Jarka po rozgrzewce trenerzy podwyższyli pierwsze podejście na 295kg, które Jarek lekko zaliczył. W drugim podejściu zawodnik zaliczył 310kg, a jego najgroźniejszy, a w zasadzie jedyny rywal mogący nawiązać walkę, czyli Rosjanin zalicza 322,5kg i wtedy przegrywa już z Jarkiem tylko o 7,5kg. W trzecim podejściu Jarek podchodził do ciężaru 315kg i pomimo, że lekko oderwał ten ciężar od pomostu ale dociągnął tylko do kolan. I teraz rozpoczęło się nerwowe oczekiwanie na to co zrobi Rosjanin. Matematyka teoretycznie jest tutaj prosta: Rosjanin przegrywa o 7,5kg i jest cięższy o 5gram, a więc musi

podnieść 10kg więcej niż w drugim podejściu, czyli 332,5kg. I w tym momencie tak doświadczony sztab trenerski jakim są rosyjscy trenerzy popełnia poważny błąd. A mianowicie ciężar 332,5kg to rezultat wyższy od aktualnego rekordu Świata w martwym ciągu w tej kategorii, który minutę wcześniej poprawił Norweg zaliczając 328,5kg, a to oznacza, że Rosjanin nie musi podchodzić do ciężaru stanowiącego wielokrotność 2,5kg. Żeby zaatakować Polaka wystarczyło mu 330,5kg, a należy nadmienić że na Mistrzostwach Rosji zawodnik ten zaliczył 331kg. Polscy trenerzy wiedzieli o tym, że Rosjaninowi wystarczy ten wynik aby ograć Jarka i w napięciu czekali, czy Rosjanie obniżą trzecie podejście z zadysponowanego wcześniej ciężaru 332,5kg. Tak się na szczęście nie stało i Rosjanin nie pociągnął 332,5kg dzięki czemu Jarosław Olech **po raz 17 został Mistrzem Świata**, wyrównując tym samym rekord legendarnego Japończyka Hideaki Inaby, który w latach 80 – tych i 90 – tych XX wieku 17 razy został Mistrzem Świata, przed pojawieniem się w jego kategorii na pomostach naszego zawodnika Andrzeja Stanaszka.

Po starcie na sali rozgrzewki Rosjanin Gaishinets Sergei skomentował krótko swój start.: „następnym razem..”, ale jeszcze ciekawsza była odpowiedź jego kolegi z drużyny, drugiego zawodnika w open na tych zawodach Siergieja Fiedosienki :”co roku tak mówisz...”.

Poniżej kilka zdjęć ze startu Jarka:



A digital athlete profile card for Jarosław Olech. The card features a portrait of the athlete on the left and a list of statistics on the right. At the top, it displays the athlete's name, country (Poland), and age (44). The background is dark blue with red accents. At the bottom, there are logos for sponsors: ELEIKO, APLYFT, and SBD.

JAROSLAW OLECH		POLAND	AGE 44
	CATEGORY	74KG	
	YEARS COMPETING	26	
	JOB	ATHLETE	
	BENCH PRESS P.B.	220KG	
	TOTAL P.B.	908KG	

ELEIKO RAISE THE BAR

APLYFT

SBD

Przysiad Jarka Olecha na rekordowym ciężarze 370kg !





Wyciskanie Jarka na ciężarze 210kg





Martwy ciąg Jarka na ciężarze 310kg



DEADLIFT #3 Open : -74 [1]

PL	a	Name	Lifters	Team	B	Year	DOB	H	L	To SUM		Attempts of DEADLIFT				Result	Progression
										90	95	1	2	3	Best (PL)		
Division : Open																	
W.Class : -74kg																	
1		Olech J.	POL	74	173,40	12		370,0	210,0	295,0	310,0	315,0	310,0	[3]	890,0	890,0	1
2		Gaishineto S.	RUS	86	173,45	12		340,0	220,0	310,0	322,5	332,5	322,5	[2]	882,5	882,5	2
3		Bakkeland K.	NOR	88	172,95	11		325,0	215,0	305,0	322,5	328,5	328,5	[1]	868,5	868,5	3
4		Eriksson A.	SWE	94	173,80	13		322,5	245,5	280,0	292,5	300,0	300,0	[5]	868,0	868,0	4
5		Chorny V.	UKR	97	173,60	19		335,0	200,0	275,0	295,0	307,5	307,5	[4]	842,5	842,5	5
6		Ochoa A.	ECU	90	173,65	17		315,0	227,5	265,0	265,0	272,5	272,5	[6]	815,0	815,0	6
7		Otani N.	JPN	80	173,15	13		290,0	240,0	250,0	250,0	260,0	250,0	[7]	780,0	780,0	7
8		Cioflica A.	ROU	90	173,20	14		240,0	195,0	200,0	220,0	230,0	230,0	[8]	665,0	665,0	8
9		Iwaszow K.	POL	84	167,10	15		240,0	145,0	200,0	215,0	222,5	215,0	[10]	600,0	600,0	9
—		Meiyanto D.	INA	89	173,35	18		310,0	180,0	X	X	X	—	0,0	0,0	—	
—		Damdinsuren B.	MGL	84	173,40	10		300,0	0,0	200,0	210,0	220,0	220,0	[9]	0,0	0,0	—