

# Zacząło się od „raczkowania” na rolkach fitness 2016, skończyło „złotym medalem” ulicznych Mistrzostw Polski we Wrocławiu 2019

**Klaudia Tyszkiewicz** (14 lat), zawodniczka Uczniowskiego Klubu Sportowego ZWOLEŃ-TEAM wrotkarstwa szybkiego, czyli rolek szybkich, udowadnia, że nie ma rzeczy niemożliwych.

Klaudia uczennica Szkoły Podstawowej w Zwoleniu swoją przygodę z rolkami rozpoczęła od obejrzenia pierwszego treningu grupy zaawansowanej UKS Z-T, a było to w 2016 roku. *"Trener zaprosił mnie na zajęcia i rzucił hasło, żeby spróbować jazdy na rolkach szybkich i się w tym sporcie pobawić. Pomyślałam, że świetnie, choć początkowo buty Speed nie do końca spodobały się, nie były wygodne. Akurat to był taki moment w moim życiu, że szukałam konkretnego sportu, rówieśników o podobnych zainteresowaniach i pomyślałam, że zajmę się pracą na treningach, która będzie przyjemna i pożyteczna zarazem, przyniesie efekty"* - mówi Klaudia.

*Po 3 miesięcznym szkoleniu wystartowałam w pierwszych zawodach na swoich rolkach fitness, a było to w **Grójcu** (2016 r.), gdzie zajęłam na dystansie 200 metrów **5 miejsce**. I to był przełom, gdzie na maxa ten sport spodobał mi się, rywalizacja na większych prędkościach, niesamowita atmosfera wyścigów - dodaje.*

Po zainwestowaniu w sprzęt (2017 r.), czyli "buty Speed, koła 110mm" systematycznie uczęszczałam na każde zajęcia w hali, w plenerze, które prowadził **trener Łukasz Flejszer**. W nowym podwoziu zaczynałam z rówieśnikami metodą prób i błędów, od obniżenia pozycji, wydłużenia wykroku, budowania siły odbicia, umiejętności hamowania, jazdy w zakrętach.

Jako, że Speed Skating jest sportem dynamicznym, szybkim wymaga dużej cierpliwości. "Nie zawsze wszystko działa, pogoda w plenerze nie zawsze jest idealna, więc trzeba mieć taką dozę kompromisu w sobie, żeby dostosować się do pewnych sytuacji, które się wydarzają. Jednak emocje i wrażenia rekompensują wszystko" - przekonuje Klaudia.

Do tej pory Tyszkiewicz uczestniczyła w ponad **100 zawodach** naszego kraju. Jej największym osiągnięciem było:

**1 miejsce** w ulicznych MISTRZOSTWACH POLSKI (Wrocław 15-16.06.2019)  
w konkurencji 6000 m na punkty **/ZŁOTY MEDAL/**

**3 miejsce** w ulicznych MISTRZOSTWACH POLSKI (Wrocław 15-16.06.2019)  
w konkurencji 6000 m na eliminacje **/BRĄZOWY MEDAL/**

**3 miejsce** w ulicznych MISTRZOSTWACH POLSKI (Wrocław 15-16.06.2019)  
w konkurencji 580 m na 1 rundę **/BRĄZOWY MEDAL/**

**3 miejsce** w torowych MISTRZOSTWACH POLSKI (Tomaszów Lubelski 31.05-2.06.19) w

konkurencji 3000 m na punkty /**BRAZOWY MEDAL torowych Mistrzostw Polski**/

**1 miejsce** w ulicznym PUCHARZE POLSKI (Gostynin 14.04.2019)  
na dystansie 22,4 km w kat. open KOBIECY

**1 miejsce** w ulicznym PUCHARZE POLSKI (Grodzisk Wielkopolski 27.04.2019)  
na dystansie 3100 m w kat. K13-14

**1 miejsce** w ulicznym PUCHARZE POLSKI (Gorlice 18.05.2019)  
na dystansie 22,780 km w kat. open KOBIECY

\* \* \*

Zapraszamy do obejrzenia materiału video z ogólnorozwojowych treningów Klaudii:  
[https://www.youtube.com/watch?v=EUM\\_udU2Mbo&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=EUM_udU2Mbo&feature=youtu.be)