

MI
LA / COR
NO TI
NA



FUNDACJA
POLSKIEGO KOMITETU
PARALIMPIJSKIEGO

2026

XIV
ZIMOWE
IGRZYSKA
PARALIMPIJSKIE



2026

**XIV
ZIMOWE
IGRZYSKA
PARALIMPIJSKIE**

AUTORZY TEKSTÓW: Michał Pol, Tomasz Przybysz-Przybyszewski

ZDJĘCIA: Bartłomiej Zborowski/Polski Komitet Paralimpijski,
Bartek Syta/Robert Szaj/Polska Fundacja Paraolimpijska,
Łukasz Misiuro, Tomasz Gwistka

REDAKTOR PROWADZĄCY: Marzenna Zawadzka

REDAKCJA TEKSTÓW: Anna Borysławska

KOREKTA TEKSTÓW: Robert Kamiński

PROJEKT, SKŁAD I ŁAMANIE: Luiza Sucharda

OPRACOWANIE
SCENARIUSZA Aleksandra Ragus,
I KONCEPCJI PUBLIKACJI: Łukasz Misiuro

DRUK: ABEDIK SPÓŁKA AKCYJNA, Na Miasteczku 12/345, 61-144 Poznań

NAKŁAD: 2 500 egz.

WYDAWCA: Fundacja Polskiego Komitetu Paralimpijskiego
ul. Konwiktorska 9 lok. 2, 00-216 Warszawa

ISBN 978-83-981773-0-6

Wydanie albumu współfinansowane ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych oraz ze środków finansowych Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej Ministerstwa Sportu i Turystyki, w ramach projektu polegającego na upowszechnianiu sportu osób z niepełnosprawnościami.

SPIS TREŚCI

Ciao Italia!	15
Poznaj kadrę na Mediolan-Cortinę 2026	23
Igrzyska dzień po dniu	77
Powitania, honory, zaszczyty	138
Klasyfikacja medalowa XIV Zimowych Igrzysk Paralitypijskich Mediolan-Cortina 2026	144
Wszystkie wyniki Polaków w Mediolanie-Cortinie	146
Polskie medale zimowych igrzysk paralitypijskich	148
Reprezentacja Polski na XIV Zimowych Igrzyskach Paralitypijskich w Mediolanie-Cortinie	150



Szanowni Państwo,

Zimowe Igrzyska Paralimpijskie Mediolan-Cortina 2026 po raz kolejny pokazały, że sport nie zna barier, a o sukcesie decydują przede wszystkim determinacja, wytrwałość i odwaga. Każdy start naszych reprezentantek i reprezentantów był dowodem niezwyklej siły charakteru oraz gotowości do przekraczania własnych granic.

Dwa medale – srebrny i brązowy – zdobyte przez reprezentację Polski są powodem do dumy i pięknym zwieńczeniem miesięcy ciężkiej pracy zawodników, trenerów oraz całych sztabów szkoleniowych. Za każdym z tych sukcesów stoją niezliczone godziny treningów, wyrzeczeń i konsekwentnego dążenia do celu.

Występy naszych paralimpijczyków udowodniły, że prawdziwe zwycięstwo rodzi się z pasji, wytrwałości i wiary we własne możliwości. Ich osiągnięcia są inspiracją nie tylko dla młodych sportowców, ale dla wszystkich, którzy każdego dnia mierzą się z własnymi wyzwaniami.

Raz jeszcze serdecznie gratuluję wszystkim członkom reprezentacji Polski. Dziękuję za emocje, których nam dostarczyliście, za godne reprezentowanie naszego kraju i za to, że pokazujecie, iż odwaga oraz determinacja potrafią pokonać każdą przeszkodę.

*Z wyrazami szacunku
Jakub Rutnicki
Minister Sportu i Turystyki*



Szanowni Państwo,

już od wielu lat Polski Komitet Paralimpijski z zaangażowaniem realizuje swoją misję, jaką jest rozwój i promocja sportu osób z niepełnosprawnościami oraz przygotowanie reprezentacji narodowej do udziału w najważniejszych wydarzeniach sportowych na świecie. Działalność ta przynosi efekty nie tylko w postaci wyników sportowych, lecz przede wszystkim w zmianie społecznego postrzegania sportu paralimpijskiego oraz jego bohaterów. Z wielką satysfakcją mogę wyrazić uznanie dla wszystkich, którzy przyczyniają się do tego sukcesu, przy okazji niniejszego albumu poświęconego Zimowym Igrzyskom Paralimpijskim Milano-Cortina 2026.

W Polsce systematycznie rośnie liczba sportowców, dla których niepełnosprawność nie stanowi bariery w realizacji pasji i osiąganiu ambitnych celów. Ich determinacja, hart ducha i konsekwencja sprawiają, że coraz częściej odnoszą sukcesy na arenie międzynarodowej, wzbudzając podziw i inspirując kolejne pokolenia. Starty paralimpijczyków przyciągają rosnące grono kibiców, którzy doceniają nie tylko ich osiągnięcia, ale również niezwykłą siłę charakteru i wolę walki.

Zimowe Igrzyska Paralimpijskie Milano-Cortina 2026 to kolejne wielkie święto sportu, a zarazem symbol jedności, integracji i wzajemnego szacunku. Biało-Czerwoni rywalizowali w wymagających dyscyplinach zimowych, takich jak paronarciarstwo biegowe i alpejskie, parabiathlon czy parasnowboard. Każda z tych konkurencji wymagała najwyższego poziomu przygotowania fizycznego, technicznego oraz umiejętności radzenia sobie w zmiennych warunkach atmosferycznych. Występ naszej reprezentacji był świadectwem profesjonalizmu, zaangażowania i ogromnej pracy wykonanej na drodze do igrzysk.

Album dokumentujący udział polskiej reprezentacji w igrzyskach w Mediolanie i Cortinie nie tylko pozwala prześledzić przebieg sportowej rywalizacji, lecz także przybliży historie zawodniczek i zawodników – ich drogę do sukcesu, codzienne wyzwania, determinację oraz marzenia. To opowieść o ludziach, którzy nie uznają ograniczeń i każdego dnia udowadniają, że pasja oraz ciężka praca mogą prowadzić do wyjątkowych osiągnięć.

Jestem przekonana, że występy naszych paralimpijczyków jeszcze wielokrotnie dostarczą nam powodów do dumy i radości, a ich postawa pozostanie inspiracją dla całego społeczeństwa. Wszystkim zawodniczkom i zawodnikom, trenerom, sztabowi szkoleniowemu oraz osobom zaangażowanym w przygotowania składam serdeczne gratulacje i podziękowania. Życzę Państwu dalszych sukcesów, satysfakcji z realizacji sportowych pasji oraz kolejnych rekordów i zwycięstw.

Z wyrazami szacunku

Małgorzata Lorek

Prezes Zarządu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych



Szanowni Państwo,

XIV Zimowe Igrzyska Paraliimpijskie w Mediolanie-Cortinie przeszły do historii. Niezwykle cieszy, że – po przerwie w Pekinie – po ośmiu latach wróciliśmy na podium. To pokazuje, że mamy w Polsce sportowe talenty. Ich rozwój to zasługa rodziców, trenerów, klubów sportowych, a także sponsorów i partnerów, jednak przede wszystkim jest to efekt ciężkiej pracy samych zawodników.

Zaledwie 0,27 sek. dzieliło Michała Gołasia i Kacpra Walasa od złota w slalomie. Ostatecznie w swoim debiucie na igrzyskach paraliimpijskich zdobyli srebro, a wcześniej brąz w slalomie gigancie. To ogromny sukces! Do tego wśród ekspertów podkreśla się, że Michał jedzie najbliżej swojego przewodnika w całej stawce. Nasi zawodnicy są przez to wskazywani jako wzorzec w narciarstwie alpejskim osób z niepełnosprawnością wzroku.

To niewątpliwie świadczy o ich dużych umiejętnościach, ale też spora w tym zasługa trenera Michała Kłusaka, architekta ich sukcesów. Jeśli do tego weźmiemy pod uwagę fakt, że nasi reprezentanci są bardzo młodzi, z uśmiechem możemy patrzeć w przyszłość. W oparciu o nich i ich sukcesy można też budować grupę sportowców, rozwijając polskie parannarciarstwo alpejskie na najwyższym poziomie.

Dwa medale to świetna promocja tego sportu, podobnie jak nasza obecność w rywalizacji parasnowboardowej. Przyzwolicie zaprezentowali się też parannarciarze biegowi i parabiathloniści, a jedynie nie do końca jeszcze zobiektywizowane przeliczniki czasu spowodowały, że Witold Skupień na trzecich igrzyskach z rzędu znalazł się poza podium, ponownie zajmując piąte miejsce. Na pewno daje mu to poczucie niespełnienia i mam nadzieję, że spróbuje jeszcze za cztery lata powalczyć o swój medal, na który ciężko pracuje.

Medale Michała i Kacpra są dla mnie szczególnie ważne, jako dla byłego reprezentanta Polski w parannarciarstwie alpejskim. Wiadomo, że bliższa koszula ciału, ale z medali w innych dyscyplinach cieszyłbym się tak samo. Mam nadzieję, że te sukcesy pokażą innym, że jest to osiągalne, że można walczyć o medale w każdym sporcie, a ciężka praca daje wymierne efekty.

Ze sportowym pozdrowieniem
Łukasz Szeliga
Prezes Polskiego Komitetu Paraliimpijskiego



tworzymy
polski sport



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



CIAO
ITALIA!

CIAO ITALIA!

Po 70 latach od zimowych igrzysk olimpijskich, Cortina d'Ampezzo znów gościła najlepszych sportowców świata. Tym razem także zawodników z niepełnosprawnościami. W dniach 6-15 marca 2026 roku w Mediolanie i Cortinie odbyły się XIV Zimowe Igrzyska Paralimpijskie.

Pięć aren gościło zawody sportowe. Parahokeiści walczyli w Mediolanie, w nowiutkiej, mogącej pomieścić 14 tys. kibiców Arenie Santa Giulia. Rywalizacja w curlingu na wózkach odbywała się w Cortinie d'Ampezzo na historycznym, choć zmodernizowanym, Stadionie Olimpijskim, który powstał na igrzyska w 1956 roku. Tam też miała miejsce ceremonia zamknięcia XIV Zimowych Igrzysk Paralimpijskich. Także w Cortinie, u stóp masywu Tofan w Dolomitach, zlokalizowano Park Parasnówboardowy, mogący pomieścić 1500 widzów.



Niedaleko jest też renomowany ośrodek narciarstwa alpejskiego, z legendarną trasą zjazdową Olimpia delle Tofane o długości 2560 metrów i różnicy wysokości 750 metrów. Paranarciarze biegowi i parabiathloniści wystartowali z kolei w Tesero, niemal 100 km dalej, w sercu Val di Fiemme. Warto też wspomnieć o szóstym obiekcie, na którym podczas igrzysk paralimpijskich odbyła się wyłącznie ceremonia otwarcia – to rzymski amfiteatr w Weronie, powstały niemal 2000 lat temu z myślą o walkach gladiatorów. Tym razem przywitał tych, którzy – już w pokojowy sposób – mierzyć się mieli w walce o medale.

411 medali

Te są niezwykle efektowne. Mają po 8 cm średnicy i 1 cm grubości. Są w zasadzie jednakowe dla olimpijczyków i paraliimpijczyków. W skład złotych wchodzi 500 g srebra i 6 g złota, na srebrne składa się 0,5 kg srebra, a surowcem dla brązowych jest 420 g miedzi. Wyprodukowano łącznie 1146 medali, spośród których 411 (po 137 każdego kruszcu) trafiło do sportowców z niepełnosprawnościami.

Różnice w wersji olimpijskiej i paraliimpijskiej są niewielkie. Pierwsza ma na awersie pięć kółek, druga

– Agitos, czyli symbol ruchu paralimpijskiego. Z tyłu wszystkie mają logo igrzysk i nazwę dyscypliny, w której medal został zdobyty. W wersji paralimpijskiej na rewersie jest też tekst w brajlu.

50 lat minęło...

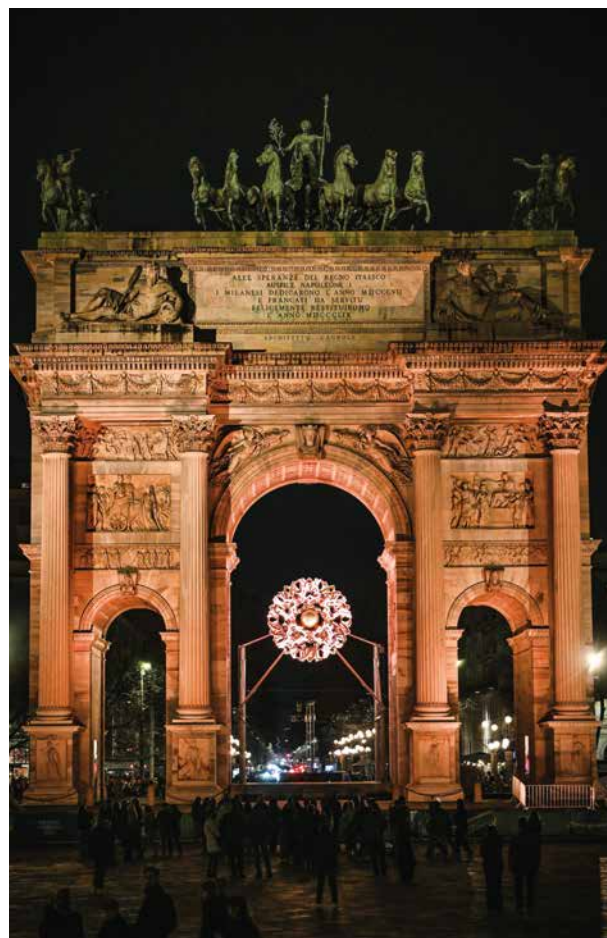
Pierwsze zimowe igrzyska paralimpijskie odbyły się 50 lat temu, w 1976 roku, w szwedzkim Örnsköldsvik, 16 lat po pierwszych letnich paraigrzyskach (włoskich zresztą, bo zorganizowano je w Rzymie). Od Albertville 1992 zimowa rywalizacja odbywa się w tych samych miejscach, co igrzyska olimpijskie, a od Salt Lake City 2002 działa wspólny komitet organizacyjny.

Zimowe igrzyska paralimpijskie w kolejnych latach znacząco urosły. Już do Nagano w 1998 roku przyjechało 571 sportowców z 34 krajów, czyli niemal trzykrotnie więcej niż do Örnsköldsvik.

W Mediolanie-Cortinie wystartowało ostatecznie 611 zawodniczek i zawodników z 55 krajów (to rekord igrzysk zimowych). Wśród nich było 160 kobiet (to wzrost o 18 proc. w stosunku do igrzysk w Pekinie), a medale trafiły aż do 27 krajów (poprzedni rekord to 25 państw w Lillehammer w 1994 roku).

Sprint przez dyscypliny

Rośnie też na igrzyskach liczba dyscyplin – w 1976 roku o medale rywalizowano jedynie w paronarciarstwie alpejskim i biegowym, obecnie sportów jest sześć:



Curling na wózkach – gra zespołowa rozgrywana na lodzie przez osoby poruszające się na wózkach. Reguły są spójne z wersją dyscypliny dla osób pełnosprawnych. Zawodnicy wyrzucają granitowe kamienie w kierunku tzw. domu za pomocą kija ze specjalnym uchwytem. Zasadnicza różnica: w curlingu na wózkach nie ma tzw. szczotkowania.

Hokej na sledgach – na sledgach lub sledzach, zwany także parahokejem, to siedząca wersja tej zimowej dyscypliny. Zamiast jednego kija gracz ma do dyspozycji dwa krótsze, każdy z zakrzywioną łopatką do kontrolowania krążka z jednej strony i ze stalowymi kolcami do manewrowania sledżem i poruszania się po lodzie – z drugiej.

Parabiathlon – celne oko, pewna ręka, do tego kondycja i mocne nogi. To przepis na sukces w biathlonie. Jego paralimpijska wersja różni się jedynie tym, że niektórzy startują na siedząco, inni radzą sobie bez rąk, a jeszcze kolejni zamiast wzroku używają na strzelnicy słuchu. Zwycięstwo wszystkim smakuje jednak tak samo.

Paranarciarstwo alpejskie – może to być zjazd z prędkością ponad 100 km/h, może być slalom z kilkudziesięcioma gęsto ustawionymi tyczkami. Są też supergigant, slalom gigant, superkombinacja. Ośnieżone stoki czekają na każdego – czy jeździ na stojąco, czy na siedząco, na dwóch nogach czy na jednej, używając wzroku czy polegając na przewodniku.

Paranarciarstwo biegowe – biega się „klasykiem” lub „łyżwą”, od sprintu do dystansu 20 km. Można to robić w pozycji siedzącej (na sprzęcie typu sledge) albo stojącej (używając kijów lub nie). Niewidomego zawodnika wspiera przewodnik, który biegnie na nartach przed nim i informuje go o szczegółach trasy, jak zakręty, pochyłości czy spadki.

Parasnowboard – bandy, rollery, skocznie, wu-tangi – takie przeszkody czekają na torze do snowboard crossu, natomiast banked slalom to trasa o nawet 35-procentowym nachyleniu. Wszystko to w atmosferze dobrej

zabawy. Nic dziwnego, że ta dynamiczna dyscyplina przebojem wdarła się do programu igrzysk paralimpijskich i wciąż się rozwija.

W czterech ostatnich dyscyplinach w Mediolanie-Cortinie zobaczyliśmy reprezentantki i reprezentantów Polski.

Polska historia

Włochy po raz drugi gościły zimowe igrzyska paralimpijskie. Poprzednie odbyły się 20 lat temu w Turynie i były do tej pory ostatnimi, z których reprezentacja Polski wróciła zimą ze złotym medalem. Dokładnie z dwoma złotymi, zdobytymi przez Katarzynę Rogowic w biegach na dystansach 5 km techniką dowolną i 15 km techniką klasyczną. Do igrzysk w Mediolanie-Cortinie nasi zawodnicy w zimowych igrzyskach paralimpijskich zdobyli 45 medali.

Startują od pierwszej edycji (z przerwą na rok 1980) i niewiele brakowało, by już z niej przywieźli medale. W Örnsköldsvik w 1976 roku medal był nawet nie tyle na wyciągnięcie ręki, co dokładnie się w naszych rękach znalazł. Tadeusz Chwiejczak ukończył narciarski bieg na 5 km na drugim miejscu i choć został uroczyście udekorowany, ostatecznie nie został sklasyfikowany. Przyczyną był protest jednej z reprezentacji, na wniosek której jury zawodów nie uznało niedowładu ręki jako równoznacznego z amputacją, i zdyskwalifikowało Polaka.

Protest nic nie dał i na polskie medale trzeba było poczekać do 1984 roku, gdy igrzyska odbywały się w Innsbrucku. Polacy odkuli się w świetnym stylu,

zdobywając aż 13 miejsc na podium i zajmując dziewiąte miejsce w końcowej klasyfikacji! To do dziś najlepsze osiągnięcie naszych paralimpijczyków na zimowych igrzyskach. Trzeba jednak przyznać, że o podium jest coraz trudniej. Do igrzysk w Mediolanie-Cortinie, ostatni z zimowych medali zdobył dla Polski Igor Sikorski – brąz w slalomie gigancie w Pjongczangu w 2018 roku.

Ogień Stoke Mandeville

Płomień pochodni paralimpijskiej igrzysk w Mediolanie-Cortinie zapalony został 24 lutego w Stoke Mandeville, miejscu, w którym w 1948 roku dr Ludwig Guttman zorganizował pierwsze zawody dla osób z niepełnośprawnościami. Późniejsza wędrówka ognia trwała 11 dni, a poniosło go 501 biegaczek i biegaczy, którzy pokonali łącznie 2000 km po północy Włoch. Najpierw, do 2 marca, zorganizowanych zostało pięć Festiwali Płomienia (w Mediolanie, Turynie, Bolzano, Trydencie



i Trieście), a w ciągu ostatnich 4 dni z Cortiny d'Ampezzo, przez Wenecję i Padwę, pochodnia dotarła do Werony, gdzie odbyła się ceremonia otwarcia igrzysk.

Ceremonię i starty Polaków można było oglądać na antenach TVP3, TVP Sport oraz w kanałach online – na stronie internetowej TVP Sport, w aplikacji mobilnej TVP Sport oraz Smart TV. Rywalizację komentowały m.in. gwiazdy sportu paralimpijskiego: Katarzyna Rogowiec – trzykrotna medalistka igrzysk w biegach narciarskich, w tym dwukrotna mistrzyni sprzed 20 lat z Turynu, Andrzej Szczesny – paraalpejczyk, uczestnik igrzysk w Vancouver, Soczi i Pekinie, oraz Monika Kotzian – wielokrotna mistrzyni świata w parasnowboardzie.

Wyprzedzając nieco fakty, warto podkreślić, że tradycyjnie już igrzyska paralimpijskie obfitowały w multimedalistów. Aż pięć medali, w tym cztery złote i srebrny, zdobyła paraalpejka Veronika Aigner, reprezentantka nie tylko Austrii, lecz także genialnego „klanu Aignerów”. Jej brat Johannes stanął bowiem na podium cztery razy, w tym trzy na najwyższym jego stopniu. Druga wśród multimedalistów była Amerykanka Oksana Masters, która w paraniarciarstwie biegowym i parabiathlonie zdobyła łącznie cztery złote medale i brąz. Wśród panów na szczycie rankingu multimedalistów był jej rodak Jake Adicoff, który zgarnął cztery złote medale w biegach.

Wspomnieć należy, że w gronie multimedalistów znalazł się także nasz paraalpejczyk Michał Gołaś, wraz ze swoim przewodnikiem Kacprem Walasem. Ale o tym na kolejnych stronach naszej publikacji.

www.pfron.org.pl
[#wspieramyparalimpijczyków](https://www.facebook.com/wspieramyparalimpijczykow)



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POZNAJ KADRĘ
NA MEDIOLAN-
-CORTINĘ
2026



MICHAŁ GOŁAŚ I PRZEWODNIK KACPER WALAS

– Z hobby, z pasji sport stał się moją pracą. Mogę realizować się w tym, co kocham, czyli jeździć na nartach – mówi Michał Gołaś. – Jak byłem młodszy, to oglądałem z kolegami zawody pucharu świata i każdy z nas marzył o tym, by też móc startować i robić to zawodowo. Z tych wszystkich osób zostałem tylko ja.

Miał 3 latka, gdy na stok zaprowadził go tata, też Michał, który kiedyś trenował i startował, odnosząc sukcesy w sporcie akademickim. Michał junior pamięta, że od razu mu się to spodobało. Tak samo jak treningi w klubach, które rozpoczął po paru latach pod okiem Dariusza Ryskali, a potem Karola Miśkowca. Z rodzinnego Krakowa w góry daleko nie jest, żeby przedłużyć sezon zaczęły się też jednak wyjazdy zagraniczne.

– Nie trzeba mnie było zmuszać, zawsze byłem chętny do jeżdżenia na nartach – podkreśla. – Dzięki tej pasji wytrzymałem, bo gdy moja wada wzroku się rozwinęła, to nie miałem już szans wygrywać z rówieśnikami. Ale właśnie to zamiłowanie do sportu było silniejsze.



Dość późno dowiedział się o rywalizacji sportowej osób słabowidzących. Nigdy wcześniej nie patrzył na siebie jak na osobę z niepełnosprawnością.

– Dla mnie niepełnosprawna to była osoba na wózku czy po amputacji – przyznaje. – Ja byłem po prostu osobą z wadą wzroku. Nie miałem świadomości, że osoby, które mają słaby wzrok, biorą udział w zawodach. Gdybym wiedział i trafił do kadry choćby o rok wcześniej, to mógłbym startować już na igrzyskach w Pekinie.

Miał 16 lat, gdy jego tata zupełnie przypadkiem trafił na Facebooku na informację o naborze do alpejskiej kadry paralimpijskiej. Michał pomyślał, że może w końcu zacząć rywalizować na równych zasadach. Spróbował, jednak jazda z przewodnikiem nie od razu przypadła mu do gustu. Przecież przez całe życie startował samodzielnie. Dał się jednak namówić i pod koniec zimy 2021 roku rozpoczął treningi, a potem starty z przewodnikiem – najpierw krótko jeździł z Magdaleną Kłusak, trenerką, siostrą szkoleniowca kadry, a potem pojawił się Kacper Walas.

Nie ma podręcznika

To w zasadzie rówieśnik Michała Gołasia, tak jak i on od dzieciństwa związany z nartami. Kacper ledwo nauczył się chodzić, a już mama zabrała go na stok. Niedaleko domu w Bukowinie Tatrzańskiej był wyciąg i tak w wieku 2 lat zaczęła się narciarska pasja. Potem już poszło: od 4. roku życia szkółka, pierwsze zawody, liga narciarska, puchar Polski, wyjazdy zagraniczne, pierwsze punkty

FIS. Szybko jednak okazało się, że bardziej profesjonalna kariera to zupełnie inna skala kosztów.

– Myślałem wtedy o końcu jeżdżenia – przyznaje Kacper. – Głównie przez pieniądze, bo to jest drogie hobby. Nie pojawiałem się wysoko w rankingach, więc finansowania nie miałem. Nie było funduszy, żebym jeździł na zawody. Myślałem wtedy bardziej, żeby pójść do jakiejś roboty.

Jego trener, Marek Kłusak, namówił go jednak na pozostanie w sporcie, choć w nieco innej roli. Syn Marka, Michał, obecny szkoleniowiec kadry paraalpejczyków, szukał dobrego przewodnika dla młodego, obiecującego Michała Gołasia.

Sport osób z niepełnosprawnościami nie był Kacprowi obcy. Już wcześniej poznał na treningach naszych czołowych paraalpejczyków – Andrzeja Szczęsnego czy Igora Sikorskiego. Nie spodziewał się jednak, że wkrótce dostanie propozycję asystowania na stoku.

Teraz w kadrze paralimpijskiej czuje się jak u siebie. Na początku miał jednak trochę wątpliwości. Nie ma przecież podręcznika dla przewodników osób z niepełnosprawnością wzroku. Wszystko jest do wypracowania samodzielnie.

– Trzeba się po prostu zgrać – podkreśla Kacper. – Tak naprawdę obaj byliśmy obcy w tym świecie, nie znaliśmy komend, nie wiedzieliśmy, co musimy gadać do siebie, jak współpracować. Ale ogarnęliśmy to po swojemu i sam fakt, że w pierwszym roku potrafiliśmy wywalczyć na międzynarodowych zawodach parę medali, pokazał nam, że może być naprawdę fajnie.

Krótkie komendy

Kacper musiał się nauczyć mniej agresywnej jazdy, zupełnie inną linią. Nie może bowiem trącać tyczek – głównie dlatego, że problem będzie miał jadący za nim Michał. Komunikują się na stoku za pomocą interkomu. To przede wszystkim krótkie komendy, na nic więcej nie ma czasu. Kacper podaje więc nazwy tzw. figur, czyli konfiguracje ustawień tyczek, albo informuje o zmianie ukształtowania terenu. Michał z kolei głównie kontroluje odległość – mówi, kiedy przewodnik powinien przyspieszyć, a kiedy zwolnić. To ważne nie tylko dla płynności jazdy – zbytne oddalenie się od siebie grozi dyskwalifikacją.

– Odległość między nami zależy od konkurencji, na przykład w slalomie optymalny dystans to jedna do półtorej tyczki. Jest kluczowy, bo im będziemy bliżej siebie, tym przeważnie lepsza jest jazda, plus jak jesteśmy za daleko, to gorzej Kacpra widzę – tłumaczy Michał. – Mam problem z widzeniem na odległość, zwłaszcza szczegółów, detali. Jak jest złe światło, to mam kłopot z ostrością. Gdy jest więc ciemno, to słabo widzę na przykład tyczki, bo zlewają się z niebem i ze śniegiem. Słabo też widzę podłoże, nie wiem do końca, po czym jadę. A jak jest słońce, dobry kontrast, to od razu jeździ mi się lepiej.

Wrodzona wada wzroku ma swoje konsekwencje w życiu codziennym. Całą podstawówkę Michał spędził z lornetką, by dojrzeć z ławki to, co nauczyciele piszą na tablicy. Fotografował kartki podręczników, by potem je sobie powiększać na tablecie. Zdaje sobie też sprawę, że obecnie w Polsce miałby problem ze zrobieniem prawa jazdy. Rywalizację sportową odbiera jednak nieco inaczej.

– Na świecie jest mnóstwo osób niepełnosprawnych, a pewnie jeszcze więcej tych, którzy mają jakieś wady wzroku, słabo widzą. Mogę więc zostać najlepszym spośród osób z wadami wzroku z całego świata – zaznacza.

Warto tu dodać, że w grupie osób z niepełnosprawnością wzroku zawodnicy są podzieleni na cztery (jeszcze niedawno: trzy) klasy, zależnie od możliwości wzrokowych. Niewidomi i słabowidzący paraalpejczycy walczą jednak o jeden komplet medali w każdej z konkurencji (od slalomu po zjazd), a końcowy wynik powstaje po przeliczeniu rzeczywiście osiągniętych czasów przez odpowiedni współczynnik danej klasy. O sukcesy nie jest więc wcale tak łatwo.

24 razy na podium

Michał z Kacprem przebojem wdarli się jednak do kadry paraalpejczyków, z miejsca stając się faworytami do medali międzynarodowych imprez. Już w listopadzie 2021 roku zdobyli dwa brązowe medale w slalomie w zawodach pucharu Europy. Przełomowe okazały się jednak zawody pucharu świata w St. Moritz w Szwajcarii niecały miesiąc później. Michał z Kacprem zajęli tam trzecie miejsce w slalomie gigancie. W styczniu 2022 roku pojechali do Norwegii na swoje pierwsze mistrzostwa świata, gdzie w superkombinacji (składającej się z jednego przejazdu supergiganta i slalomu), slalomie i slalomie równoległym zajęli czwarte miejsca. Zabrakło niewiele, by niemal z marszu pojechali na zimowe igrzyska paralimpijskie do Pekinu.

– Nie dopuścili nas przez obowiązujące wtedy przepisy
– wspomina Michał. – To był mocny cios, najgorszy moment mojej kariery, bo trenowaliśmy i przygotowaliśmy się w zasadzie do wyjazdu. Ale pomyślałem sobie, że mam cztery lata, żeby przygotować się na kolejne igrzyska.

Od następnego sezonu Michał z Kacprem na stałe zagościli na podium zawodów pucharu świata. Warto bowiem wiedzieć, że w parannarciarstwie alpejskim w grupie zawodników z niepełnosprawnością wzroku medalami nagradza się wysiłek zarówno zawodnika, jak i przewodnika. W styczniu 2023 roku Michał i Kacper w szwajcarskim Veysonnaz razem po raz pierwszy stanęli na najwyższym stopniu podium w zawodach pucharu świata. Triumfowali w slalomie gigancie. Jeszcze w tym samym miesiącu w superkombinacji wywalczyli brązowy medal mistrzostw świata w Esport w Hiszpanii.

Łącznie do igrzysk w Mediolanie-Cortinie nasi reprezentanci 24 razy stali na podium zawodów pucharu świata. Rok temu zdobyli też dwa złote medale w supergigancie i slalomie gigancie podczas 32. Zimowej Uniwersjady w Turynie (Michał studiuje na kierunku sport w szkolnym wychowaniu fizycznym na Akademii Kultury Fizycznej w Krakowie), a na kolejnych mistrzostwach świata w słoweńskim Mariborze wywalczyli dwa brązy – w slalomie i slalomie gigancie. Specjalizują się właśnie w tych dwóch konkurencjach technicznych. Jechali już wprawdzie po stoku ok. 130 km/h, ale konkurencji szybkościowych nie ma gdzie w Polsce trenować.

– Ja i tak wolę takie dynamiczne skręty, jak w slalomie, to ciekawsze, niż taka jazda „na krechę” – uśmiecha się Michał.

Z zimowych na letnie

To właśnie od konkurencji szybkościowych zaczyna się program parannarciarstwa alpejskiego na igrzyskach w Mediolanie-Cortinie. Slalomy są zaplanowane w drugiej części. Michał śmiejąc się prosi więc, by kibice nie skreślali go, gdy w pierwszym starcie nie zobaczą go na podium. Zarówno jednak on, jak i jego przewodnik są podekscytowani perspektywą walki o medale na igrzyskach paralimpijskich.

– Nigdy nie myślałem, że będę na tyle wysoko, żeby pojechać na jakiekolwiek igrzyska – przyznaje Kacper.
– Dzięki temu, że jeżdżę z Michałem, mogę to osiągnąć. To jest dla mnie coś niesamowitego.

Obaj wiele igrzyskom poświęcają. W sezonie zimowym w domach są raczej gośćmi. Zresztą i w lecie trudno im usiedzieć w miejscu. Lubią kolarstwo – Kacper górskie, Michał szosowe. To przy okazji świetny trening uzupełniający.

– Na tę chwilę są narty, na których chcę jak najwięcej osiągnąć, ale gdzieś tam z tyłu głowy mam plan, żeby też kiedyś spróbować pojechać w innej dyscyplinie na letnie igrzyska – mówi Michał tajemniczo. – Ale na razie w stu procentach skupiam się na nartach. Przede mną igrzyska i to jest numer jeden.



SPONSOR STRATEGICZNY





OLIWIA GOŁAŚ I PRZEWODNIK ANDRZEJ STASIK

Udało się im w tym roku być na swoich studniówkach. To spore osiągnięcie, bo w szkołach są raczej gośćmi. Na szczęście dyrektorzy i nauczyciele są wyrozumiali, ale nie ma co ukrywać, że łączenie sportu z nauką w ogólniaku łatwe nie jest, a przed nimi przecież w tym roku matura.

– Przez całe liceum bardzo często mnie nie było i wiele rzeczy mnie omijało – tłumaczy Oliwia Gołaś. – Jest to czasem bolesne, gdy siedzi się w jakiejś wiosce w Austrii samotnie w pokoju, a wszyscy przyjaciele są wtedy gdzieś razem, ale jako sportowcy musimy się przyzwyczaić do wyrzeczeń. W szkole i tak muszę wszystko nadrobić, ale w tym sezonie stwierdziłam, że nie rozdwoję się, że muszę się skupić na jednym celu, a po igrzyskach zacznę się na sto procent przygotowywać do matury. Myślę, że półtora miesiąca mi wystarczy...

Oliwia i jej przewodnik, Andrzej Stasik, są z tego samego rocznika 2007, on jest o nieco ponad pół roku młodszy. I tak ma z życiem rodzinnym i nauką



niece lepiej, bo Oliwia jest z Krakowa i tam ma liceum, a on pochodzi z Bukowiny Tatrzańskiej, a szkołę ma w Zakopanem.

– Jak mamy obozy na Podhalu, to mogę spać w domu, a czasami, jak mamy dzień wolny albo skończy się trening, mogę na parę lekcji wpaść do szkoły – mówi Andrzej.

Aby być na studniówkach, Oliwia i Andrzej odpuścili styczniowy występ w zawodach pucharu świata w Feldbergu. Zazwyczaj to jednak treningi i starty pochłaniają ich czas przez większą część roku. Przed wakacjami i w wakacje to głównie obozy kondycyjne plus wyjazdy na lodowce lub do „lodówki”, czyli hali na Litwie z zaśnieżonym stokiem narciarskim. Na jesieni zazwyczaj jest wyjazd do Austrii na lodowiec, a od przełomu listopada i grudnia zaczynają się zawody. Gdy spadnie śnieg, można trenować także w Polsce, natomiast sezon startowy trwa zazwyczaj do marca. Przerwa to jedynie kwiecień i maj.

Po stoku w wózku

Tak na dobrą sprawę Oliwia jeździła na nartach zanim nauczyła się chodzić. Podobno tata, który sam kiedyś trenował, odnosząc sukcesy w sporcie akademickim, woził ją po stoku w wózku. Nie miała jeszcze 3 lat, gdy sama stanęła na nartach.

– To jest wiek, z którego wiele się nie pamięta, ale wiem, że często jeździliśmy z rodzicami do Bukowiny Tatrzańskiej, gdzie były też zawody dla małych dzieci – mówi Oliwia. – Można powiedzieć, że tata był moim

pierwszym przewodnikiem, bo pamiętam, że gdy raz bałam się zjechać, powiedział, żebym pojechała za nim.

Rodzice zapisali ją do klubu i ledwo poszła do podstawówki, a już wkrótce była na pierwszym wyjeździe treningowym. Nie trzeba jej było szczególnie zmuszać.

– Bardzo polubiłam narty, to było moje ukochane zajęcie – wspomina. – Gdy jednak miałam jakieś 8 lat, nagle pogorszył mi się wzrok i zaczęłam się bać jeżdżenia, nie chciałam tego robić. Z tego, co wiem, z moją chorobą jest tak, że jest jeden moment, w którym wzrok gwałtownie się pogarsza, a i potem im jest się starszym, tym się gorzej widzi. Rok temu miałam przeświadczenie, że jest gorzej, ale byłam u okulisty i okazało się, że jest w miarę stabilnie. Na pewno jednak między 8. a 18. rokiem życia wzrok mi się pogorszył, choć nie jakoś diametralnie.

Bez lusterek wstecznych

Wiele czynników wpływa na to, jak Oliwia widzi na stoku. Łatwiej jej jest w mocnym słońcu, gdy cała trasa jest dobrze oświetlona. Przeszkadzają wtedy natomiast cienie rzucane przez drzewa.

– Wzrok odbiera mi na nartach pewność siebie, bo psychika nie pozwala mi „puścić nart na maksa” w dół, lecz podświadomie muszę hamować – mówi. – Jak wiem, że na stoku nie ma ludzi, to czasem sobie pojeżdżę bez przewodnika. Ale w gigancie albo slalomie często nie widzę tyczek przede mną, wtedy staram się skupić na przewodniku i po prostu jechać jego linią.

Podczas startu Andrzej nadaje tempo, rytm i linię, choć musi przy tym uważać, by nie trącać tyczek, bo to może być dla Oliwii duży kłopot. To oznacza, że przewodnik pokonuje nieco dłuższą trasę. Kluczowe jest jednak trzymanie odpowiedniego dystansu. Andrzej stale pilnuje, by się zbyt nie oddalić, bo zawodniczka musi podążać tuż za nim, inaczej straci go z pola widzenia. Z drugiej strony, nie mogą też jechać zbyt blisko siebie. W razie czego Oliwia daje znać przez interkom, by Andrzej zwolnił lub przyspieszył. Dużo więcej komunikatów podaje jednak przewodnik.

– Muszę o wszystkim informować, o tzw. figurach w slalomie, jakichś bardziej „podkręconych” tyczkach, czyli ostrzejszych skrętach, a w gigancie o tym, że można „puścić”, czyli pójść bardziej na wprost, do tego o nierównościach na trasie, dziurach, przełamaniach – wymienia Andrzej. – Bardzo często odwracam się, by spojrzeć, gdzie jest Oliwia. Mimo interkomu, wolę mniej więcej wiedzieć. Przydałyby się lusterka wsteczne – śmieje się.

Wszystko to jest dla niego dość dużym wysiłkiem, nie tylko fizycznym. Dlatego w przypadku wywalczenia miejsca na podium medale dostają i zawodnicy, i przewodnicy.

Dotrzeć się

Andrzej towarzyszy Oliwii od ubiegłego roku, wcześniej jeździła z Magdaleną Kłusak. To młody, ale doświadczony zawodnik. Na nartach zaczął jeździć, gdy miał 8 lat. Szybko przyszły pierwsze zawody, potem zwycięstwa, ale też niestety dość poważne kontuzje. Mimo

togo, był m.in. trzeci w pucharze Polski, a we Włoszech, na zawodach uznawanych za nieoficjalne mistrzostwa świata dzieci i młodzieży, był spośród naszych reprezentantów najlepszy w slalomie.

Zaczął jeździć w zawodach organizowanych pod egidą FIS, sam jednak przyznaje, że to było jak zderzenie ze ścianą. Radził sobie, zdobywał punkty, ale propozycji z reprezentacji Polski nie było. Ta przyszła z innej kadry, paralimpijskiej.

– Z Oliwią znaliśmy się wcześniej, bo mój ówczesny trener, pan Marek Kłusak, to tata Michała, obecnego trenera kadry paralimpijskiej – tłumaczy. – Gdy więc kadra gdzieś jeździła na zgrupowania, to czasem dołączaliśmy do nich.

Zapałił się do propozycji bycia przewodnikiem Oliwii, zwłaszcza że nie wydawało mu się to szczególnie trudne. Szybko okazało się, że jest nieco inaczej.

– Trzeba się było dotrzeć – tłumaczy Andrzej. – Wydaje się, że wciąż nie jesteśmy zgrani w stu procentach, ale jest o wiele lepiej niż na początku, choć już wtedy było całkiem dobrze.

Na zawodach jeżdżą razem od grudnia 2025 roku, nie mieli więc wielu okazji do wspólnych startów, a dodatkowo igrzyska w Mediolanie-Cortinie są wydarzeniem dość energetyzującym. Andrzej stara się jednak zachować spokój.

– Trzeba się po prostu skupić na tym, żeby jak najszybciej i jak najlepiej technicznie przejechać trasę, nie

analizować, jakie się zajmie miejsce w zawodach, które jeszcze się nie odbyły – podkreśla. – Takie analizy i tak się nie sprawdzają.

Z bratem różniej

Oliwia w swoim debiucie na igrzyskach paralimpijskich pojedzie w slalomie i slalomie gigancie.

– Jeszcze do niedawna bym powiedziała, że stawiam bardziej na slalom, ale na ostatnich treningach czuję się mocniej w gigancie – mówi zawodniczka. – Wydaje mi się, że większe szanse mam właśnie w gigancie.

To w tej konkurencji rok temu zajęła szóste miejsce na mistrzostwach świata. Z kolei w slalomie nieco wcześniej była dwukrotnie czwarta w zawodach pucharu świata. W międzynarodowych imprezach startuje od listopada 2021 roku. Bardziej na poważnie zaczęła jeździć rok wcześniej, ale przyplątała się kontuzja kolana. Do kadry trafiła razem z bratem – o 2,5 roku starszym Michałem, który także jedzie na swoje pierwsze igrzyska.

– Wiadomo, że bracia czasem potrafią denerwować – uśmiecha się Oliwia. – Ale ogólnie cieszę się, że Michał

jest w kadrze i często wspiera mnie na treningach. Ja też próbuję go motywować, więc razem jest nam po prostu różniej.

Obydwoje z Michałem, zachęceni przez rodziców, jako dzieci próbowali różnych sportów. Oliwia chodziła na basen, a przez większość podstawówki dwa razy w tygodniu grała w tenisa. Dziś przyznaje, że nie przypuszczała, że to wszystko doprowadzi ją na igrzyska.

– Wciąż trudno mi w to uwierzyć, wydaje mi się, że dotrze to do mnie, jak już będziemy w wiosce olimpijskiej – zaznacza. – Myślę, że nie jestem jeszcze na poziomie dziewczyn z absolutnej czołówki, widać u nich więcej doświadczenia, ale wydaje mi się, że jestem w dobrym miejscu.

Podkreśla, że sport to o wiele więcej, niż szlifowanie umiejętności, a potem starty.

– Sport dał mi poczucie celu w życiu – tłumaczy. – Nauczył też jednak dyscypliny, bo trzeba wstać rano, choćby się nie chciało, na wyznaczoną godzinę pójść na trening, nie spóźniać się, zwłaszcza podczas wyjazdów. Sport to szkoła życia i nauka odpowiedzialności. A to przyda się już zawsze.

DUMNY SPONSOR POLSKIEGO



POLSKI
KOMITET
PARALIMPIJSKI



KOMITETU PARALIMPIJSKIEGO



PIOTR GARBOWSKI I PRZEWODNIK JAKUB TWARDOWSKI

Tuż przed igrzyskami zajął drugie miejsce w klasyfikacji generalnej pucharu świata sezonu 2025/2026. Najwyższe w karierze, a zaczynał dziewięć lat temu.

– Już drugi rok startujemy tylko w biegach i udało nam się dwa razy stanąć na podium pucharu świata, a w tym drugim roku być na drugim miejscu w klasyfikacji ogólnej – mówi Piotr Garbowski. – Jest więc efekt, bo wcześniej trochę się to rozmywało. Jak się chce łapać kilka srok za ogon, to wszystkie uciekną.

Wcześniej uprawiał też jednocześnie parabiathlon. Wciąż bardzo lubi tę dyscyplinę, ale przyznaje, że strzelnica potrafi wyprowadzić z równowagi.

– Zawsze było w głowie: „czy dzisiaj wyjdzie to strzelanie?” – tłumaczy. – A w narciarstwie mogę sobie powiedzieć, że biegnę tyle, na ile się przygotowałem i tylko tyle chcę od siebie. Głowa jest spokojniejsza.



Kierat

Słowa, że zaczynał dziewięć lat temu, to tylko część prawdy. Dotyczą rywalizacji wśród osób z niepełnosprawnością wzroku. Tak naprawdę startował już wcześniej. Pod koniec lat 80., jako zawodnik GLKS Karpaty Klimkówka, zdobywał nawet medale mistrzostw Polski LZS. Najlepiej szły mu biegi narciarskie, choć uprawiał też biathlon. Miał 20 lat, gdy po ukończeniu szkoły musiał zostawić marzenia o byciu sportowcem na – wydawało się – zawsze.

Poszedł do pracy i przez dobrze ponad dwie dekady był stolarzem. Założył rodzinę, zbudował dom, pojawiły się dzieci. W stolarni pracował nawet wtedy, gdy zaczął tracić wzrok. Właściwie od razu wiadomo było, dlaczego. Dwoje spośród starszego rodzeństwa też miało zwyrodnienie płamki żółtej. Do diagnozy wystarczyło, że do okulisty poszedł z kartoteką brata. Postępy choroby udało się jednak zatrzymać, a paradoksalnie okazało się, że z powrotem otworzyła ona drzwi do sportu.

Trener z dawnych czasów odnalazł Piotra i namówił na sport uprawiany przez zawodników niewidomych i słabowidzących. Znów go to wciągnęło, w czego efekcie już w 2018 roku pojechał na zimowe igrzyska paralimpijskie do Pjongczangu.

– Do samego końca była walka o zakwalifikowanie się, do ostatniego pucharu świata – wspomina. – A później pojechałem tam przygotowany najlepiej, jak tylko mogłem. Bardzo miło to wspominam, choć niemal wszystkie biegi kończyliśmy na dziewiątym miejscu.

To o tyle niedobrze, że oznacza o jedną pozycję zbyt nisko, by otrzymywać stypendium. Dlatego po igrzyskach jeszcze przez dłuższy czas musiał łączyć treningi i starty z pracą. „Kierat” – mówi dziś. Plus tylko taki, że nie musiał chodzić na siłownię, bo praca w stolarni w zupełności wystarczała. Dziś do pracy już nie chodzi, wciąż ma natomiast przy domu warsztat stolarski.

– Wszystkie maszyny są, więc jakby Sebastian chciał kiedyś spróbować stolarki, to będzie miał wszystko gotowe – mówi.

Syn, czyli duma

Sebastian to syn, z którego Piotr jest bardzo dumny. Ma 18 lat i na początku marca 2026 roku reprezentował Polskę w mistrzostwach świata juniorów w biathlonie. Biega od dzieciństwa i to w sumie dzięki niemu Piotr po latach ponownie założył narty. Ktoś w końcu musiał syna nauczyć poruszania się po śniegu.

– Nie wiem, ile on mógł mieć wtedy lat, roczek, może półtora, w każdym razie jakoś już tam na nogach stał – wspomina Piotr. – Pamiętam taką scenę: jest zima i w ogrodzie, a mieszkam blisko drogi, przypinam mu narty i stawiam go na nich, a drogą idzie nauczycielka WF i krzyczy: „Piotrek, co ty robisz? On jeszcze na nogach nie umie stać, a ty już mu narty przypinasz?”. Miał trzy latka, gdy wziąłem go pierwszy raz na zawody. Nie ma kategorii trzylatków, więc startował z większymi od siebie chłopakami, tymczasem skończył na drugim miejscu, dostał medal, puchar i to wystarczyło.

Piotr zabierał go też na swoje obozy, podczas których syn stawał się nawet przez chwilę... członkiem kadry szkoleniowej dla pozostałych zawodników.

– Ja trenowałem swoje, a oni chodzili za Sebastianem, który pokazywał im kroki, jak się biega na nartach – tłumaczy Piotr.

Niedawno pojawił się nawet pomysł, by jego syn został przewodnikiem Błażeja Bieńki, który także znalazł się w kadrze na igrzyska w Mediolanie-Cortinie. Dobrze się przecież znają, a Sebastian asystował już kiedyś na trasie innemu zawodnikowi. Wie, jak zachować się na strzelnicy i w czym pomagać na trasie. Dostał jednak powołanie na mistrzostwa świata juniorów i ojciec na igrzyska pojechał sam.

Przewodnikiem Piotra jest Jakub Twardowski. Sam jako zawodnik biegał na nartach. We wrześniu 2017 roku dał się namówić znajomemu trenerowi na asystowanie Piotrowi. Wiedział, że będzie to działalność charytatywna, lecz choć nie miał stałej pracy, nie wahał się. Studiował na AWF w Krakowie, by być trenerem, chciał jednak pozostać w biegach i dołączyć do kadry.

Człowiek orkiestra

Minęło niemal dziewięć lat i wciąż w tej kadrze jest.

– Wtedy tak na próbę przyjechał na obóz, później na następny, taki młody chłopak po dwudziestce

– pamięta Piotr. – A przez te wszystkie lata udało się chłopaka ożenić, ma jedno dziecko, drugie, dom się buduje. Wszystko idzie zgodnie z planem, można powiedzieć – dodaje ze śmiechem.

Oprócz zmian w sytuacji rodzinnej, znacząco zmieniła się też jego rola w kadrze. To dziś prawdziwy człowiek orkiestra. Prócz bycia przewodnikiem Piotra, przede wszystkim jest trenerem z ramienia Związku Kultury Fizycznej OLIMP, pracującym z kadrą słabowidzących biathlonistów i biegaczy. Na igrzyska jedzie troje z nich – prócz Piotra także Błażej Bieńko i Paweł Gil, oczywiście z przewodnikami. Jakby tego było mało, Jakub jest też organizatorem zgrupowań i wyjazdów, a nawet kierowcą.

– Zdecydowałem się na to wszystko i nie mogę narzekać – zaznacza. – Pracy jest bardzo dużo, ale wszystko wynagradzają mi wyniki i poziom sportowy chłopaków. Bardzo się cieszę, że na igrzyska udało mi się doprowadzić trzech zawodników.

Podkreśla, że bez mrugnięcia okiem wszedłby w to wszystko raz jeszcze. Jedyny minus: zdecydowanie zbyt często jest poza domem. Jego synek ma 4 latka, a córeczka roczek. On ma urodziny 18 marca, a ona osiem dni wcześniej. To oznacza, że w tym roku taty nie będzie na jej urodzinach, bo będzie na igrzyskach.

– Dobrze, że byłem przy narodzinach – zaznacza. – Cztery lata temu z igrzysk w Chinach wracaliśmy 16 marca, a dwa dni później urodził się mój syn. Żona była już w szpitalu i można powiedzieć, że czekała na mnie.

Rok za rokiem

Trudy sportowego życia odczuwa także Piotr. Podkreśla jednak, że po prostu lubi to, co robi, i wtedy nabiera to sensu. Stale chce sobie udowodnić, że można lepiej się przygotować i powalczyć w kolejnych zawodach. I tak mija rok za rokiem. Po drodze były mistrzostwa świata i zimowe igrzyska paralimpijskie – w Pjongczangu i Pekinie. Zdaniem Jakuba, choć metryka by na to nie wskazywała, Piotr cały czas się rozwija.

– Piotr bardzo się zmienił – podkreśla. – Gdy popatrzymy na zdjęcia sprzed ośmiu lat z Pjongczangu... Czasem się z tego śmiejemy wewnątrz naszej grupy. Wyglądał jak facet z małym brzuszkiem, który ledwo wstał z krzesła. W tej chwili jest naprawdę mocno wybiegany. Do tego zmienił przyzwyczajenia żywieniowe i sam widzi tego efekty.

Piotr bardzo chwali Jakuba za to, jak potrafił zorganizować ścieżkę przygotowań przed igrzyskami. Obozy,

starty, hotele, wszystko było dopięte na ostatni guzik. Sam z kolei stara się wspierać młodych zawodników. Jest też zawsze do dyspozycji, gdy trzeba zaprezentować dzieciom i ich rodzicom parabiathlonowe strzelanie na słuch z karabinu na podczerwień. To duża atrakcja podczas pikników paralimpijskich, do stanowiska strzeleckiego zawsze jest spora kolejka.

– Mnie to nie dziwi, sam na ich miejscu chciałbym spróbować, jak niewidomy może strzelać – zaznacza. – A my zawsze chętnie jedziemy i ludziom to pokazujemy.

Choć nie startuje już w parabiathlonie, przyznaje, że lubi sobie czasem postrzelać na treningach. Najbardziej jednak lubi czuć satysfakcję po dobrym biegu.

– Ja nigdy nie oczekuję od startu cudu – tłumaczy. – Jak idziemy na start, mówię zawsze, że pobiegnę tyle, ile dam radę, i tylko tyle chcę pobiec. Oczywiście, każdy chce wygrać, ale ja chcę tylko pobiec to, na co jestem przygotowany.



The Official Insurer



Jesteśmy

z Was **dumni!**



ANETA KOBRYŃ I PRZEWODNIK BARTŁOMIEJ PUTO

Dość późno zaczęła jeździć na nartach. Pierwszy raz miała je na nogach w wieku 17 lat. To był 2017 rok, a już pięć lat później pojechała na zimowe igrzyska.

– W Pekinie byłam w przedszkolu, a teraz jestem na etapie podstawówki – śmieje się Aneta Kobryń, licząc lata spędzone z nartami.

Rzeczywiście, zimowe igrzyska paralimpijskie w Pekinie w 2022 roku nie były najłatwiejszym doświadczeniem. Pandemia, reżim sanitarny, specyficzny śnieg na trasach, zawody rozgrywane na dużej wysokości. Aneta pojechała tam na podstawie dzikiej karty z przewodniczką Catherine Spierenburg. Choć w biegowym sprincie „poszła w trupa” i za metą długo leżała zmęczona na śniegu, zajęła 9. miejsce, pierwsze z tych, które nie dawały awansu do półfinału. W kolejnym biegu po kontuzji musiała zejść z trasy. Najlepszym wynikiem okazało się ósme miejsce w sprincie w parabiathlonie.



– Mimo wszystko, bardzo mi się ten klimat igrzysk podobał – przyznaje Aneta. – To zupełnie co innego niż puchar świata.

Żółta piłka

W dzieciństwie zawsze była aktywna. Lubiła biegać, zwłaszcza sprinty, grała też w tenisa stołowego.

– Miałam cudowną nauczycielkę wychowania fizycznego – wspomina. – Mimo tego, że miałam bardzo dużo barier do pokonania, żeby grać w siatkówkę, to uwielbiałam ten sport. Problem polegał jednak na tym, że już z odległości dwóch metrów nie widziałam lecącej piłki. Zauważyłam jednak, że lepiej widzę żółtą, więc moja grupa specjalnie miała piłkę w tym kolorze.

Była na początku podstawówki, gdy dowiedziała się, że ma chorobę Stargardta, która polega na stopniowym pogarszaniu się centralnej ostrości wzroku. Z czasem coraz trudniej było się jej odnaleźć wśród pełnosprawnych rówieśników w rodzinnym Boniewie w województwie kujawsko-pomorskim. Przyznaje, że nie do końca czuła się przez nich akceptowana. W wieku 14 lat poszła do szkoły z internatem w ośrodku w Laskach pod Warszawą. Prócz nauki, zaczęła tam grać w goalballa. Kolega z drużyny, Paweł Nowicki, namówił ją na wyjazd do Kościeliska, by spróbować jazdy na nartach. Spodobało jej się, choć początki do łatwych nie należały.

– Wywróciłam się tyle razy, że trudno to zliczyć – śmieje się. – Zdecydowanie była to metoda prób i błędów. Wydolnościowo też było bardzo ciężko. Ja przecież na

dłuższych dystansach nie za bardzo lubiłam biegać na nogach, a co dopiero na nartach.

Pojawiły się jednak możliwości dalszej nauki, w tym obozy sportowe, a potem zawody. Paweł Nowicki potrzebował stałego przewodnika i tak w 2019 roku w kadrze pojawił się Jan Kobryń. Stał się jednocześnie trenerem Pawła i Anety, która wtedy jeszcze nosiła nazwisko Górską.

Domowy trener

– To była ogromna pomoc, a że nie było za bardzo finansów, to mieszkaliśmy i trenowaliśmy u jego rodziców w Bystrzycy Kłodzkiej – opowiada Aneta. – Zaczęliśmy się przyjaźnić i po pewnym czasie zauważyliśmy, że brakuje nam siebie, gdy się długo nie widzimy. No i tak to się zaczęło.

W 2024 roku wzięli ślub. Mieszkają pod Monachium, gdzie Jan znalazł pracę jako inżynier lotnictwa. Wcześniej musiał się odsunąć od sportu, ponieważ po igrzyskach nie widział lepszych perspektyw na trening i życie. Zespół został rozwiązany. Anetę wziął pod skrzydła Wiesław Cempa, trener kadry narodowej z ramienia PZSN „Start”.

– Trener Cempa rozpisuje mi plany treningowe, ale w domu jestem z nimi sama, więc Janek jest takim domowym trenerem, który pomaga, dogląda i pilnuje realizacji założeń – tłumaczy Aneta. – Poświęca też czas, by ze mną pobiegać, bo ja tego sama nie zrobię, a w tym sporcie najważniejsza jest ciągłość treningowa.

Do tego serwisuje narty, dba o transport. Bardzo dużo mu zawdzięczam, jeśli chodzi o ten rok przygotowań do igrzysk.

Mieszkanie pod Monachium ma swoje plusy – blisko jest do świetnych tras narciarskich w Ruhpolding czy Fisterau. Ma też jednak minusy – choćby jeśli chodzi o studia Anety. Jest na piątym roku żywienia w sporcie na AWF w Warszawie. Na szczęście na uczelni może liczyć na wyrozumiałość. Są tam przyzwyczajeni do sportowego trybu życia części studentów. Ten sezon jest pod tym względem szczególny, przed igrzyskami czas wypełniają treningi, zgrupowania i starty. Od dwóch lat Anetę wspiera na trasie Bartłomiej Puto.

Flagi na twarzach

Z wykształcenia jest fizjoterapeutą. Gdy Witold Skupień szukał akurat kogoś takiego na obóz, na zastępstwo, nie odmówił. Niedługo później dostał propozycję od trenera Cempy, aby zostać także przewodnikiem Anety.

– No i od tamtej pory jeżdżę z kadrą jako przewodnik i jednocześnie fizjoterapeuta – mówi Bartłomiej.

Pochodzi z Kasiny Wielkiej, a kto zna biegi narciarskie, ten wie, że to tak samo, jak Justyna Kowalczyk, multimedalistka igrzysk olimpijskich i mistrzostw świata. Jako młody chłopak, urodzony w roku 2000, był świadkiem jej największych sukcesów.

– Pamiętam, że jak zdobywała medale na igrzyskach, to jeździło się, kibicowało z szalikami, malowało flagi

na twarzach, to były ogromne emocje – wspomina. – W 2014 roku w Kasinie powstał Zagórzański Klub Sportowy, w którym trenerami byli biathloniści, w tym olimpijczyk Jan Ziemianin.

14-latkowi wiele więcej nie trzeba, zaczął treningi biathlonowe, a jako liceum wybrał szkołę mistrzostwa sportowego w Zakopanem. Dziś przyznaje, że choć był to dobry wybór, nie czuł jakiegoś ogromnego wsparcia swoich wysiłków. Miał trochę sukcesów juniorskich, ale po ukończeniu liceum musiał zdecydować, co dalej. W internacie mieszkać już nie mógł, a nie chciał obciążać rodziców kosztami mieszkania w Zakopanem. Poszedł na studia zakresu fizjoterapii i tuż po ich ukończeniu związał się z kadrą paralimpijską.

Prawie jak lektor

Łączenie funkcji fizjoterapeuty i przewodnika do łatwych nie należy, a Bartłomiej dodatkowo pomaga jeszcze czasem w testowaniu nart i we wszystkim, co trzeba, by zawodnicy mogli skupić się na treningu i startach, a potem regeneracji i odpoczynku. Nie narzeka jednak, docenia szansę, jaką dostał. Podkreśla, że to dla niego nobilitacja.

Tym bardziej, że przewodnicy doceniani są na tyle, że oni także stają na podium i otrzymują medal. Nie jest to przecież łatwa rola. Mimo własnego wysiłku fizycznego, przede wszystkim trzeba dbać o to, by zawodnik mógł pokazać pełnię możliwości. Bartłomiej biegnie na nartach przed Anetą, przy twarzy ma mikrofon, na plecach głośniczek, a przy sobie zawsze... tabletki na gardło.

– Bardzo dużo pracuję głosem, prawie jak lektor – śmieje się. – Cały czas w trakcie biegu, regularnie wydaję komendy, głównie takie krótkie: „hop, hop, hop”, Aneta zaś podąża za tym dźwiękiem. Do tego na bieżąco informuję o tym, co się dzieje, choćby o początku czy końcu toru. Jak jest zakręt, to powtarzam na przykład: „w prawo, w prawo, w prawo”. O wszystkim tym muszę mówić z małym wyprzedzeniem.

Na głosie Bartłomieja Aneta polega w pełni. Choroba postępuje i zdaniem lekarzy zostało jej około 2 proc. wzroku.

– Wydaje się, że rywalki widzą trochę lepiej, one jeszcze bazują na tym, że dostrzegają sylwetkę przewodnika – mówi Aneta. – Można więc powiedzieć, że oprócz całkowicie niewidomej Czeszki Simony Bubeníčkové jestem w całej stawce najgorzej widzącą zawodniczką.

Frajda zamiast paniki

Aneta ciężko pracuje, by być coraz lepszą narciarką. Po igrzyskach w Pekinie odstawiła parabiathlon, by

skoncentrować się na biegach. Woli styl klasyczny od łyżwowego, ale w obu przypadkach jej wyniki idą w górę.

– Na pewno bardzo dużo zmieniałam przez ostatni rok – mówi. – Moją słabą stroną były zjazdy, bardzo się ich bałam, nie czułam się na nich pewnie. Dużo pracy wykonaliśmy z mężem i przewodnikiem, żeby ten element był akceptowalny. Dziś mam już nawet frajdę z tych zjazdów, zamiast strachu czy wręcz paniki.

W 2025 roku zdobyła dwa brązowe medale 32. Zimowej Uniwersjady w Turynie. W tym samym sezonie zajęła trzecie miejsce w klasyfikacji pucharu świata. W 2026 roku była czwarta, a w finałowych zawodach na Polanie Jakuszyckiej dwukrotnie zdobyła brązowy medal.

– To było takie kolejne małe natchnienie na tę ostatnią prostą do igrzysk – zaznacza. – Chcę się na nich cieszyć sobą i przede wszystkim mieć frajdę z biegania. Zmęczyć się, dać tyle, ile mogę. A za 50 lat móc powiedzieć wnukom, że babcia wystartowała w igrzyskach i dała z siebie wszystko.



Mistrzostwo zaczyna się od zdrowia

Otaczamy opieką najlepszych
polskich sportowców



GRUPA
LUXMED



GŁÓWNY PARTNER MEDYCZNY POLSKIEJ
REPREZENTACJI OLIMPIJSKIEJ I PARALIMPIJSKIEJ

fot.: PKPar / Bartłomiej Zborowski



KRZYSZTOF PLEWA

Nigdy nie zbierał znaczków. Sam jednak znalazł się na jednym z nich. Tym wydanym przez Poczta Polską z okazji XIV Zimowych Igrzysk Paralimpijskich w Mediolanie-Cortinie d'Ampezzo 2026. Na znaczku na pierwszym planie widzimy mężczyznę w stroju reprezentacji, podpierającego się kijkami w dynamicznym skręcie na nartach przymocowanych do siedziska.

– Startuje się siedząc na sledżu, czyli takich sankach z nartami zamiast płóz
– tłumaczy Krzysztof Plewa. – Pracuje się głównie balansem ciała. Trzeba się odchyłać, pochylać, „wyrzucać” biodra w przód. Kijki wiele w napędzaniu nie pomagają, zresztą jak się je przeciąży, to się łamią. Kluczowe są skręty, nawroty. Ile ja się na początku nakombinowałem, gdy widziałem, jak chłopaki skręcają... Ale to jest bardzo trudne. Mój pierwszy puchar świata w Planicy to była masa-kra. Nie pamiętam już, ile wtedy tych kijów zламаłem.

Do tej pory zakręty to nie jest jego najmocniejsza strona. Im trasa bardziej kręta, tym dla niego gorzej. Jego atutem jest wytrzymałość, a więc jazda na długim dystansie. Żałuje, że na zawodach nie rozgrywa się biegu na 50 km, jak wśród osób pełnosprawnych. Tam byłby w czołówce. Tymczasem na tych swoich pierwszych zawodach pucharu świata w Planicy w 2021 roku zajął miejsca w połowie



drugiej dziesiątki. Nieźle, jak na początek oraz zważywszy na fakt, jak późno zaczął biegać na nartach.

Proteza jak dom

Kiedyś, długo przed wypadkiem, próbował jazdy na biegówkach, ale nie spodobało mu się. Być może to stare buty i narty z lat 80. potrafiły skutecznie zniechęcić, zdecydowanie jednak wołał zjeżdżać ze stoku. Zawsze był aktywny, dużo jeździł na rowerze, ale najbardziej lubił grać w piłkę. Był nawet bocznym obrońcą w amatorskim, walczącym w klasach A i B, klubie z rodzinnych Sromowiec Niżnych, niewielkiej miejscowości nad Dunajcem. Sport był jednak tylko przyjemnym dodatkiem. Na co dzień w sezonie letnim jako flisak pływał z turystami.

– Lubiałem tę robotę, ale nigdy nie pływałem z przodu, tylko zawsze z tyłu – wspomina. – Flisak, który jest z tyłu, steruje łódką. Ten z przodu ma się zająć turystami, opowiadać legendy i jakieś historie. Nie to, że nie miałem śmiałości, ale wołałem sterować łódką.

Na zimę przez 13 lat wyjeżdżał do prac leśnych do Danii. Trzeba było przecież utrzymać rodzinę – ma żonę i dwójkę dzieci. To właśnie tam w 2013 roku zdarzył się wypadek, który kompletnie zmienił dotychczasowe życie. Drzewo zważyło mu się na nogi. Pierwsze szczęście w nieszczęściu, że nie wydarzyło się to w lesie, tylko między domami, więc pomoc nadeszła dość szybko.

– Lekarze powiedzieli potem, że przetoczyli mi 30 litrów krwi – wspomina Krzysztof. – Do tego moje serce stało przez siedem minut, a oddychała za mnie maszyna.

Drugie szczęście w nieszczęściu – wydarzyło się to w kraju, w którym rehabilitacja jest na zupełnie innym poziomie. Po trzech miesiącach w szpitalu przeniesiono go do hotelu dla pacjentów niedaleko i codziennie przez kolejne osiem miesięcy samochodem był wożony na zajęcia ze specjalistami. W ramach ubezpieczenia przysługiwały mu też protezy obu nóg. I to jakie!

– Nie pamiętam, ile kosztowały, ale jak wtedy przeliczałem, to że dwa domy bym za te pieniądze wybudował – śmieje się. – Ale chodziłem w nich ze trzy lata i nie trzymały się dobrze. Stwierdziłem, że lepiej dobrze jeździć, niż źle chodzić i dałem sobie spokój.

Trzecim szczęściem w nieszczęściu było to, że na wyposażeniu oddziału rehabilitacji szpitala był rower ręczny, tzw. handbike.

– Wzięło mnie od razu. Przejechałem się po ścieżkach rowerowych, nie za długo, może z pół godzinki, ale pamiętam, jak bardzo mi się to spodobało – wspomina. – Pomyślałem, że muszę taki rower mieć! Wróciłem do pokoju, zacząłem szukać i znalazłem w Polsce używany, który kosztował 12 tysięcy złotych. Dla mnie to było dużo, ale po powrocie do domu postanowiłem go sobie jednak kupić.

Nie letnie, to zimowe

Do zakupu dołożyło się stowarzyszenie flisaków i w listopadzie brat przywiózł mu ten rower aż z nad morza. Krzysztof wsiadł i... ledwo podjechał pod niewielką górkę. Przepracował jednak solidnie zimę i na

wiosnę ta górka nie robiła już na nim wrażenia. W 2018 roku pojechał na mistrzostwa Polski w kolarstwie szosowym. O tym wyjeździe nikomu wcześniej nie powiedział, bo trochę się krępował ewentualnej porażki, nie wiedział, jak to wszystko na takich zawodach wygląda. Tymczasem w klasie H5 wygrał „czasówkę” i był drugi w wyścigu ze startu wspólnego.

Początkowo nie planował dołączać do żadnej grupy. Poznał jednak Rafała Szumca, paralimpijczyka oraz propagatora kolarstwa ręcznego, i do dziś jeździ w barwach prowadzonego przez niego klubu VeloAktiv.

Od lat jest w światowej czołówce handbikerów w klasie H5. Na ubiegłorocznych mistrzostwach świata w parakolarstwie szosowym, które odbywały się w belgijskim Ronse, dwukrotnie zajął piąte miejsce – w jeździe indywidualnej na czas i w wyścigu ze startu wspólnego. Zwłaszcza w tym drugim przypadku do podium zabrakło naprawdę niewiele. „Nie udało się zdobyć medalu, ale na pewno jest taka możliwość, że po jednym, dwóch sezonach pracy zbliży się do miejsc medalowych” – mówił wówczas o jego występie Jakub Pieniążek, trener kadry parakolarzy.

– W 55 procentach czuję się handbikerem, a w 45 procentach narciarzem – przyznaje Krzysztof.

To właśnie jako parakolarz mógł pojechać na swoje pierwsze igrzyska paralimpijskie. Był brany pod uwagę w kontekście kadry na letnie igrzyska w Tokio. Naprawdę blisko wyjazdu był w 2024 roku, gdy ta najważniejsza dla sportowców impreza odbywała się w Paryżu. Ostatecznie jednak Krzysztof

w reprezentacji się nie znalazł. Na igrzyska w końcu pojechał, ale te zimowe, które w 2022 roku zorganizowano w Pekinie.

Szklanka do połowy pełna

Mało jednak brakowało, by i te igrzyska nie były mu dane. Przeszkodzić mógł COVID-19. Igrzyska w Pekinie odbywały się w czasie pandemii koronawirusa, w ostrym reżimie sanitarnym. Niestety, tuż przed wyjazdem Krzysztofowi wyszły dodatkowo testy.

– Skoro tak wyszło, to pewnie miałem wirusa, tylko że ja się czułem zupełnie normalnie, nic się ze mną nie działo – wspomina. – Lekarz zapytał tylko: „wie pan, że nigdzie pan nie jedzie?”. Odpowiedziałem, że mam tego świadomość. Poczułem lekki zawód, ale nie jestem człowiekiem, który strasznie by to przeżywał.

Rozpoczęła się walka o to, by jednak do Chin poleciał. Udało się, głównie dzięki staraniom Eweliny Marcisz, członkini kadry szkoleniowej. Dotarł jednak nieco później i niestety nie zdążył już na najważniejszy dla niego długi dystans. Zostały mu tylko start na 10 km (gdzie był 14. na 34 zawodników), sprint (który nie jest jego domeną, a w którym sklasyfikowano go na 23. miejscu) i sztafeta (którą nasza drużyna ukończyła na 11. pozycji). Trasy na tych igrzyskach nie były najłatwiejsze. Wielu zawodników narzekało na dość specyficzny śnieg, narty nie jechały najlepiej, trudno było trafić z odpowiednim smarowaniem – a to podstawa. Nie tak to wszystko miało wyglądać, ale Krzysztof nie użala się nad sobą.

– Widzę szklanę do połowy pełną – tłumaczy. – Nie pojechałem tam narzekać, ale jak najlepiej pobiec. Cieszyłem się, że w ogóle tam jestem.

Zawsze tak podchodził do życia. Patrzył na możliwości, a nie trudności. Po wypadku nie zapadł się w sobie. Wspólnie z żoną wychowali dwóch synów. Jeden ma dziś 21 lat, studiuje informatykę, a w sezonie, jak kiedyś ojciec, pracuje jako flisak, drugi ma lat 17 i chodzi do technikum informatycznego. Krzysztofa nie podłamało nawet to, że w tym samym 2013 roku, gdy on miał wypadek, u obu synów zdiagnozowano cukrzycę. To właśnie pozytywne podejście do życia sprawiło, że dał się namówić Rafałowi Szumcowi na spróbowanie biegów narciarskich i nie zrażały go trudne początki – częste wywrotki, połamane kije, a nawet... brak sprzętu.

– Kuzyn zrobił mi w końcu takiego drewnianego sledża – wspomina. – Jak było więcej śniegu koło domu, to robiłem sobie tory i trochę biegałem. Później dopiero,

na mistrzostwach Polski, spotkałem trenera Wiesława Cempę, który zapytał, czy bym chciał spróbować czegoś więcej. Spróbowałem i dalej już poszło.

Dziś ma za sobą pięć lat międzynarodowych startów w paranarciarstwie biegowym oraz miejsca w pierwszej piątce mistrzostw świata i zawodów z cyklu pucharu świata, a także udział w igrzyskach. Na kolejnych, w Mediolanie-Cortinie, największych szans na dobry wynik upatruje oczywiście w starcie na długim dystansie, który zaplanowano na koniec zawodów, 15 marca.

– Na początku zazwyczaj nie startuję mocno, ale później wielu zawodników doganiam – mówi. – Wiem jednak, że będzie bardzo ciężko, bo mocnych chłopaków jest naprawdę dużo.

Krzysztof nie jest jednak z tych, którzy jeszcze przed startem rozkładają bezradnie ręce. Rywale powinni się więc mieć na baczności.



FC
Auto
System



POLSKI
KOMITET
PARALIMPIJSKI



OFICJALNY PARTNER MOTORYZACYJNY



WITOLD SKUPIEŃ

– W Nowym Targu, skąd pochodzę, nie było szkoły nauki jazdy dla osób z niepełnosprawnościami, w samochodzie z automatem, ale okazało się, że jest w Nowym Sączu – wspomina Witold Skupień. – Pojechałem tam i byłem w szoku, gdy zobaczyłem, że właściciel szkoły nie ma ręki. On z kolei zobaczył, że jestem wysoki chłopak i od razu zapytał: „Czy ty biegówek byś nie chciał spróbować? Bo dwie przecznice dalej mamy klub, z którego się wywodzę, i tam jest pan Stanisław”. Pojeździłem pierwszy raz godzinę z instruktorem, wróciłem do biura, a tam pan Stanisław już pił kawę z właścicielem i obmyślali prawdopodobnie moją przyszłość.

Kawę pili: Stanisław Ślęzak, nieżyjący już legendarny trener i działacz, jeden z twórców ruchu paralimpijskiego w Polsce, którego wychowankowie zdobyli pewnie ponad tysiąc medali na różnego rodzaju zawodach, z igrzyskami włącznie, a także Marian Damian, biegacz narciarski, czterokrotny paralimpijczyk, brązowy medalista z Albertville 1992.

22-letni wówczas Witold potrzebował prawa jazdy, by móc łatwiej dojeżdżać do klientów. Sprzedawał ubezpieczenia i wycieczki w firmie rodziców. Prawo jazdy ostatecznie zrobił, ale też przy okazji, w styczniu 2012 roku, trafił na pierwszy



obóz paranciarzy biegowych. Zawsze był aktywny, lubił ruch, nie zmienił tego wypadek – porażenie prądem transformatora, na który wspiął się, gdy miał 11 lat. Mało brakowało, a do sportu paralimpijskiego trafiłby znacznie wcześniej.

– W 2006 roku Kasia Rogowiec zdobyła na igrzyskach w Turynie dwa złote medale, widziałem w telewizji urywek, jak finiszuje – wspomina Witold. – Pomyślałem, że tę niepełnosprawność ma bardzo podobną do mojej, tylko ręce miała jeszcze krótsze. Spodobało mi się to i zacząłem szukać klubu. Jednak wtedy ten internet nie był taki, jak teraz i nic nie znalazłem.

Nowiutkie buty

Pomysł musiał poczekać kilka lat. Ale jak się już zaczęło, to poszło dosyć szybko, choć nie była to droga z górki. Witold do dziś pamięta świeży, mokry, kopny śnieg na Polanie Jakuszyckiej podczas tego pierwszego obozu z początku 2012 roku, a także kolegów z kadry, którzy szybko znikali mu na trasie z pola widzenia.

– Myślałem: kurczę, oni mają takie same narty na nogach i po minucie już ich nie widzę, a ja nie mogę utrzymać równowagi, ale to mnie motywowało do przekraczania własnych granic – wspomina. – Bardzo duże znaczenie dla mojego „mentalu” miały buty, które dostałem chyba już na drugim obozie. Nowiutkie buty, uniwersalne – do stylu łyżwowego i klasycznego. Pomyślałem sobie, że ja jeszcze nic nie znaczę, dopiero przyjechałem się uczyć, a już ktoś we mnie wierzy. Chciałem się odwdziaczyć, chciałem się rozwijać.

Zaczęły się pierwsze starty i już w 2014 roku wystąpił na igrzyskach w Soczi. Pojechał tam bardziej po naukę, choć szóste miejsce w sztafecie z Kamilem Rościem, a także pozycja w połowie stawki na dystansie 10 km wstydu nie przynoszą. Cztery lata później w Pjongczangu był już w zupełnie innym miejscu kariery. Zwłaszcza że w 2017 roku zdobył srebrny medal w sprincie na mistrzostwach świata w Finsterau.

– Mocno wierzyłem w ten medal i bardzo chciałem go przywieźć, ale można powiedzieć, że na miejscu zabrakło wszystkiego – wspomina nasz reprezentant. – Może to jeszcze nie był mój czas, ale w Pjongczangu byłem już dobrym biegaczem. Niewiele zabrakło na „dwudziestce”, ale najbardziej boli mnie 10 km klasykiem, bo 20 km przegrałem fizycznością i techniką, a na „dychę” zawiódł trochę sprzęt. Tam był taki fragment trasy, na którym bardzo walczyłem z nartami. Czuję się świetnie, byłem dobrze przygotowany, ale przez sprzęt troszeczkę nam ten medal uciekł.

Piąte miejsce na igrzyskach na 20 km w stylu dowolnym i szóste na 10 km klasycznym, do tego siódme w sprincie – to solidne wyniki. Jednak nie dla tak ambitnego zawodnika, jakim jest Witold Skupień. Chciał być coraz lepszy.

Dwa najszcześniejsze momenty

Ciężka praca przyniosła efekty. Witold zadomowił się w światowej czołówce, został też stałym bywalcem podium kolejnych zawodów pucharu świata. W styczniu 2022 roku w Lillehammer zdobył także srebro

mistrzostw świata na dystansie 12,5 km stylem klasycznym. Był to świetny prognostyk przed igrzyskami, które za niecałe dwa miesiące miały się odbyć w Pekinie. Witold liczył szczególnie na dobry wynik na dystansie 20 km „klasykiem”. Niestety...

– Ten bieg to było coś strasznego – przyznaje. – Mało się nie rozplakałem, jak zaczynałem biec, bo niestety fatalnie trafiliśmy tam z nartami. Walczyłem jak lew i udało się dobiec na piątym miejscu, ale narty kompletnie mi „nie trzymały”, jakbym w ogóle nie miał pod nimi smaru. W ogóle nie mogłem biec swoim stylem, tylko musiałem bardzo „pompować”, czyli niesamowicie dociskać nartę do ziemi. Umordowałem się strasznie, skarpetka mi się podwinęła, skóra mi zeszła z palca wraz z paznokciem i jeszcze tak pięć kilometrów przebiegłem. Nie powinienem wtedy przegrać z tak słabymi technicznie Chińczykami, analizowałem ten bieg miliony razy po igrzyskach. Przykre doświadczenie.

Po czymś takim trudno o motywację do dalszych codziennych treningów, wyrzeczeń i stawiania sportu ponad wszystko inne. Witold zrobił sobie przerwę. Dopiero po pięciu miesiącach wrócił do regularnego treningu. To, co wydarzyło się później, pokazuje, jakie są jego możliwości, gdy wszystko „zagra”. W styczniu 2023 roku wygrał bieg na 18 km techniką klasyczną i zdobył srebro na dystansie 10 km „łyżwą” podczas mistrzostw świata w szwedzkim Östersund. Ten złoty medal to jeden z dwóch najszcześniejszych momentów w jego życiu. Drugim jest ślub z Wiolettą niedługo później, w czerwcu.

– Żona to gamechanger mojej kariery – podkreśla Witold. – Po nieudanych igrzyskach, gdy byłem po

prostu nieznośny, dużo było narzekania, mocno mnie namawiała, żebym trenował dalej, żeby wciąż próbować, twardą ręką dawała mi do zrozumienia, że mam iść na trening, walczyć, wyjść z tego domu, udowodnić, że jestem dobry, że te igrzyska to był przypadek.

Proteza w kąt

Od lat Witold utrzymuje się w czołówce. Mało tego, w lutym 2025 roku wygrał dystans 10 km stylem klasycznym w zawodach pucharu świata w Val di Fiemme, czyli test trasy paralimpijskiej. Ten dystans będzie jego najważniejszym startem na igrzyskach w Mediolanie-Cortinie d’Ampezzo – dokładnie 11 marca 2026 roku.

– To będzie mój docelowy start, w którym liczę na jak najlepszy wynik – tłumaczy. – Wszyscy żyjemy tym dniem: trener, serwismeni, robimy wszystko, żeby wtedy była najlepsza forma, wręcz dzień konia, do tego świetne narty. Chcę tego dnia udowodnić, że jestem najlepszy na świecie, ale zobaczymy, co się wydarzy. Nie napalam się na to jakoś niesamowicie, żyję chwilą i cieszę się każdym dniem. Jestem coraz starszym i coraz bardziej świadomym człowiekiem. Jeśli nie będzie tego medalu, to świat się nie zawali, ale robię wszystko, żeby był, chcę udowodnić, że jestem najlepszy.

Przyznaje, że 14 lat startów, wypełnionych wielkimi sukcesami i przykrymi porażkami, nauczyło go, że najważniejsze jest, by się nie poddawać. Do wszystkiego podchodzi też na większym luzie. Nie planuje kończyć kariery po igrzyskach, zwłaszcza że w klubie ZOMA Team Obidowiec Obidowa i w kadrze stara się być

mentorem nowych zawodników. Sam zresztą ściągnął jednego z nich, Mateusza Kosiorka, którego spotkał na rowerach.

– Chciałbym się dalej rozwijać, a igrzyska przyjmuję ze spokojną głową, co ma być, to będzie – zaznacza Witold. – Będę walczył jak lew, a moim celem jest tylko i wyłącznie złoty medal. Po to się powinno trenować, taki mam „mental” i stać mnie na to, więc będę o to walczył bardzo mocno. A co przyniesie los? Zobaczymy.

Sport dał mu już i tak ogromnie dużo. Powtarza, że wręcz uratował mu życie.

– Wcześniej byłem agentem ubezpieczeniowym, ale ja tego nie czułem – wspomina. – Chciałem być piłkarzem, ale po wypadku nie miałem na to szans.

Patrzyłem na swoje życie, pytając samego siebie, czy mam jego resztę za biurkiem spędzić, liczyć faktury, sprzedawać ubezpieczenia? Dlatego gdy dowiedziałem się, że jest klub w Nowym Sączu, to już mi się oczy świeciły. A potem to już poszło, na czele z nauką, by nie wstydzić się niepełnosprawności, a tego nauczyłem się od Kasi Rogowiec, Kamila Rośka, Roberta Wątora, tych moich pierwszych przyjaciół z biegów. Dzięki nim zrzuciłem z siebie jakiś ciężar, którym były proteza kosmetyczna i długi rękaw. Dlatego mówię, że sport uratował mi życie, bo nadał mu sens, wiarę w to, że mogę coś osiągnąć. Przez te wszystkie lata mam poważanie „na dzielni”, ludzie wiedzą, że to nie jest żadna rehabilitacja, tylko ciężka harówka. A protezę mam gdzieś pod kurtkami, w kąciku schowaną. Rzuciłem ją, nie wstydę się niepełnosprawności, traktują ją nawet czasami jako atut. To właśnie sport pomógł mi wyjść do ludzi.





PAWEŁ GIL I PRZEWODNIK RADOSŁAW KOSZYK

Miał 18 lat, gdy pomyślał, że chciałby spróbować narciarstwa zjazdowego.

– W Przemyślu jest klub dla osób niewidomych i słabowidzących „Podkarpacie”, w którym jest taka sekcja – wspomina Paweł Gil. – Poszedłem, żeby się zapisać, ale prezes klubu zasugerował mi, żebym może zamiast nart zjazdowych spróbował biathlonu. Zachęcał, żebym raz chociaż pojechał, zobaczył, jak to jest, i wtedy zdecydujemy, co dalej.

Pojechał, spodobało mu się, a gdy dowiedział się, że uprawianie parabiathlonu to perspektywa wyjazdu na igrzyska, chętnie zamienił marzenie o narciarstwie alpejskim na narty biegowe.

Zderzenie ze ścianą

Jako dziecko lubił sport, ale ograniczało się to do grania w piłkę z rówieśnikami, a potem chodzenia na siłownię i biegania dla przyjemności. W czasach szkolnych trochę się wstydził tego, że jest osobą słabowidzącą. Nie pomagały sytuacje jak



ta, gdy usłyszał od nauczyciela, że jeśli dobrze nie widzi, to powinien sobie kupić mocniejsze okulary. Albo gdy na studiach z dietetyki jedynym zaproponowanym mu rozwiązaniem było kopiowanie notatek od kolegów. Uważa jednak, że szkoła i studia nauczyły go radzić sobie w życiu i nie zważać na trudności.

A tych na początku przygody z parabiathlonem było bez liku. Zarówno strzelanie, jak i jazda na nartach były przecież dla niego zupełnymi nowościami. Najpierw traktował to jako zabawę, wciągnął się jednak i od początku kolejnego roku rozpoczął bardziej profesjonalne treningi. Dostrzeżono jego potencjał i jeszcze w tym samym 2018 roku, w grudniu, wysłano go na pierwsze zawody pucharu świata w biegach narciarskich do fińskiego Vuokatti.

– To było zderzenie ze ścianą – nie ukrywa. – Zostałem rzucony na głęboką wodę. Nie byłem wtedy jakoś bardzo dobry, ale radziłem sobie jako jeden z lepszych w Polsce. Myślałem, że jest nieźle. W tej Finlandii poznałem swoje miejsce w szeregu.

Mimo tak trudnego doświadczenia, nie myślał o rzuce- niu tego wszystkiego. Przeciwnie, cieszył się, że w ogóle wystartował w zawodach pucharu świata, bo nigdy nie przypuszczał, że zostanie wyczynowym sportowcem.

– To było takie dziecięce marzenie – tłumaczy. – Tymczasem miałem już swoje plany zawodowe, wiedziałem, gdzie chcę iść na studia i nie myślałem o karierze sportowej. Te dziecięce marzenia już przygasty. I nagle dostałem taką szansę, pojechałem na zawody pucharu świata, więc się tym wszystkim po prostu cieszyłem. A że przy okazji dostałem lekcję? Uważam,

że wyszło mi to na plus, a na pewno nauczyło pokory względem trenowania i startów.

Już tylko biathlon

Lekcja pokory przydaje się do dziś. Igrzyska w Mediolanie-Cortinie są jego drugą imprezą tej rangi, jednak już drugi raz jedzie na nią nie z bezpośrednią kwalifikacją, lecz na podstawie dzikiej karty.

– Za pierwszym razem to było wyróżnienie, wielka radość, móc pojechać na igrzyska – podkreśla. – Tym razem sam chciałem jednak wywalczyć nominację. Niestety, nie udało się i jest to ujma, jeśli chodzi o moje ambicje sportowe, ale jest to też radość, że jednak na te igrzyska mogę pojechać. To w końcu drugi raz z rzędu. To są wspomnienia na całe życie i wielkie emocje dla mnie, zwykłego chłopaka, wziętego w zasadzie z ulicy do parabiathlonu.

Igrzyska w Pekinie to jednak także wspomnienie specyficznego śniegu, jakby wymieszanego z piaskiem, po którym niełatwo się było poruszać i na który ciężko było dobrać smary do nart. Do tego suche powietrze, które utrudniało podjęcie maksymalnego wysiłku. Plus cała otoczka reżimu sanitarnego – codzienne testy COVID-owe, czyli patyczek wkładany do gardła, wolontariusze chodzący po wiosce w kombinezonach ochronnych, sama wioska położona koło pustyni, daleko od miasta, obawa przed zamknięciem w izolacie w przypadku pozytywnego wyniku testu. Ale też wiele doświadczeń, które powinny zaprocentować w Mediolanie-Cortinie, gdzie startuje wyłącznie w parabiathlonie, nie będzie już, jak w Pekinie, łączyć startów z narciarstwem biegowym.

– Od dwóch lat skupiamy się z trenerem tylko na biathlonie, w którym lepiej mi idzie niż w biegach narciarskich, mam w nim lepsze wyniki, no i więcej z tego przyjemności – wyjaśnia Paweł. – Tym bardziej, że w biegach część startów jest stylem klasycznym, co oznacza dodatkowe treningi. Bez tego mogę się skupić wyłącznie na stylu łyżwowym i strzelaniu.

Mistrz świata jest jeden

Przez lata przewodnikiem Pawła był Michał Lańda, jednak na igrzyskach w Mediolanie-Cortinie asystuje mu Radosław Koszyk. To doświadczony zawodnik, na nartach biega od 30 lat, właściwie od kiedy pamięta. Zaczynał jako małe dziecko w rodzinnej Hańczowej w Beskidzie Niskim. Dobrze mu szło, miał wyniki na poziomie mistrzostw województwa, przywoził nawet medale. Poszedł do liceum sportowego w Zakopanem i...

– Tam zderzyłem się z rzeczywistością, bo profesjonalny trening to jednak co innego – wspomina. – Miałem dość mądrego trenera, który w pewnym momencie wprost powiedział mi: „Radek, mistrz świata jest jeden i ty nie masz na niego za bardzo papierów”. Oczywiście, był to rodzaj zawodu, bo idąc do takiej szkoły człowiek chce tym mistrzem zostać, ale ten trener zasugerował, że skoro bardzo dobrze się uczę, to powinienem iść na dobre studia, a sportem się po prostu bawić.

Tak zrobił, a gdy był na studiach, w barwach AZS Zakopane zdobył nawet parę medali w kategorii wiekowej U-23. W klubie startował m.in. z Michałem Lańdą

oraz Jakubem Twardowskim, przewodnikiem i trenerem, pracującym z osobami słabowidzącymi.

– Dobrych parę lat temu Kuba zapytał, czy nie mógłbym pobiegać jako przewodnik. Tak to się zaczęło i trwa do dziś – opowiada Radosław. – Uznałem, że jest to rodzaj jakiegoś nowego wyzwania, zwłaszcza że ja od paru lat trenuję sobie bieganie już tylko „amatorsko-zawodniczo”, jak to niektórzy nazywają, łącząc to z normalną pracą.

Radosław jest inżynierem w zakładzie produkującym sprzęt medyczny. Sport pozostał w jego życiu jako hobby, odskocznia, natomiast wspieranie na treningach i zgromadzeniach zawodników słabowidzących to dla niego także szansa dzielenia się ogromnym doświadczeniem i wykonywania swoich umiejętności na trasie.

– Całe życie biegałem na nartach, więc mam bardzo duże wyczucie, jak można pobiec, jak trzymać się blisko zawodnika i nie pozwalać mu tracić dystansu – tłumaczy.

Od lat pomaga w treningach, ale nie miał jeszcze okazji wspierać naszych kadrowiczów podczas zawodów. Pierwsze są od razu igrzyska.

– Pamiętam, jak w szkole sportowej oglądaliśmy Justynę Kowalczyk i jej starty na igrzyskach w Vancouver – opowiada. – Wtedy chciałem jechać do Soczi. Oczywiście nie wyszło i później nie spodziewałem się już takiego wyjazdu. Na początku trochę się zestresowałem perspektywą udziału w igrzyskach paralimpijskich, ale teraz traktuję to jako wyzwanie. Chcę po prostu pomóc Pawłowi osiągnąć jak najlepszy wynik. To on jest postacią pierwszoplanową.

21 milimetrów

Czasu na zgranie się jest niewiele, ale obaj to doświadczeni sportowcy, więc problemów być nie powinno. Szczegóły można jeszcze dopracować.

– Dziś na przykład Paweł fajną rzecz mi podpowiedział, bo za każdym razem trochę mu na zjeździe uciekałem i nie wiedziałem, o co chodzi, może narty mu dobrze nie jadą? – opowiada Radosław. – Usłyszałem, że ja po prostu wchodzę w tor i jadę, a on – jako osoba słabowidząca – potrzebuje tej sekundy, by w nie trafić. Muszę się więc dostosować.

Paweł dobrze widzi to, co jest blisko, dlatego przewodnik nie może mu za bardzo uciec. Do tego razi go światło i gdy wszędzie leży śnieg, samodzielnie może nie rozpoznać, gdzie jest trasa, a gdzie pobocze. Dobry przewodnik powinien więc mieć oczy dookoła głowy. Mimo własnego wysiłku, kluczowy jest dla niego zawodnik, którego prowadzi. W przypadku biathlonu dochodzi do tego wsparcie w dotarciu na odpowiednie stanowisko na strzelnicy, przejęcie kijów, zadbanie o odpowiednią pozycję (zawodnicy strzelają leżąc), a potem odpowiednie liczenie ewentualnych karnych rund po spudłowanych strzałach.

Na strzelnicy zawodnik jest już jednak sam. Karabiny zapewnia organizator i są one już na strzelnicy przydzielane losowo. Nie trzeba więc nosić broni na plecach, minus polega jednak na tym, że nie wiadomo, na jaki sprzęt się trafi. W Pekinie na igrzyskach Paweł dostał karabin, w którym ciężiej pracował spust. Zanim się przyzwyczaił, już zanotował pudło. Warto przy tym dodać, że zawodnicy z niepełnosprawnością wzroku strzelają z dość szczególnej broni.

– To jest karabin elektroniczny na podczerwień, podpięty kablem do komputera – tłumaczy Paweł. – Celuje się nim do tarczy, a im wyższy mamy dźwięk w słuchawkach, taki najbardziej piskliwy, tym bliżej jesteśmy środka. Wtedy powinno się oddać strzał. Strzelamy z 10 metrów i jeden milimetr ruszenia karabinem to centymetr różnicy na tarczy, a ten nasz cel ma tylko 21 milimetrów.

Paweł podkreśla, że lepiej strzela, niż biega. Mniej się więc martwi o wyniki na strzelnicy. Przed nim na igrzyskach trzy starty, w których ma coś do udowodnienia.

– W każdej konkurencji będę walczył o to, by zmazać blamaż z pucharu świata – deklaruje. – W tym sezonie byliśmy na trzech zawodach pucharu świata i nie udawało mi się na nich uzyskiwać wyników na moim poziomie, choćby takich, jak na treningach. Mój cel na igrzyska to zrobić to, co umiem najlepiej, a niech wyniki mówią same za siebie.

Chciałby w parabiathlonie uzyskiwać rezultaty na miarę swoich możliwości i ambicji. W końcu uprawianiu sportu poświęcił znaczącą część swojego życia.

– Dobrze się to wszystko poukładało i mogę tylko dziękować losowi, że postawił w moim życiu osoby, dzięki którym mogłem zostać sportowcem wyczynowym i spełnić dziecięce marzenia – podsumowuje. – Poszedłem do klubu nie jako sportowiec, ale po prostu osoba słabowidząca, która chciaaby się nauczyć jeździć na nartach zjazdowych. Byłem „zwykłym Kowalskim”, a dziś drugi raz jestem w kadrze na igrzyska. Minęło już dziewięć lat, a ja wciąż nie byłem jeszcze na tych zjazdówkach – dodaje z uśmiechem.





BŁAŻEJ BIEŃKO I PRZEWODNIK MICHAŁ LAŃDA

Nie raz słyszał od lekarzy, że w jego przypadku sport jest wykluczony. Tylko że jego nigdy nie interesowało spędzenie życia na kanapie.

– Jak mam jakąś kontuzję i choćby tydzień siedzę w domu, to czuję, że już bym się chętnie zaczął ruszać – przyznaje Błażej Bieńko.

Tak też było w dzieciństwie. Najpierw chodził na karate, potem przez parę dobrych lat uczył się grać w piłkę w Stali Stalowa Wola. Jego pozycją był środek pola, wtedy jednak widział lepiej niż teraz. Na mniejszych boiskach radził sobie, ale na większych miewał czasem problemy. Piłka musiała pójść w odstawkę, a wraz z nią jakakolwiek poważniejsza aktywność fizyczna.



Przypadek

Na pewien czas przestał szukać sportu. Wkrótce jednak to sport znalazł jego.

– To był przypadek – precyzuje Błażej. – Nasz okręg Polskiego Związku Niewidomych organizował obozy turystyczno-rekreacyjne. Na jednym z nich byli trenerzy z Przemyckiego Klubu Sportu i Rekreacji Niewidomych i Słabowidzących „Podkarpacie”, którzy prezentowali różne dyscypliny. Przywieźli na przykład tandem czy pistolet laserowy. Zaprosili też młodzież do Ptaszkowej na obóz biathlonowy. Zacząłem tam jeździć na nartorolkach, uczyłem się strzelać i tak już zostałem.

Spodobało mu się zwłaszcza strzelanie. Nie przeszkadzała mu dość duża waga karabinu, choć gdy jest się nastolatkiem, ma to znaczenie. Polubił też nartorolki, a wraz z nimi wiatr we włosach i trochę adrenaliny.

– Z tej młodzieży, która wtedy przyjechała, zostałem tylko ja – mówi.

Dość szybko nauczył się strzelać na przyzwoitym poziomie i już w wieku 17 lat wygrał konkurencję biathlonową na międzynarodowych zawodach o nazwie European Winter Para Sports Event, Poland 2020, zorganizowanych przez Polski Komitet Paralimpijski. W następnym roku przysły pierwsze zawody pucharu świata w parannarciarstwie biegowym i parabiathlonie, a także pierwsze punkty do klasyfikacji generalnej. To go dodatkowo zmotywowało do ciężkiej pracy.

W kolejnych latach dość regularnie zaczął się pojawiać w pierwszej dziesiątce parabiathlonowych zawodów pucharu świata, a za swoje do tej pory największe osiągnięcie uważa szóste miejsce w biegu pościgowym na mistrzostwach świata w Kanadzie w 2024 roku. Sezon 2025/2026 to m.in. dwie piąte pozycje w Notschrei w Niemczech, okraszone niemal bezbłędnym strzelaniem, i czwarte miejsce w klasyfikacji generalnej pucharu świata. W efekcie awansował na swoje pierwsze zimowe igrzyska paralimpijskie.

W Mediolanie-Cortinie startuje z nowym przewodnikiem, Michałem Lańdą. Znają się jednak tak długo, że ta zmiana nie wpłynie ich zdaniem na wyniki. Michał podkreśla, że z Błażem bardzo dobrze się biega i wcale nie jest tak, że stawiać trzeba głównie na sprint, gdzie tego biegania jest najmniej.

– Sprint to duża szansa na dobry wynik, ale warto pamiętać, że to w najdłuższym biegu za spudłowanie dolicza się karną minutę, więc to tam mogą być największe niespodzianki – mówi Michał. – Zwłaszcza że Błażej strzelecko to jest top. Byle więc celnie strzelać i pobiec swoje.

Przeznaczenie

Michał Lańda to doświadczony narciarz. Trudno jednak, by było inaczej.

– Pochodzę ze sportowej rodziny – opowiada. – Tata bardzo dobrze biegał na nartach, był mistrzem Polski

jako junior, swego czasu był w kadrze z Józefem Łuszczkiem. Mam cztery siostry, trzy z nich trenowały, dwie były w szkole sportowej. Czwarta nie biegła, ale wyszła za mąż za biegacza, więc przeznaczenie i tak ją dopadło – śmieje się.

Tata prowadził wyciągi narciarskie na Podhalu, więc Michał całe dzieciństwo spędzał na stoku. Jeździł, na czym się dało: nartach, snowboardzie, zwyciężyła jednak miłość do biegówek. Jako junior trzy razy stał na podium mistrzostw Polski, w barwach AZS Zakopane startował m.in. z Jakubem Twardowskim. Po latach jego kolega został przewodnikiem Piotra Garbowskiego, a później trenerem pracującym z osobami słabowidzącymi. W 2019 roku Jakub zapytał Michała, czy nie chciałby zostać przewodnikiem Pawła Gila, dobrze zapowiadającego się zawodnika.

– Potraktowałem to jako szansę, bo to były czasy, gdy biegi nie były jakoś szczególnie dofinansowane, nie było wielu wyjazdów za granicę – opowiada Michał. – Sport osób niepełnosprawnych był więc szansą na kontynuowanie kariery z biegówkami, choć trochę w inny sposób.

Tak zaczęły się długie lata wspierania Pawła na treningach i zawodach parabiathlonowych i paranarciarskich. Razem pojechali m.in. w 2022 roku na zimowe igrzyska paralimpijskie do Pekinu. Początkowo Michał łączył to z pracą, ale dzięki stypendiom przez ostatnie dwa sezony poświęcił się wyłącznie sportowi. Przewodnik to tylko jedna z pełnionych funkcji, odpowiada też za serwis nart, a więc smarowanie, testowanie. Wstaje

więc często o wiele wcześniej niż zawodnik. Czasem po samych testach tuż przed startem ma już w nogach ze 20 km. Każdy ma jednak swoją rolę w tym teamie, a Michał od dawna czuje się jego częścią.

– Jesteśmy ze sobą naprawdę zżyci, znam przecież Błażeja i Pawła od czasów, gdy zaczynali, kiedy училиśmy ich zupełnych podstaw – mówi. – To wszystko wywróciło też moje życie do góry nogami, bo na zgrupowaniu poznałem żonę. Ewa też jest „wzrokowcem”, trenowała lekką atletykę. Przyjechała na zgrupowanie spróbować biegówek, też tam akurat byłem i tak się nasza przygoda zaczęła. Mamy dwójkę dzieci, więc jakoś wszystko się wokół tego sportu kręci.

Dziesiątka

Obecnie wszystko kręci się wokół igrzysk.

– Jest to zwieńczenie tylu lat pracy – podkreśla Błażej. – Cieszy możliwość wyjazdu na największą sportową imprezę. Jednak wszystkie zawody traktuję na chłodno. To, co różni igrzyska od innych zawodów, to otoczka, ale tak naprawdę robimy to samo.

Ten spokój jest niezbędny zwłaszcza na parabiathlonowej strzelnicy. Sam Błażej przyznaje, że idzie mu na niej bardzo dobrze.

– Czasami udaje mi się być tym najlepszym w stawce światowej, jeśli chodzi o czas strzelania czy celność – nie kryje satysfakcji. – Większy problem jest z bieganiem, tu

jest co szlifować. W tym roku i tak dużo poprawiliśmy, skupiliśmy się na tym, by biegać mądrzej, nie szarpać się. Dało to efekty, bo biegało mi się lżej, za czym szły wyniki.

Woli jednak strzelać, niż biegać. Dlatego choć na igrzyskach – jako jedyny reprezentant Polski – startuje i w biathlonie, i w biegach, stawia na biathlon. Rywalizuje w klasie zawodników z niepełnosprawnością wzroku, strzela więc z karabinu na podczerwień, naprowadzanego na cel za pomocą dźwięku rozlegającego się w słuchawkach.

– Jest to w zasadzie takie samo strzelanie, jak z normalnej broni, jest spust, trzeba przeładowywać – tłumaczy Błażej. – Natomiast tak jak na strzelnicach w środku celu jest dziesiątka, dalej dziewiątka, ósemka, siódemka i tak dalej, tak u nas wszystkie one mają swój dźwięk, a im jest wyższy, tym bliżej dziesiątki. Zakładając na strzelnicy słuchawki szukamy po prostu tego najwyższego dźwięku, no i powiedzmy, że wszystkie strzały od siódemki są trafione.

Na strzelnicy zawodnik jest sam. Przewodnik ma tylko doprowadzić na wskazane miejsce, odebrać kije, poprawić sylwetkę leżącego biathlonisty, a potem nie pomylić się w liczbie ewentualnych karnych rund. Bardziej wspiera podczas biegu, kiedy nadaje tempo, informuje o zakrętach i generalnie stara się utrzymać odpowiednią odległość. Bywa, że jak jest trudny tor jazdy w dół, to podaje swój kijek, za który zawodnik łapie i w ten sposób bezpiecznie pokonuje ten fragment trasy.

Najlepszą receptą na sukces w biathlonie jest połączenie dobrego biegu z bezbłędnym strzelaniem.

– Chciałbym być po prostu zadowolony ze swoich startów, to jest taka podstawa – mówi Błażej. – A co to da na tle przeciwników, no to czas pokaże. Ciężko powiedzieć coś w stylu, że ich wszystkich rozniosę, to nie jest walka w ringu. Ale na pewno nie jedziemy tam pospacerować.

NATALIA SIUBA-JAROSZ

Jaka jest jej specjalizacja? To zależy, kto pyta. W sporcie: parasnowboard. W życiu zawodowym: radiologia. Od lat umiejętnie łączy pracę z treningiem i ze startami w zawodach. Pracę jak na sportowca dość nietypową.

– Jestem lekarką w trakcie specjalizacji z radiologii, odbywam rezydenturę w Szpitalu Wojewódzkim w Bełchatowie – tłumaczy. – To konsumuje znaczną część mojego czasu, ale udaje mi się to godzić na tyle, by zdobyć nawet kwalifikację na igrzyska.

Na uprawianie sportu poświęca urlop. Choć zgodnie z prawem jako osoba z niepełnosprawnością ma go trochę więcej, bywa, że musi też sięgać po bezpłatny.

– Czasami łączę to wszystko na sznurek, na super glue – śmieje się.



Oczy dookoła głowy

Łączenie wygląda lepiej niż dobrze. Od 2021 roku dość regularnie staje na podium międzynarodowych zawodów, w sezonie 2023/2024 zdobyła puchar Europy, wywalczyła też m.in. brązowy medal mistrzostw świata w La Molinie w Hiszpanii w 2023 roku w konkurencji banked slalom w formule równoległej, a razem z Moniką Kotzian sięgnęły po złoto drużynowe.

Banked slalom polega na pokonywaniu kilkusetmetrowej trasy o sporym nachyleniu, składającej się z band i zakrętów. Każdy zawodnik zjeżdża dwa razy i do klasyfikacji końcowej brany jest pod uwagę czas lepszego z przejazdów. Jedynie formuła równoległa zakłada bezpośrednią rywalizację na torach obok siebie.

Natalia startuje też w drugiej konkurencji, obecnej na igrzyskach – to snowboard cross. Na odpowiednio nachylonym torze o szerokości co najmniej 12 metrów rywalizuje czwórka zawodników. Wygrywa po prostu ten, który kilkusetmetrową trasę pokona jako pierwszy. Poziom trudności, ale i widowiskowość zwiększają przeszkody: bandy, czyli mocno pochylone zakręty, rollery, tj. seria niewielkich pagórków jeden za drugim, mniejsze lub większe skocznie oraz wu-tangi, których kształt litery „W” wymusza naprzemienne pokonywanie ostrych wzniesień i spadków.

– Banked slalom jest przyjemniejszy, bardziej techniczny, natomiast więcej stresu jest przy snowboard crossie – tłumaczy Natalia. – Jest o wiele bardziej emocjonujący dla widzów, ale też dla nas, bo musimy sobie poradzić z niespodziewanymi sytuacjami na torze, reagować

na to, co się dzieje, gdy na przykład ktoś przed nami upadnie albo dochodzi do jakiegoś kontaktu fizycznego. Oczywiście nie wolno intencjonalnie wchodzić w tor jazdy innego zawodnika, za to są żółte i czerwone kartki, przyznawane trochę jak w piłce nożnej. Sędziowie oceniają, czy kontakt był intencjonalny, czy nie. Ogólnie jednak trzeba mieć oczy dookoła głowy. Natomiast mnie łatwiej jest zmotywować się do startu właśnie wtedy, gdy przeciwniczka jest tuż obok mnie, mogę wtedy skupić całą swoją uwagę na tym, by ją wyprzedzić.

Najpierw pasja, potem rywalizacja

Choć na zawodach trwa walka o medale i nikt nie odpuszcza, to jednak środowisko snowboardowe jest dość specyficzne.

– Snowboardzista ma na pewno trochę więcej luzu, traktuje sport trochę z przymrużeniem oka – precyzuje reprezentantka Polski. – W naszej społeczności mocno się wzajemnie wspieramy i nawet po przegranych przejazdach mamy do siebie dużo szacunku. To wszystko ma być po prostu zabawą, sprawiać przyjemność. Snowboard to nie tylko sport, ale pewnego rodzaju subkultura, sposób bycia. Najpierw pasja, potem rywalizacja.

Właśnie to zawsze ją w „deskowych aktywnościach” pociągało. Najpierw była więc deskorolka, potem wakeboard, aż w końcu snowboard, którego po raz pierwszy spróbowała na studiach na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi. Dość późno, jednak głównie dlatego, że przez długie lata nie widziano w niej potencjału do zostania sportowcem.



– Przez większość swojego życia byłam zwolniona z WF-u – wspomina Natalia. – Nauczyciele bali się, że coś mi się stanie przez moją niepełnosprawność. Widząc ich podejście, nie czułam się pewnie w dążeniu do aktywności fizycznej, ale ona zawsze gdzieś tam była, bo mam trzech braci, z którymi razem spędzaliśmy czas.

Dopiero na studiach zmieniła otoczenie, podjęła intensywną rehabilitację, nakierowaną na sportowców, i okazało się, że artrogrypa nie jest żadną przeszkodą w realizacji marzenia, czyli jazdy na snowboardzie. Początki na desce były oczywiście trudne, zwłaszcza że Natalia sama przyznaje, iż popełniła błąd, starając się wszystkiego nauczyć sama. Obijała każdy fragment ciała aż trafiła na obóz dla osób z niepełnosprawnościami i trenerkę, która skorygowała błędy, dostrzegła w niej potencjał i wkrótce zaczęły się starty w klasie LL2, czyli zawodniczek z niepełnosprawnością kończyn dolnych.

– To było trochę spotkanie z przeznaczeniem – uważa Natalia. – Myślę, że niektórzy mają takie momenty, gdy odkrywają coś i jest dla nich jasne, że chcą w to iść. Tym czymś był dla mnie snowboard.

Wewnętrzna niezgoda

Szybko okazało się, że próg wejścia na poziom zawodniczy jest dość wysoki. To, że ktoś radzi sobie na stoku, wcale nie znaczy, że będzie tak samo dobry na torach do banked slalomu i snowboard crossu. Trzeba na nich spędzić mnóstwo czasu, co jest o tyle trudne, że w Polsce próżno ich szukać. To oznacza wyjazdy

zagraniczne, do tego profesjonalny sprzęt – zainwestować więc trzeba sporo pieniędzy i czasu.

Mąż Natalii jest instruktorem narciarstwa, rozumie więc jej pasję i realia funkcjonowania w sporcie. Rozumieją też przełożeni i koledzy w szpitalu. Zresztą fakt, że ich współpracowniczka wykorzystuje większość urlopu w sezonie zimowym oznacza też tyle, że podczas swoich letnich wyjazdów wakacyjnych nie martwią się o zastępstwo. W ramach specjalizacji w dziedzinie radiologii i diagnostyki obrazowej Natalia zajmuje się głównie układem mięśniowo-szkieletowym. Idzie jej to świetnie – w serwisie ZnanyLekarz.pl ma same pozytywne opinie.

– Przez to, że tyle lat spędziłam po tej drugiej stronie, na oddziałach ortopedycznych, poddawana kolejnym operacjom, mam pewnie dużą wyrozumiałość dla pacjentów – zaznacza. – Do tego dochodzi moje zamiłowanie do sportu i myślę, że pacjenci, ale też ortopedzi czy fizjoterapeuci, chętnie z tego mojego „obrazu klinicznego” korzystają, bo wielu radiologów nie lubi tej podspecjalizacji, jako że mają mało doświadczenia z takimi pacjentami. Działamy jednak w takim zespole, w którym możemy się wzajemnie uzupełniać.

Nie wyklucza, że to właśnie doświadczenia z dzieciństwa sprawiły, że poszła na medycynę. Świat białych fartuchów nie był jej obcy.

– Urodziłam się z zespołem wad sprzężonych, szeregiem deformacji prawej kończyny dolnej, a ponieważ jest to rzadka jednostka chorobowa, najpierw

zajął trochę czasu postawienie poprawnej diagnozy, a potem szereg operacji, które miały przywrócić mi jaką taką sprawność i funkcjonalność – opowiada. – Zawsze więc wiązało się to z pobytami w szpitalu i ciągłą rehabilitacją. Obserwowałam też różne sytuacje traktowania pacjentów, zwłaszcza małych, widziałam brak partnerstwa w procesie leczenia i była we mnie jakaś wewnętrzna niezgoda na różne sytuacje. Teraz to się zmieniło i idzie w dobrą stronę, ale faktem jest, że medycyna bardzo mnie zainteresowała, do tego nigdy nie miałam problemów z naukami biologiczno-chemicznymi.

Poczucie sensu

Medycyna dość mocno przeplata się w jej życiu ze sportem. Natalia uważa nawet, że te dwa obszary wzajemnie się uzupełniają.

– Zazwyczaj po okresie intensywnej pracy jadę na snowboard, co pozwala mi wyjść z trybu zadaniowego, lekarskiego – tłumaczy. – To jest życie w przyszłości i przeszłości. Przyszłości, gdy myślimy o celach terapeutycznych dla pacjentów, o tym, jak im pomóc, a przeszłości, gdy rozważamy, czy mogliśmy zrobić coś inaczej. Snowboard daje mi poczucie, że w końcu jestem osadzona w teraźniejszości, mogę wyczyścić głowę, liczy się tylko deska. Dobrze jest mieć takie życie pozaszpitalne.

Natalia przyznaje, że przed igrzyskami w Mediolanie-Cortinie jest jednak trochę inaczej. Głowę wypełnia przecież perspektywa startu w najważniejszej dla

sportowca imprezie. Tym bardziej, że jest to jej debiut na zawodach tej rangi, a udział w nich nie był oczywisty. Na samym początku poprzedniego sezonu, który był bardzo ważny z punktu widzenia procesu kwalifikacji, najpierw się rozchorowała, a potem skreśliła staw skokowy. Ta kontuzja ciągnęła się za nią przez cały sezon, trudno jej było wejść na swój poziom i nadrobić stracone treningi. Zbieranie punktów niezbędnych do zakwalifikowania się na igrzyska było praktycznie niemożliwe. Udało się to nadrobić w tym sezonie, na ostatniej prostej. Ze zdrowiem jest już w porządku i Natalia może całkowicie poświęcić się przygotowaniom. Jakie ma oczekiwania?

– Przede wszystkim chcę cieszyć się byciem tam i rywalizacją, a potem móc spojrzeć na swoje starty i powiedzieć, że zrobiłam wszystko, co danego dnia mogłam – podkreśla. – Zobaczmy, jaki będzie efekt.

Sport to dla niej jednak coś więcej niż tylko suchy wynik.

– Nauczył mnie wielu sprawności życiowych, które ciężko poznać w inny sposób: odporności na stres, zdrowej rywalizacji, sprawczości, umiejętności organizacyjnych – tłumaczy. – Sport daje poczucie sensu. Nigdy nie miałam złudzeń co do tego, czy będę primabaleriną, ale jeśli bym patrzyła przez pryzmat ograniczeń, a nie możliwości, nie byłoby mnie w tym miejscu, w którym jestem – sportowo i w życiu. Jestem przeogromnym orędownikiem jakiegokolwiek aktywności fizycznej osób w każdym wieku, bo nigdy nie jest za późno, żeby zacząć.



IGRZYSKA
DZIEŃ
PO DNIU

17.
02

WRĘCZONO NOMINACJE DO REPREZENTACJI POLSKI

17 lutego w siedzibie Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej odbyła się ceremonia wręczenia nominacji do reprezentacji Polski na XIV Zimowe Igrzyska Paraliimpijskie w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo 2026, które odbędą się w dniach 6-15 marca.



– We Włoszech nasza reprezentacja, choć nieliczna, wystąpi w czterech sportach: w paronarciarstwie biegowym, para-biathlonie, paronarciarstwie alpejskim i parasnowboardzie – mówił, rozpoczynając ceremonię, Romuald Schmidt, sekretarz generalny Polskiego Komitetu Paraliimpijskiego i szef misji paraliimpijskiej. – Bardzo liczymy na to, że nasi zawodnicy zaprezentują to, co w ostatnich sezonach prezentowali na mistrzostwach świata oraz w pucharach świata i Europy. Na pewno jednak zimowe igrzyska paraliimpijskie, choć mniej znane niż letnie, stworzą równie interesujące i emocjonujące widowisko.

„Sky is the limit”

W czterech dyscyplinach rywalizować będzie ośmioro polskich zawodniczek i zawodników, spośród

których pięcioro wystartuje ze wsparciem przewodników (w efekcie działań dot. przyznania dzikiej karty, do składu dołączył jeszcze jeden zawodnik z przewodnikiem – decyzję poznaliśmy w ciągu kilku dni). Podczas uroczystości 17 lutego nominacje odebrali:

- parnarciarze biegowi i parabiathloniści: Aneta Kobryń (przewodnik: Bartłomiej Puto), Błażej Bieńko (przewodnik: Michał Lańda), Piotr Garbowski (przewodnik: Jakub Twardowski), Krzysztof Plewa i Witold Skupień,
- parnarciarze alpejscy: Oliwia Gołaś (przewodnik: Andrzej Stasik) i Michał Gołaś (przewodnik: Kacper Walas),
- parasnowboardzistka Natalia Siuba-Jarosz,
- a także członkowie sztabów szkoleniowych oraz misji paralimpijskiej.

– Dziękuję za wasz trud, wysiłek, za waszą pracę – zwróciła się do zebranych sportowców Maja Nowak, sekretarz stanu w Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych. – Tylko wy wiecie, ile energii wkładacie, by być dzisiaj tu, gdzie jesteście. To wy jesteście tymi, którzy pokazują, że „sky is the limit”. Pokazaliście to samym sobie, a dzisiaj pokazujecie to wszystkim tym, którzy być może jeszcze tego nie wiedzą. Mam nadzieję, że dzięki wam się dowiedzą.

Przenosić góry

We wtorkowej uroczystości wzięli też udział m.in. Piotr Borys oraz Ireneusz Raś, sekretarze stanu w Ministerstwie Sportu i Turystyki, Tadeusz Tomaszewski, przewodniczący sejmowej Komisji Kultury Fizycznej, Sportu i Turystyki, Barbara Engel, zastępca prezesa Państwowego Funduszu



Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, przedstawiciele Ambasady Włoch oraz reprezentanci oficjalnych sponsorów i partnerów polskiej reprezentacji paralimpijskiej.

– Jesteście wzorem, kiedy pokazujecie, że niemożliwe staje się możliwe, że wszystko zależy od waszej determinacji i siły charakteru – powiedział wiceminister Piotr Borys. – Jak wiecie, Polska będzie się starać o organizację igrzysk olimpijskich i paralimpijskich. To jest niezwykle ważne, bo w naszym kraju tylko 1 procent osób z niepełnosprawnościami uprawia czynnie sport. Swoją postawą pokazujecie, że można przenosić góry.

Wiceminister Ireneusz Raś przyznał, że z rodzeństwem naszych paraalpejczyków, Oliwią i Michałem Gołasiami, łączą go więzi niemal rodzinne.

– Mało kto o tym wie, że pracowałem kiedyś z ich dziadkiem, i to był w moim życiu jedyny taki prawdziwy szef. Byłem dyrektorem kancelarii prezydenta miasta, kiedy ich dziadek był prezydentem Krakowa – podkreślił i zwrócił się do wszystkich sportowców: – Jesteście grupą, która może spowodować, że sporty zimowe, trudniejsze dla osób z niepełnosprawnościami, staną się otwarte także dla nich. Jesteście ambasadorami tych wszystkich, którzy mogą stać się sportowcami wyczynowymi, tak jak wy, lub sportowcami amatorami.

W dalszej części uroczystości Witold Skupień w imieniu zawodników oraz Michał Kłusak jako reprezentant sztabu szkoleniowego złożyli ślubowanie. Nominowani podpisali także flagę Polskiego Komitetu Paralimpijskiego. W trakcie ceremonii dowiedzieliśmy

się także, że chorążymi naszej reprezentacji będą: Aneta Kobryń (z przewodnikiem Bartłomiejem Puto) oraz Michał Gołaś (z przewodnikiem Kacprem Walasem).

Podczas wydarzenia odbyła się także premiera znaczka pocztowego poświęconego igrzyskom paralimpijskim w Mediolanie i Cortinie, który do obiegu trafi 6 marca, w dniu ceremonii otwarcia. Poczta Polska skupiła się na trzech różnych sposobach uprawiania paranasarciarstwa biegowego. Na znaczku widoczni są więc: Krzysztof Plewa, który startuje w pozycji siedzącej, oraz Witold Skupień, który biega bez kijów w pozycji stojącej. Dodatkowo na kopercie Pierwszego Dnia Obiegu widzimy Anetę Kobryń, która biegnie za przewodnikiem, Bartłomiejem Puto. Ta artystyczna wizja wprost ukazuje, że sport paralimpijski jest naprawdę dla każdego.



18.
02

MAMY DZIKA KARTĘ! ROŚNIE POLSKA KADRA NA IGRZYSKA

Nie ośmioro, lecz dziewięcioro zawodniczek i zawodników (plus sześciu przewodników) reprezentować będzie Polskę na igrzyskach w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo. Dzięki dzikiej karcie pojedzie także Paweł Gil, który w parabiathlonie wystartuje z przewodnikiem, Radosławem Koszykiem.



– Bardzo się cieszymy, bo przez cały rok trenowaliśmy z myślą, że ta dzika karta będzie – podkreślił Jakub Twardowski, trener z ramienia Związku Kultury Fizycznej OLIMP, pracującego z osobami słabowidzącymi.

Jakub Twardowski jest jednocześnie przewodnikiem Piotra Garbowskiego. Wspólnie startowali już na igrzyskach w Pjongczangu w 2018 r. i cztery lata później w Pekinie – w parannarciarstwie biegowym i parabiathlonie. Obecnie Garbowski stawia już wyłącznie na biegi. W kadrze OLIMP-u są także dwaj parabiathloniści: Błażej Bieńko i Paweł Gil. Wiadomo było, że spośród trzech zawodników szanse na wyjazd na igrzyska ma tylko dwóch. Trzeci mógł liczyć ewentualnie na dziką kartę, o którą starał się Polski Komitet Paralimpijski.

– Dwa miejsca z puli, które nam przypadły, moją decyzją otrzymali: Piotrek, jako najlepszy biegacz, oraz Błażej, jako obecnie lepszy biathlonista od Pawła – tłumaczył trener

Twardowski. – Natomiast Paweł minimum paralimpijskie miał zrobione, nie mieścił się w kadrze na igrzyska tylko ze względu na pulę, która nam przysługiwała jako krajowi.

Paweł Gil to dziewiąty zawodnik parabiathlonowego pucharu świata w sezonie 2025/2026 w grupie osób z niepełnosprawnością wzroku (Błażej Bieńko zajął w klasyfikacji generalnej PŚ czwarte miejsce). Roli przewodnika Pawła Gila podejmie się Radosław Koszyk.

– To były zawodnik, obecnie amator biegów narciarskich, ale cały czas aktywny – opowiadał Jakub Twardowski. – Jutro dołącza do nas na zgrupowanie.

Reprezentacja Polski na XIV Zimowe Igrzyska Paralimpijskie w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo 2026 ostatecznie liczyć więc będzie dziewięcioro zawodników i zawodniczek, spośród których sześcioro wystartuje ze wsparciem przewodników.



06.
03

HISTORYCZNE IGRZYSKA W MEDIOLANIE I CORTINIE: REKORDY, DEBIUTY I... CIEŃ WOJNY



Od 6 marca oczy całego sportowego świata (i te polskie, i te zagraniczne) znów skierowały się ku włoskim Alpom. Ruszyły XIV Zimowe Igrzyska Paraliimpijskie Mediolan-Cortina 2026! Tegoroczna edycja przejdzie do historii nie tylko ze względu na jubileusz 50-lecia zimowych igrzysk paraliimpijskich, ale przede wszystkim jako największe zimowe wydarzenie w dziejach sportu osób z niepełnosprawnościami.

Pół wieku temu w pierwszych zimowych igrzyskach paraliimpijskich w szwedzkim Örnköldsvik wystartowało zaledwie 198 sportowców z 16 krajów. Do tego tylko w dwóch dyscyplinach – narciarstwie alpejskim i biegowym. W 1976 roku nie było mowy o ultralekkim karbonie czy zaawansowanych protezach aerodynamicznych. Sportowcy sami modyfikowali swój sprzęt.

W Mediolanie i Cortinie wystartować ma rekordowa liczba 611 zawodników. To znaczący skok w porównaniu do poprzedniego najlepszego wyniku – z Pjongczangu w 2018 roku (564 sportowców).

We Włoszech wystartuje też rekordowa liczba 160 kobiet – to o 18 proc. więcej niż na poprzednich zimowych igrzyskach w Pekinie. W aż pięciu dyscyplinach (od narciarstwa alpejskiego po curling na wózkach) padną historyczne rekordy frekwencji kobiet.

Do zimowej rodziny paralimpijskiej dołącza grono pięciu debiutantów – Salvador, Haiti, Macedonia Północna, Czarnogóra oraz Portugalia.

Cień wojny

Niestety, najgłośniej mówi się nie o debiutantach, ale o krajach, które odzyskały pełne prawa członkowskie – Rosji i Białorusi, nieobecnych cztery lata temu w Pekinie i dwa lata temu na letnich igrzyskach w Paryżu z powodu inwazji Rosji na Ukrainę.

Mimo że wojna trwa, decyzją Międzynarodowego Komitetu Paralimpijskiego (IPC) rosyjscy i białoruscy sportowcy nie tylko zostali na powrót dopuszczeni do startów, ale w dodatku pod pełnymi barwami narodowymi i z hymnami dla ewentualnych zwycięzców. W Cortinie i Mediolanie wystartuje sześciu zawodników z Rosji i czworo z Białorusi, którzy otrzymali tzw. dzikie karty (nie brali udziału w kwalifikacjach).

Tymczasem jeszcze podczas niedawnych igrzysk olimpijskich zawodnicy z tych krajów startowali pod flagą neutralną. Nie mieli prawa do narodowych barw, a na najwyższym stopniu podium zamiast hymnów słuchali specjalnie skomponowanej melodii bez słów. Nie brali też udziału w ceremonii otwarcia.

Ich obecność podczas dzisiejszego uroczystego zapalenia znicza w legendarnym starożytnym amfiteatrze w Weronie zaowocowała falą bojkotów. Jako pierwsi ogłosili go Ukraińcy. Minister sportu Ukrainy, Matwij Bidny, nazwał decyzję IPC „oburzającą” i ogłosił, że oficjalna delegacja rządowa nie pojawi się na żadnych wydarzeniach igrzysk, a działacze i sportowcy zbojkotują ceremonię otwarcia.

Do bojkotu przyłączyli się oficjalni przedstawiciele Polski, Litwy, Łotwy, Estonii, Czech, Szwecji, Danii, Finlandii, Rumunii, Chorwacji, Austrii, Portugalii, Luksemburga, Belgii i Hiszpanii. Dodatkowo w ceremonii otwarcia nie wezmą udziału sportowcy i reprezentanci misji paralimpijskich z Polski, Litwy, Łotwy i Czech.

– Nie wysyłamy zawodników na ceremonię otwarcia, jest to wyraz solidarności z Ukrainą i sprzeciwu wobec decyzji IPC, która jest absurdałna. Traktujemy ją jako niepokojący przejaw rozmywania odpowiedzialności Rosji i Białorusi za zbrodnie dokonywane na terenie Ukrainy – tłumaczył Łukasz Szeliga, prezes Polskiego Komitetu Paralimpijskiego.

Cała polska ekipa – sportowcy, przewodnicy, trenerzy, działacze – obejrzą wspólnie ceremonię otwarcia w telewizji w dwóch wioskach paralimpijskich, na które są rozbici – w Cortinie d’Ampezzo (paranarciarstwo alpejskie i parasnowboard) oraz w Predazzo (paranarciarze biegowi i parabiathloniści).

Obecność rosyjskiej flagi na paralimpijskich arenach tworzy trudną do zaakceptowania sytuację dla wielu ukraińskich paralimpijczyków, z których część to



weterani wojenni po amputacjach, ranni w wyniku rosyjskiej inwazji i wcześniejszych walk od 2014 roku.

– Ta flaga jest nasączona ukraińską krwią – mówił Walerij Suszkewycz, szef narodowego komitetu paralimpijskiego Ukrainy.

Ujawnił też, że IPC zakazał Ukraińcom wystąpienia na ceremonii otwarcia w strojach galowych z mapą Ukrainy (w granicach z 1991 roku), uznając ten projekt za „polityczny”. Stąd decyzja o bojkocie.

Natomiast samych igrzysk, czyli rywalizacji sportowej, Ukraińcy bojkotować nie chcą.

– Jeśli nas tam nie będzie, świat o nas zapomni. Nasza obecność, nasze zwycięstwa i nasza flaga na podium to najsilniejszy dowód na to, że Ukraina żyje, walczy i wygrywa. Nie oddamy pola walkowerem – tłumaczył Suszkewycz.

I dodaje, że nie zamierza karać własnych sportowców (często bohaterów wojennych) za błędy i skandaliczne decyzje urzędników z IPC.

Nadzieje na medale

Polska kadra na igrzyska to dziewięcioro zawodniczek i zawodników, którym towarzyszyć będzie sześciu przewodników, startujących z osobami słabowidzącymi. Powalczą w czterech z sześciu dyscyplin: paronarciarstwie biegowym, parabiathlonie, paronarciarstwie alpejskim i parasnowboardzie.

Cztery lata temu w Pekinie Biało-Czerwonym nie udało się ani razu stanąć na podium. W Cortinie i Mediolanie nadzieje na przerwanie złej passy związane są przede wszystkim z Michałem Gołasiem, startującym wraz z przewodnikiem Kacprem Walasem.

Nasz duet w ostatnich latach udowodnił, że należy do ścisłej światowej czołówki narciarstwa alpejskiego osób z niepełnosprawnością wzroku. Przyjeżdżają do Włoch jako świeżo upieczeni multimedaliści najważniejszych imprez, w tym dwukrotni brązowi medaliści mistrzostw świata 2025 w Mariborze w slalomie oraz w slalomie gigancie.

Michał Gołaś przeszedł też do historii jako pierwszy polski sportowiec z niepełnosprawnością, który zdobył złoto uniwersjady (i to dwukrotnie – w supergigancie i gigancie). Znają świetnie trasy w Cortinie, bo startowali tu podczas zawodów pucharu świata, stając zresztą na podium. Znają twardość śniegu i profil stoków.

W paronarciarstwie alpejskim wystartuje też młodsza siostra Michała, Oliwia Gołaś (z przewodnikiem Andrzejem Stasiem).

Naszą jedyną reprezentantką w parasnowboardzie jest Natalia Siuba-Jarosz, która zmierzy się z technicznymi trasami w Cortinie już następnego dnia po ceremonii otwarcia.

W paronarciarstwie biegowym liderami ekipy są doświadczeni Witold Skupień (startujący w pozycji stojącej) oraz Piotr Garbowski (z przewodnikiem Jakubem Twardowskim).

Skupień to jeden z najbardziej doświadczonych i utytułowanych zawodników w polskiej kadrze, a igrzyska w Mediolanie-Cortinie mogą być dla niego najważniejszym momentem w karierze. Po latach bycia „tuż za podium” (na igrzyskach w Pjongczangu i Pekinie), ten wielki wojownik do Włoch przyjeżdża m.in. jako mistrz świata z Östersund z 2023 i ubiegłoroczny zwycięzca dystansu 10 km stylem klasycznym w zawodach pucharu świata w Val di Fiemme, będącego testem trasy paralimpijskiej.

W biegach zobaczymy też Anetę Kobryń (z przewodnikiem Bartłomiejem Puto), Krzysztofa Plewę oraz Błażeja Bieńkę (z przewodnikiem Michałem Lańdą). Ten ostatni wystartuje także w parabiathlonie, a w tej dyscyplinie dołączy do niego Paweł Gil (z przewodnikiem Radosławem Koszykiem), który dostał dziką kartę.

Gwiazdny szal

Włosi żyją przede wszystkim historią wielkiego mistrza Giacomo Bertagnollego, którego w ojczyźnie otacza kult taki sam, jak najwybitniejszych pełnosprawnych alpejczyków. To absolutna legenda narciarstwa alpejskiego osób niewidomych i słabowidzących oraz jeden z największych rywali naszego duetu Gołaś-Walas. Zwany „Królem Midasem Zimowych Igrzysk”, ma na

koncie dwa złote medale, srebrny i brązowy wywalczone w Pjongczangu, oraz kolejne dwa złote i dwa srebrne z igrzysk w Pekinie.

Włosi czekają też z zapartym tchem na występ w parasnoboardzie 39-letniego Emanuela Perathonera, który jeszcze na igrzyskach olimpijskich w Pjongczangu reprezentował Włochy w sporcie osób pełnosprawnych, ale w 2021 roku uległ koszmarnemu wypadkowi podczas treningu i musiał przejść cztery operacje lewej nogi. Zamiast skończyć karierę, został paralimpijczykiem.

Fascynująco zapowiada się bitwa o prymat w hokeju na śledzach. Amerykanie bronią złota z Pekinu, ale Kanadyjczycy zapowiadają rewanż w mediolańskiej Arenie Santa Giulia. Chcą wziąć odwet za niedawną porażkę rodaków w finale olimpijskiego hokeja.

Ciekawe też, jak w Mediolanie i Cortinie wypadną Chińczycy – triumfatorzy klasyfikacji medalowej sprzed czterech lat, tym razem startujący nie u siebie, czyli z dala od świetnie znanych tras i sztucznego śniegu. Chiny przysłały ogromną kadrę z rewelacyjną paraalpejką Zhang Mengqiu – być może najpopularniejszą paralimpijką w Chinach, która na igrzyskach w Pekinie zdobyła medale w każdej konkurencji, w jakiej wystartowała – dwa złote (supergigant i slalom gigant) oraz trzy srebrne (zjazd, slalom i superkombinacja).

06.
03

PIĘKNA, CHOĆ ZBOJKOTOWANA CEREMONIA OTWARCIA. OTO NOWE POKOLENIE BOHATERÓW!

W słynnym starożytnym amfiteatrze Arena di Verona 6 marca odbyła się ceremonia otwarcia XIV Zimowych Igrzysk Paralimpijskich Mediolan-Cortina 2026. Przepiękną uroczystość z udziałem licznych DJ-ów i włoskich artystów przyćmiła nieobecność w pochodzie reprezentantów aż 27 krajów.

Polska ekipa, solidaryzując się z Ukrainą, bojkotującą ceremonię otwarcia z powodu obecności Rosjan i Białorusinów pod flagami narodowymi, obejrzała uroczystość w dwóch wioskach – w Cortinie d’Ampezzo i Predazzo. Śledzili show na wielkich telebimach przy poczęstunku zorganizowanym przez gospodarzy.

Ten czas spędzili w gronie takich ekip, jak m.in. Japończycy, Meksykanie, Koreańczycy, Belgowie, Kanadyjczycy czy Chilijczycy, z których większość nie chciała po prostu narażać się na siedmiodziną podróż do Werony i z powrotem. Kolorowy tłum w wiosce oklaskiwał zresztą z równym entuzjazmem wszystkie ekipy maszerujące w amfiteatrze, tak samo Ukraińców, jak i Rosjan, Białorusinów czy Izrael i USA.





Smutno to wyglądało, gdy podczas przemarszu ekip zamiast jak zawsze radosnych i roztańczonych grup młodych ludzi, maszerowała dwójka wolontariuszy, jeden z tablicą z nazwą kraju, drugi z flagą państwa.

– Żał mi sportowców, że nie byli w Weronie, ceremonia otwarcia to dla zawodników zawsze wielkie

i emocjonujące przeżycie. Ale pocieszam się, że tutaj, w Cortinie, też im się udzieliła ta szczególna atmosfera i będą mieli co wspominać. Takie coś zdarzyło się po raz pierwszy w historii 14 igrzysk zimowych i miejmy nadzieję, że po raz ostatni – stwierdził Romuald Schmidt, szef polskiej misji paralimpijskiej w Mediolanie i Cortinie.

– Jasne, że trochę mi przykro, że ostatecznie nie poniosłem biało-czerwonej flagi w tym pięknym i historycznym miejscu. Wybór na chorążego naszej ekipy traktowałem jako wielki zaszczyt i bardzo to przeżywałem. Ale wiadomo, jaka jest sytuacja i naturalnie musiałem się jej podporządkować. Teraz, zamiast sobie tym truć głowę, wolę się skupić na startach, a może za cztery lata odbiję sobie to niedosłże chorążowanie – zapowiedział paranciarz alpejski, Michał Gołaś.

Rozdarty świat

Do igrzysk paralimpijskich w czasach wojny nawiązał w przemówieniu otwierającym imprezę przewodniczący Międzynarodowego Komitetu Paralimpijskiego (IPC) Andrew Parsons. Odnosząc się do jubileuszu 50-lecia rozgrywania zimowych igrzysk, stwierdził, że ich zadaniem było zawsze upamiętniać naszą przeszłość, celebrować teraźniejszość i kształtować bardziej inkluzywną przyszłość.

– Ta przyszłość jest nam bardziej potrzebna niż kiedykolwiek. Cztery lata temu powiedziałem, że jestem przerażony tym, co dzieje się na świecie. Niestety, sytuacja nie uległa poprawie. Niektóre kraje na świecie są znane przede wszystkim z nazwisk swoich przywódców politycznych. Ja wolę znać kraje z nazwisk ich sportowców! – stwierdził. – Sport oferuje światu inną ścieżkę, inną perspektywę. Tutaj, w Mediolanie i Cortinie, igrzyska paralimpijskie oferują coś naprawdę innego. Różnorodność tutaj nie dzieli, lecz wzbogaca.

Tutaj spotykają się narody, a sportowcy rywalizują z determinacją i uczciwością, zjednoczeni we wspólnym szacunku i przestrzegając zasad sportu.

Według niego wioska paralimpijska to żywy wzór tego, jak może i powinno wyglądać społeczeństwo – miejsce bez polityki, gdzie każdy czuje się mile widziany, włączony i ceniony. Społeczność bez barier, która pozwala każdemu w pełni wykorzystać swój potencjał i korzyść z szans.

– Dziś wieczorem, na tej starożytnej arenie, na której kiedyś walczyli gladiatorzy, witamy nowe pokolenie bohaterów. Sportowcy paralimpijscy są gotowi przesuwać granice możliwości, rzucać wyzwanie ludzkim ograniczeniom i pokazywać, do czego zdolni są ludzie, jeśli tylko zapewni im się szacunek i da szansę – podkreślił Andrew Parsons.

Do igrzysk odbywających się w cieniu wojny odniósł się także Giovanni Malagò, przewodniczący komitetu organizacyjnego igrzysk.

– Wszyscy jesteśmy w pełni świadomi, że te igrzyska odbywają się w głęboko podzielonym świecie – rozdartym wojną, bólem i cierpieniem – w jednym z najbardziej dramatycznych momentów naszych czasów. Właśnie dlatego przesłanie pokoju, inkluzywności i solidarności, płynące z ruchu olimpijskiego i paralimpijskiego, nabiera jeszcze głębszego i bardziej istotnego znaczenia – mówił. – Prawdziwą miarą naszych wysiłków będzie jednak dopiero to, co pozostanie po zgaszeniu paralimpijskiego znicza – dodał.

DOKTORSKI DEBIUT NATALII SIUBY-JAROSZ

**„Bardzo dobry wywiad przed badaniem.
Pani doktor bardzo ciepła i rzetelna.
Wszystko wyjaśnione i wytłumaczone.
Polecam!” – to jeden z samych pozytywnych
wpisów na stronie ZnanyLekarz.pl
o Natalii Siubie-Jarosz. Pani doktor właśnie
zadebiutowała na igrzyskach paralimpijskich!**

W sobotę, 7 marca 2026 r., Natalia, zwana przez swoich snowboardowych przyjaciół „Simbą” (i tak wyczytywana przez spikera paralimpijskich zawodów) wzięła udział w eliminacjach snowboard crossu, zajmując w nich 11. miejsce.

– Kiedy 10 lat temu pierwszy raz postawiłam stopy na desce, nawet nie marzyłam sobie, że kiedyś wystartuję na igrzyskach. Wtedy nawet nie wyobrażałam



sobie, że to opanuję. Ale potem igrzyska stały się celem – mówiła.

Już tylko szczęście

Debiut na igrzyskach nie był dla niej oczywisty. Na samym początku poprzedniego sezonu, który był bardzo ważny z punktu widzenia procesu kwalifikacji, najpierw się rozchorowała, a potem skrzyła staw skokowy. Ta kontuzja ciągnęła się za nią przez cały sezon, dlatego zbieranie punktów, niezbędnych do zakwalifikowania się na igrzyska, udało jej się nadrobić dopiero na ostatniej prostej.

– Teraz, tu na dole, czuję już tylko szczęście. Na początku było sporo stresu, bo od naszego przyjazdu do Cortiny tor crossu był przebudowywany. Pierwotnie trasa była tak trudna – zmrożona stroma ściana w jednym miejscu – że aż piątka zawodników wylądowała w szpitalu. W efekcie odwołano piątkowe treningi. Więc dopiero dziś zapoznałam się z nową trasą. Ale z każdym zjazdem było tylko lepiej – mówiła Polka na mecie.

Na co dzień Natalia pracuje jako lekarz radiolog w Zakładzie Diagnostyki Obrazowej Szpitala Wojewódzkiego w Bełchatowie oraz w Łodzi, przez które przewinęło się zresztą mnóstwo zawodników Widzewa, ŁKS, a nawet Arkadiusz Milik, Arkadiusz Reca i Hubert Hurkacz.

– Obie te role wymagają odpowiedzialności, koncentracji i konsekwencji. Połączenie ich to wielkie

wyzwanie logistyczne, wszystkie wolne dni i urlopy przeznaczam na wyjazdy snowboardowe. Ale mam poczucie, że te dwie pasje wzajemnie się uzupełniają – mówi. – Sport pozwala mi żyć tu i teraz. W medycynie często myślimy o przyszłości pacjentów, analizujemy przeszłość, zastanawiamy się, jak znaleźć najlepsze rozwiązanie. Na stoku liczy się chwila, prędkość, ułamek sekundy. Medycyna z kolei pomaga mi w sporcie, daje świadomość ciała, regeneracji i własnych granic – mówiła Natalia, która urodziła się z zespołem wad wrodzonych – artrogypozą, powodującą deformację, atrofię mięśni poniżej kolana i niedowład prawej nogi. I od dziecka przeszła 14 operacji.

Wszystko może się zdarzyć

W niedzielnych finałach snowboard crossu Natalia pojedzie w czwórce zawodniczek ramię w ramię, gdzie wszystko może się wydarzyć.

– Jak na tak wymagającą trasę, na której Natalia miała za mało przejazdów, żeby się dobrze zaznajomić i pokazać 100 procent swojego potencjału, uważam, że to był bardzo dobry debiut. Przez przeróbki trasy straciłyśmy w sumie 3,5 godziny treningów. Oczywiście, w finale liczymy na więcej, ale pierwsze koty za płoty. W finale snowboard crossu wszystko może się zdarzyć. Jest dużo wyprzedzania, zdarzają się upadki... – mówiła trenerka Natalii, Zuzanna Smykała-Pałka. – Nie da się ukryć, że igrzyska to zawody o zupełnie innej randze niż puchary świata. Choćby ze względu na zainteresowanie mediów. Ja w dniu startu w Pjongczangu byłam



wyjątkowo spokojna, mimo debiutu i jednej z najtrudniejszych tras w historii igrzysk. Staram się przenieść to moje opanowanie i umiejętność radzenia ze stresem na Natalię – dodaje.

O wiele mocniej Natalia czuje się w banked slalomie, polegającym na pokonywaniu kilkusetmetrowej trasy o sporym nachyleniu, składającej się z band i zakrętów. Ale to za niecały tydzień.

Pierwszy start parabiathlonistów

Pierwszego dnia igrzysk wystartowali też nasi parabiathloniści.

W sprincie (dystans: 7,5 km) w grupie osób z niepełnosprawnością wzroku dziewiąte miejsce zajął Błażej Bieńko, który startował z przewodnikiem Michałem Lańdą. Dobrym prognostykiem na przyszłość jest fakt bezbłędnego strzelania.

Dwa „pudła” zaliczył z kolei Paweł Gil, który startował z przewodnikiem Radosławem Koszykiem. Wystarczyło to do zajęcia 14. miejsca.

Całe podium opanowali reprezentanci Ukrainy. Wygrał Ołeksandr Kazik (przewodnik: Serhij Kuczeriawy), drugi był Jarosław Reszetynski (przewodnik: Dmytro Drahun), a trzeci Anatolij Kowalewski (przewodnik: Ołeksandr Mukszyn).



08.
03

NATALIA SIUBA-JAROSZ 11. W SNOWBOARD CROSSIE. ZŁOTO DLA NIESAMOWITEJ 51-LATKI!

Debiutująca na igrzyskach paralimpijskich Natalia Siuba-Jarosz odpadła przed półfinałem snowboard crossu, kończąc zawody na 11. miejscu. Prawdziwe trzęsienie ziemi wywołała reprezentantka Francji, Cécile Hernandez, która w wieku 51 lat sięgnęła po złoty medal, udowadniając, że pasja nie zna metryki.

Dla Natalii Siuby-Jarosz niedzielny występ w snowboard crossie na XIV Zimowych Igrzyskach Paralimpijskich w Mediolanie-Cortinie był ogromnym sprawdzianem charakteru. Polka, startująca w kategorii SB-LL2 (zawodniczki po amputacji lub z ograniczeniami ruchomości na skutek np. sztywności stawu skokowego, niedowładu), od początku zmagła się z niezwykle szybką i techniczną trasą w Cortinie d'Ampezzo. Choć w przejazdach eliminacyjnych pokazała wolę walki, ostatecznie odpadła w fazie ćwierćfinałowej.

– Jestem i wkurzona, i rozczarowana. Jeden błąd zdecydował o tym, że tyle lat treningów i wyrzeczeń nie dało lepszego wyniku. Oczywiście sama obecność na igrzyskach to dla mnie ogromnie wyróżnienie, ale teraz jest we mnie też sportowa złość, bo zawsze chce się więcej. Mimo że cross to nie jest moja koronna konkurencja, chciałam zaprezentować najlepszy snowboard – mówiła Natalia po starcie.

Opowiadała, że nie pomogła jej narastająca presja w oczekiwaniu na start w bramkach, ponieważ w poprzednim biegu doszło do upadku i organizatorzy naprawiali tor.

– Może skupienie gdzieś mi uciekło? Może za bardzo chciałam? Po wyjściu z bramki trzeba było zjechać z przełamania i bardzo mocno zapracować nogami, żeby przejechać kolejną przeszkodę. Zabrakło nieco prędkości i usztywniło nogi – opowiadała.

Dodała jednak, że zamierza zaraz wyrzucić to z głowy, żeby skupić się na kolejnym starcie – w banked slalomie 14 marca. Tam techniczna precyzja Polki może okazać się kluczem do znacznie wyższej pozycji.

Jak wyrzucić z siebie niepowodzenie i oczyścić głowę?

– Mam tu ze sobą w Cortinie życzliwych ludzi – przyjechali ze mną mąż i przyjaciel, dojedzie reszta rodziny – wyjaśniała. – Na pewno pomoże też rozmowa z trenerką [Zuzanną Smykałą-Pałką, uczestniczką igrzysk olimpijskich w Pjongczangu w 2018 – przyp. red.], która pozwoli mi się skupić na teraźniejszości. No i mam zamiar odciągnąć głowę graniem w „Cyberpunka 2077”. To kapitalnie odmóżdżająca gra!

„Wieczna Mistrzyni”

Wydarzeniem dnia była postawa Cécile Hernandez. 51-letnia Francuzka dokonała rzeczy niemal niemożliwej, pokonując młodsze o ponad ćwierć wieku rywalki i pewnie sięgając po złoty medal.

Hernandez od lat jest ikoną nie tylko parasnowboardu, ale też ludzi chorych na stwardnienie rozsiane. Udowadnia bowiem, że ciało – nawet naznaczone ciężką chorobą – wciąż potrafi dokonywać rzeczy niemożliwych.



Jeszcze w 2002 roku Cécile była obiecującą zawodniczką BMX. Pewnego ranka obudziła się i poczuła, że jej nogi są całkowicie bezwładne. Diagnoza padła błyskawicznie: stwardnienie rozsiane (SM). Choroba zaatakowała agresywnie, zmuszając ją do porzucenia wyczynowego sportu na ponad dekadę. Przez lata poruszała się o kulach lub na wózku, walcząc z bólem i postępującym niedowładem. O sporcie nawet nie marzyła.

Przełom nastąpił w 2014 roku, niemal zupełnym przypadkiem. Cécile spróbowała wrócić na deskę snowboardową. Okazało się, że mimo problemów z chodzeniem (SM odcisnęło piętno na jej układzie nerwowym, wpływając na koordynację i siłę mięśni nóg, musi używać specjalnych ortez, które stabilizują jej nogi), na desce odnajduje balans, którego brakowało jej na twardym gruncie. Zaledwie miesiąc po powrocie do treningów wystartowała na igrzyskach paralimpijskich w Soczi, zdobywając srebrny medal! To był początek jej „drugiego życia”. Z Pjongczangu w 2018 roku przywiozła kolejne srebro i brąz. Cztery lata później w Pekinie w wieku 47 lat sięgnęła po pierwszy tytuł mistrzyni paralimpijskiej.

Cécile od razu stała się też ambasadorką osób chorych na SM we Francji. Jest przy tym niezwykle szczerą w opowiadaniu o chorobie. Publicznie opowiada o rzutach choroby, o chronicznym zmęczeniu i o tym, że czasami rano nie ma siły podnieść kubka z kawą, by kilka godzin później pędzić 60 km/h po lodowym torze.

Walczyła też w sądach o możliwość startu w swojej kategorii, gdy federacja snowboardowa próbowała ją usunąć z powodu specyfiki jej niepełnosprawności. Wygrała, stając się symbolem walki o sprawiedliwość w sporcie.

Po złotym medalu w Mediolanie-Cortinie 2026 francuskie media piszą o niej jako o „Wiecznej Mistrzyni”, która daje nadzieję milionom chorych, że diagnoza to nie wyrok, a jedynie... zmiana trasy.

Swoją wygrany wyścig poprowadziła po profesorsku. Wykorzystała swój atut – niesamowitą technikę na tzw. rollerach (garbach), co pozwoliło jej wypracować niewielką przewagę już w pierwszej sekcji trasy. Za plecami Hernandez trwała zaciepła walka między dwiema reprezentantkami Chin – Wang Xinyu i Hu Nianjia – oraz Amerykanką Kate Delson. Próbując zablokować linię przejazdu rywalce z USA, jedna z Chinek straciła równowagę i upadła, wytrącając z rytmu swoją rodaczkę. Hernandez odjechała stawce na bezpieczny dystans. Wykorzystała to również Amerykanka, która ominęła zamieszanie i pognęła po srebrny medal. Wang Xinyu zdołała się pozbierać i dowieźć brąz do mety, ale Chińczycy byli niezwykle rozczarowani, ponieważ plan zakładał chiński dublet na podium.

Zwycięstwo Cécile Hernandez okrzyknięto nie tylko triumfem sportowym, ale przede wszystkim potężnym sygnałem dla całego świata sportu: determinacja i profesjonalizm potrafią oszukać czas i przewyciężyć chorobę.

08.
03

BŁAŻEJ BIEŃKO NA SIÓDMYM MIEJSCU, PAWEŁ GIL DWUNASTY



Błażej Bieńko wraz z przewodnikiem Michałem Łańdą zajęli siódme miejsce w parabiathlonowym biegu indywidualnym na 12,5 km w grupie zawodników z niepełnosprawnością wzroku. Nasz reprezentant tylko raz pomylił się na strzelnicy! Drugi z naszych, Paweł Gil, oddał niestety aż sześć niecelnych strzałów i z przewodnikiem Radosławem Koszykiem zakończył rywalizację na dwunastym miejscu.

Bieńko z Łańdą ukończyli bieg z czasem 36:57,6, wyprzedzając m.in. dwóch Niemców i Francuza. Przed nimi byli tylko zwycięzca, Chińczyk Dang Hesong, oraz piątka niezwykle silnych w parabiathlonie Ukraińców. Gil z Koszykiem uzyskali czas 42:29,8.

– Cieszę się z tego siódmego miejsca, ale mam też poczucie, że choć miałem tylko jedno pudło, to na strzelnicy mogło być jeszcze lepiej – mówił po starcie Błażej Bieńko. – Bieg też wyszedł mi równo, choć na końcu trochę mi zabrakło.

Michał Lańda dodał, że pogoda nie sprzyjała rywalizacji, bo w Dolomitach panuje wiosna, temperatura podczas biegów wynosiła 15 stopni na plusie.

– Dlatego tym bardziej musimy pochwalić nasz team serwisowy z trenerem Wieśkiem Cempą, Kubą Twardowskim i Adamem Cieślarem, którzy świetnie przygotowali nam narty i smar, widać było, że na tle innych reprezentacji wypadamy pod tym względem naprawdę dobrze – mówił Michał.

– Ta trasa jest wymagająca, jest tam jeden podbieg, gdzie trzeba się zmusić i dołożyć sił na płaskim, potem kolejny. Tym bardziej cieszę się, że rozegraliśmy to dobrze taktycznie. A narty faktycznie nam świetnie jechały, czy robiliśmy tunel aerodynamiczny, czy jechaliśmy „za kija”. Osiągnaliśmy dobre szybkości na zjazdach – dodał Błazej.

Pośpiech złym doradcą

Paweł Gil stwierdził, że ciężko jest być zadowolonym z dwunastego miejsca, gdy oddaje się aż sześć niecelnych strzałów.

– Przyjeżdżałem tu jako dobrze strzelający, gorzej biegający, a okazało się, że było odwrotnie. Biegowo czułem się w porządku i jak na swój poziom pobiegłem bardzo dobrze. Do tego organizatorzy świetnie przygotowali trasę – zjazdy są równe, twarde i dobrze się zjeżdża. Więc tym bardziej szkoda, bo gdyby przy takim biegu dopisało strzelanie, na pewno byłaby czołowa dziesiątka – mówił.

Skąd ten brak dokładności na strzelnicy? Czy to efekt presji z okazji startu na igrzyskach?

– Świadomość, że igrzyska to jedyna taka impreza, raz na cztery lata, jakoś tak bardzo mnie nie przytłoczyła, nie czułem presji – przyznał Paweł. – Pierwsze, co mi przychodzi do głowy, to pośpiech. Dużo czasu straciłem wczoraj na strzelnicy [podczas sprintu – przyp. red.], chciałem dziś być o wiele szybszy, ale – jak się okazało – pośpiech nie był dobrym doradcą.



09.
03

SUPERGIGANT. DOBRE PRZETARCIE GOŁASIA I WALASA

Michał Gołaś z przewodnikiem Kacprem Walasem zadebiutowali na XIV Zimowych Igrzyskach Paralimpijskich Mediolan-Cortina 2026. Polski duet zajął szóste miejsce w supergigancie, bardzo dobre, jak na przetarcie przed swymi koronnymi konkurencjami – slalomem i slalomem gigantem.

– Pierwsze koty za płoty. Czuję wielką ulgę po tym pierwszym starcie, presja debiutu na igrzyskach wreszcie schodzi. W supergigancie nie mieliśmy wielkich szans medalowych, ale jak na to, że prawie go nie trenujemy, mieliśmy bardzo dobry przejazd. Trzymałem się blisko Kacpra, jechało mi się dobrze. Więc to pierwsze wrażenie jest pozytywne i pozwala mieć nadzieję, że następne starty będą lepsze – mówił na mecie Michał Gołaś.





Plan wykonany

Trener kadry paraalpejczyków, Michał Kłusak, także był po starcie w dobrym nastroju.

– Jestem bardzo zadowolony z chłopaków – podkreślił.
– Plan został wykonany. Nie ukrywam, że najbardziej szykujemy się na konkurencje techniczne, dlatego dobrze było przetrzeć się dzisiaj. 90 procent naszych treningów w konkurencjach szybkich odbyliśmy w ciągu ostatnich dwóch tygodni, więc i ten dzisiejszy start był takim właśnie treningiem. Jutro kombinacja, a gaz na full dajemy w slalomie i slalomie gigancie.

Trener dodał, że słynna włoska trasa Tofana, na której odbywają się zawody, jest „pod Michała i Kacpra”, bo jest to trasa bardzo techniczna, ma dużo zakrętów podobnych do giganta.

– Chłopaki najwięcej stracili dziś na tym ostatnim odcinku, bardzo łatwym, już zjazdowym, ale zrobimy

analizę i postaramy się poprawić ten element w jutrzejszej kombinacji – dodał.

– Tofana to najwyższa półka, jeśli chodzi o trudność trasy. Jest świetnie przygotowana. Niestety, trzeba pamiętać, że mamy marzec i włoskie słońce dogrzewa, stąd z czasem w dolnej części zaczyna się robić miękko – stwierdził Michał Gołaś.

– Jest wiele przełamań, wiele „bulek”. To techniczna trasa. Do tego kondycja śniegu zmienia się wraz z odcinkiem. Więc obiektywnie jest to trudna, ale dla nas dobra trasa – podkreślił Kacper Walas.

Teraz kombinacja

Michał Gołaś dodał, że poniedziałkowy supergigant potraktowali z Kacprem jak łapanie doświadczenia przed wtorkową kombinacją.

– Pierwszy jutrzejszy przejazd to supergigant na długich nartach, a drugi to slalom na nartach krótkich. Czyli w tej konkurencji narciarz musi się wykazać największą wszechstronnością. Ja najlepiej się czuję na nartach krótkich, na tych długich to właściwie dopiero uczymy się z Kacprem startować, jesteśmy na początku drogi. Ale, szczerze mówiąc, wszystko się może zdarzyć, bo są dwa przejazdy, nie jeden, jak dzisiaj – zaznaczył.

Dodał, że plan jest taki, żeby w pierwszym przejeździe pojechać na maksimum możliwości. Zaatakować z ryzykiem nawet pozycje medalowe i zobaczyć, co to da przed drugim przejazdem.

10.
03

SUPERKOMBINACJA. PODIUM BYŁO W ZASIĘGU! ŚWIETNY SLALOM, GORSZY SUPERGIGANT



Michał Gołaś wraz z przewodnikiem Kacprem Walasem zajęli piąte miejsce w superkombinacji podczas igrzysk w Mediolanie-Cortinie.

W slalomie polski duet uzyskał drugi czas przejazdu, co dało awans o dwa miejsca po supergigancie.

– Piąte miejsce zawsze lepsze niż szóste wczoraj. Ze slalomu jestem zadowolony, zrobiliśmy swoje. Ale gdybyśmy lepiej pojechali supergigant, może nawet byłby medal. Niestety, strata była nie do nadrobienia – mówił tuż za metą Michał.

Chwilę wcześniej jego tata, Michał Gołaś senior, który dopingował z trybun razem z mamą Edytą i gronem przyjaciół, rzucił z radością: „Jest moc!”.

– Czy jest moc? Taak! Zawsze są jakieś drobne niedociągnięcia, które można poprawić. Ale jak na debiut w najważniejszych zawodach życia i presję z tym związaną, oceniam slalom na całkiem dobry – dodał.

Kluczowa wszechstronność

Wiadomo, że w superkombinacji, zwanej „królewską konkurencją”, największe szanse mają najbardziej wszechstronni zawodnicy, umiejący najlepiej połączyć start w supergigancie, gdzie liczą się odwaga i prędkość, oraz w slalomie, gdzie trasa jest kręta, tyczki gęsto rozstawione, a kluczem jest technika i rytm.

To wyzwanie zarówno logistyczne, jak i fizyczne. Zawodnik musi użyć dwóch różnych par nart: bardzo długich, zjazdowych (215 cm) i o wiele krótszych, slalomowych (ok. 165 cm).

Polski duet nie ukrywa, że jego domeną są konkurencje techniczne.



– Dopiero uczymy się z Kacprem jeździć na długich nartach, jesteśmy na początku drogi. Po prostu w Polsce nie ma warunków, żeby to trenować. Z rzadka staramy się ćwiczyć za granicą. Na krótkich nartach trenujemy od dzieciaka, do tego są świetne warunki. W zeszłym roku na mistrzostwach świata z uwagi na warunki śniegowe odbyły się tylko konkurencje techniczne i zdobyliśmy dwa medale. Wielkie imprezy zaczynają się od startów na długich nartach, więc specjalnie nie nastawialiśmy się na medale – wyjaśniał Michał Gołaś.

Głodni sukcesu

– Gdyby Michał dał taką jazdę w supergigancie jak wczoraj, to dziś może miałby podium. Pojechał trochę zachowawczo. Piąte miejsce w kombinacji przed igrzyskami wzięlibyśmy w ciemno, ale okazuje się, że podium było w zasięgu – oceniła młodsza siostra Michała, Oliwia Gołaś, którą w czwartek i sobotę czekają starty w slalomie gigancie i slalomie.

Podobnego zdania był prezes Polskiego Komitetu Paralimpijskiego, Łukasz Szeliga, sam trzykrotny paraolimpijczyk w paronarciarstwie alpejskim.

– Gdy patrzę na to, jak Michał radzi sobie na trasach w Cortinie w swoim debiucie myślę, że jego talent cały czas się rozwija. Gdyby dziś pojechał w supergigancie tak jak wczoraj, z tak małą stratą, to w slalomie sporo by nadrobił do pozycji medalowych. Jego konkurenci w szybkich konkurencjach mieli pewną przewagę nad Michałem, bo jechali już wcześniej zjazd, czyli mieli na trasie Tofana znacznie więcej treningów, plus zawody – mówił.

Przewodnik Michała, Kacper Walas, opowiadał, że trasa na słynnym stoku Tofana i ustawienie tyczek w slalomie okazały się bardzo łatwe, zbyt łatwe, żeby ktoś ryzykując wypadł z trasy.

– Na to nigdy nie wypada liczyć, ale często się zdarza. Ale nie na tej trasie. Z drugiej strony, ten drugi czas dzisiaj, w slalomie, daje nadzieję na walkę o medale, zwłaszcza że start i meta będą w tym samym miejscu, może tylko delikatnie inne będzie ustawienie tyczek – stwierdził.

Presja na bok

Jak 21-letni Michał Gołaś znosi presję oczekiwań medalowych w swoim debiucie na igrzyskach?

– Uważam, że jako debiutant Michał bardzo dobrze radzi sobie z presją. Ze startu na start buduje pewność siebie. Szóste miejsce, teraz piąte. Widać, że obaj z Kacprem są głodni sukcesu. Oby tak dalej! Jeśli w slalomie i gigancie utrzyma ten rytm i będzie czwarty i trzeci, to będzie cudownie – stwierdził prezes Szeliga.

– Ta presja na Michale faktycznie jest duża. Oczywiście, że on ją czuje, bo nie da się od niej uciec. Ale jest niezwykle opanowaną osobą, nie pozwala, żeby stres przesłonił mu koncentrację na celu, startach i przede wszystkim na dobrym przygotowaniu. Odkłada ją na bok. Ja chyba bardziej przeżywam jego starty niż on sam. Dziś strasznie się stresowałam, no bo to są przecież igrzyska. Moje własne starty tak mnie nie stresują, jak jego – dodała Oliwia Gołaś.

**10.
03**

UDANE SPRINTY WETERANÓW I DEBIUTANTÓW. SKUPIEŃ SZYKUJE SIĘ NA ŚRODĘ

Piotr Garbowski wraz z przewodnikiem Jakubem Twardowskim oraz Aneta Kobryń z przewodnikiem Bartłomiejem Puto wywalczyli świetne siódme miejsca w biegach paronarciarskich w konkurencji sprintu techniką klasyczną w grupach zawodniczek i zawodników z niepełnosprawnością wzroku.





– Mamy nasz pierwszy mały sukces, bo zadebiutowaliśmy na igrzyskach... – zaczął Bartłomiej Puto.

– ...tylko ty, bo ja już startowałam cztery lata temu w Pekinie! – poprawiła Aneta Kobryń.

– No tak, ale jako duet zadebiutowaliśmy na igrzyskach i udało nam się „wbić” do Top 8, co uznajemy za mały sukces. To dla nas pierwszy wspólny awans do półfinału sprintu w karierze. Do finału jeszcze trochę brakło, ale zgrywamy się – kontynuował Bartłomiej.

– Jestem z siebie dumna. Udało mi się zrealizować wszystkie założenia sprzed startu. Od A do Z! Więcej już z siebie dać nie mogłam. Myślę, że sporo się poprawiłam przez rok, od kiedy poprzednio startowałam na tej trasie. Jestem też bardzo dumna z Bartka, że pomógł mi to wszystko poukładać oraz że pomógł z tym morderczym podbiegiem – dodała Aneta.

Całą mocą

Piotr Garbowski z Jakubem Twardowskim również byli zadowoleni z siódmego miejsca.

– Sprinty to taki specyficzny bieg, że na trasie nie ma czasu myśleć. Wszystko musi być już obmyślane i zaplanowane przed startem, jak pokonywać poszczególne odcinki trasy. Jestem zadowolony przede wszystkim z eliminacji. Poszedłem tam całą mocą, bo wiedziałem, że o wejściu do półfinału będą decydować bardzo małe różnice czasowe. A półfinał był naszym celem – mówił Piotr.



– Najważniejsze, że Piotrkowi dopisało zdrowie i serwis narciarski. To trudna trasa, która nie wszystkim pasuje, ale my takie lubimy – dodał Jakub.

Top 10 w pełni satysfakcjonujące

Na dziewiątej pozycji wśród osób z niepełnosprawnością wzroku ukończyli eliminacje Błażej Bieńko z przewodnikiem Michałem Lańdą. Do półfinałów awansowało tymczasem ośmiu zawodników.

– Nie miałem wielkich oczekiwań, bo niewiele biegałem stylem klasycznym. Top 10 na igrzyskach jest, co jest w pełni satysfakcjonujące. W dodatku do awansu do półfinału zabrakło nam tylko 8,23 sekundy! – mówił Błażej.

– Pamiętajmy, że Błażej to biathlonista, więc w sprincie, i to jeszcze w stylu klasycznym, spisał się ponad oczekiwania, jakie mieliśmy. W końcu na igrzyska jedzie się, żeby zatriumfować nad samym sobą i własnymi słabościami – dodał Michał.

Obaj bardzo dziękowali serwisantom za przygotowanie nart.

– Bardzo doceniam to, że chłopaki od rana harowali, jadąc i testując narty, żeby nam je dobrze przygotować. Naprawdę mieliśmy dużą przyjemność z tego biegania dzisiaj – podkreślił Błażej.

Start na rozbieganie

Witold Skupień był 12. w kategorii zawodników startujących na stojąco. Przyznał jednak, że sprint nie jest jego najmocniejszą stroną i myślami był już przy środowym biegu na 10 km techniką klasyczną, czyli swojej koronnej konkurencji.

– Trasa była dziś zdecydowanie nie pod moją grupę [Witold z powodu niepełnosprawności biega bez kijów – przyp. red.]. Dodatkowo to włoskie słońeczko zaczęło grzać i topić śnieg, przez co mój bieg zrobił się jeszcze wolniejszy. Chłopaki z kijami zbyt szybko mnie dopadli i nie byłem w stanie z nimi powalczyć – tłumaczył. – Ale, jako że w ogóle nie trenuję sprintu, nie jestem bardzo rozczarowany. Rozbiegałem się przed środowym startem i tylko na nim się koncentruję – dodał.

WITOLD SKUPIEŃ ZNÓW NA PIĄTYM MIEJSCU. NA TRZECICH IGRZYSKACH! „TO MOJE PRZEKLEŃSTWO ALBO RADOŚĆ”

Witold Skupień, startujący na swoich czwartych igrzyskach paralimpijskich, znów tylko otarł się o podium. Piąty w Pjongczangu w 2018, piąty cztery lata temu w Pekinie, w Mediolanie-Cortinie 2026 bieg na 10 km stylem klasycznym znów, mimo heroicznej postawy, skończył na feralnym, piątym miejscu.

– Śmieję się, że to albo moje przekleństwo, albo radość i szczęście, bo jednak już na czwartych igrzyskach

kończę w światowej czołówce. Przecież różnice czasu na mecie były minimalne. Nie smucę się, bo sam sobie mogę powiedzieć, że dałem dziś z siebie naprawdę wszystko. Walczyłem do ostatniej kropli krwi. Cóż, rywale okazali się lepsi, taki jest sport – mówił tuż za metą mistrz świata z Östersund sprzed trzech lat i Najlepszy Niepełnosprawny Sportowiec Roku 2023 w plebiscycie „Przeglądu Sportowego”.

Przyznał, że czuł się świetnie na trasie, perfekcyjnie biegło mu się zwłaszcza na stadionie, gdzie śnieg był najtwardszy. Serwisanci doskonale przygotowali mu narty. Niestety, cała górna sekcja rozpyłała się w marcowym cieple.

– Nigdy chyba nie biegłem w gorszych warunkach dla kogoś takiego, jak ja, czyli startującego bez pomocy kijków. Zapadałem się po same kostki – dodał.

– Masakra. Dzisiaj Witek miałby chyba większe szanse, gdyby startowali na gołej ziemi, bo łatwiej byłoby mu się z tego odbić – przyznał przewodnik Anety Kobryń, Bartłomiej Puto, który skończył swoje zawody chwilę po koledze z kadry.

„Sport uratował mi życie”

Historia Witolda Skupnia jest świadectwem niezwyklej determinacji i siły charakteru. W wieku 11 lat jego życie zmieniło się drastycznie, gdy podczas zabawy z kolegami wspiął się na słup z transformatorem i został porażony prądem o wysokim napięciu. Lekarze stwierdzili, że Witek przyjął dawkę energii, która dla dorosłego człowieka byłaby trzykrotnie śmiertelna. W wyniku wypadku stracił prawe przedramię oraz część lewej dłoni.

Mimo traumy, dzięki ogromnemu wsparciu rodziców i lekarzy, udało mu się zachować na tyle dużą sprawność, by pozostać osobą samodzielną. I pełną energii oraz zapału, żeby realizować swoje pasje. Zresztą od dziecka był bardzo aktywny – grał m.in. w piłkę nożną.

Inspiracją i momentem zwrotnym okazał się dla niego występ Katarzyny Rogowiec na igrzyskach paralimpijskich w Turynie 20 lat temu, z którego krótką relację obejrzał w telewizji. To jedna z najbardziej utytułowanych polskich parolimpijek, która też straciła obie ręce w wypadku. W Turynie wywalczyła dwa złote medale w biegach narciarskich.

– Spodobało mi się to, co zobaczyłem i zacząłem szukać klubu. Jednak wtedy ten internet nie był taki, jak teraz i nic nie znalazłem – wspominał.

Zajął się sprzedawaniem ubezpieczeń i wycieczek w firmie rodziców. Do nart trafił dopiero w wieku 22 lat, i to przez kompletny przypadek – podczas kursu na prawo jazdy. Właścicielem szkoły nauki jazdy okazał się Marian Damian, były parolimpijczyk, brązowy medalista



z Albertville 1992, który jak tylko zobaczył Witolda, od razu zaczął namawiać go na biegówki. Gdy ten skończył godzinną jazdę z instruktorem, Damian czekał już na niego wraz ze swoim byłym trenerem, Stanisławem Ślęzakim, którego wychowankowie zdobyli pewnie ponad tysiąc medali na różnego rodzaju zawodach.

I tak zaczęła się jego przygoda. A nawet więcej, bo Witold Skupień często powtarza, że sport uratował mu życie. Przed rozpoczęciem kariery sportowej nie do końca akceptował swoją niepełnosprawność – wstydził się jej, nosił protezy kosmetyczne. Dopiero wejście w świat paralimpijski i pierwsze sukcesy pozwoliły mu „zrzucić ten balast” i odzyskać radość życia.

Alpy Francuskie?

Co dalej ze startami Witolda Skupnia? Czy feralne piąte miejsce będzie chciał przebić w 2030 roku w Alpach Francuskich? Już w 2022 roku, po igrzyskach w Pekinie, zarzekał się, że to jego ostatnie...

– Alpy Francuskie za cztery lata? Ciężki temat. Póki co odpowiadam tak, że będę podejmował decyzję dzień po dniu. Występ w Mediolanie i Cortinie mnie podbudował. Przyjechałem w świetnej formie, trafiliśmy idealnie z nartami, piąte miejsce to cały czas światowa czołówka. Gdybym miał twardsze warunki, na pewno walczyłbym o medale. Gdyby jeszcze spełniły się plotki, że następne igrzyska odbędą się w lutym, a nie marcu, byłaby to dodatkowa motywacja. Na razie powiem tylko tyle, że nie będę podejmował pochopnych decyzji – odparł Witold Skupień.





11.
03

DÉJÀ VU, CZYLI KOBRYŃ I GARBOWSKI ZNÓW NA SIÓDMYM MIEJSCU

Aneta Kobryń z przewodnikiem Bartłomiejem Puto oraz Piotr Garbowski startujący z Jakubem Twardowskim tak jak we wtorek w sprincie, tak i w środę, w biegu na 10 km stylem klasycznym, na XIV Zimowych Igrzyskach Paraliimpijskich Mediolan-Cortina znów przybiegli na świetnym, siódmym miejscu.

– Wczorajsze siódme miejsce było naszym spełnieniem, bo jadąc do Włoch marzyliśmy o miejscu w Top 8, a udało się już przy pierwszej próbie. Dziś aż tyle radości już nam nie dało, zwłaszcza że nie mieliśmy w tym starcie żadnej przyjemności, wręcz przeciwnie – powiedziała za metą Aneta.

– Warunki na trasie nie pozwoliły na żadną konkretną walkę z rywalami, jedyną rywalizację toczyliśmy z trasą i samymi sobą – dodał Bartłomiej.

Zdradliwe zjazdy

Rywalizacja na trasach biegowych na igrzyskach w Mediolanie-Cortinie toczy się w wiosennej aurze, tak było także podczas startu zawodniczek z niepełnosprawnością wzroku.

– Wiedziałam, że przez tę wiosnę to nie będzie łatwy bieg. Śnieg jest do kostek, przez co biega się dużo ciężiej. Nie dało się pokazać, jak piękny może być „klasyk”, jestem więc dumna, że w ogóle udało mi się dobiec do mety, jeszcze na takim miejscu. Zjazdy były dziś szczególnie zdradliwe. Nie szło w ogóle skręcić. Oczywiście, wszyscy musieli się zmagać z tymi warunkami, dlatego tym bardziej cieszę się, że nam tak poszło – mówiła Aneta.

Biegacze zdradzili, że podczas jednego ze zjazdów Aneta przewróciła się w bardzo wyrobionych koleinach, natomiast na kolejnym zjeździe obydwójce „tańcowali”, żeby znów nie upaść.

– To, że Aneta w tych warunkach zaliczyła „glebę”, nie było dla mnie zaskoczeniem, ale za to wielką i miłą niespodzianką było, jak szybko i sprawnie się pozbierała, za co muszę ją bardzo pochwalić. Błyskawicznie polecieliśmy dalej, nie tracąc wiele – mówił Bartłomiej.

Nasi reprezentanci tradycyjnie już chwalili serwisantów za przygotowanie nart, które miały świetnie dobrane smary na te trudne warunki.

– Akurat nasz serwis spisał się dziś na medal. Narty fajnie chwyciły i fajnie trzymały – podkreślił przewodnik.

Obydwoje dodali, że po wczorajszym siódmym miejscu w sprincie zeszła z nich presja. Bartłomiej przyznał, że po raz pierwszy od przyjazdu na igrzyska porządnie się wyspał.

– Ulga była tym większa, że dzień przed startem w sprincie na treningu oboje zaliczyliśmy potężnego „dzwona”, Aneta się poharatała i nie wiadomo było, czy w ogóle pobiegniemy – mówił Bartłomiej Puto.

Garbowski jak wino

Równie zadowoleni ze swego siódmego miejsca byli Piotr Garbowski z przewodnikiem Jakubem Twardowskim, także startujący w grupie osób niedowidzących na tym samym dystansie 10 km „klasykiem”.

– Zawsze by się chciało lepiej, zawsze by się chciało podium, ale w dzisiejszych warunkach nie było szans powalczyć. Zabrakło nam aż dwóch minut do strefy medalowej. Jednak to siódme miejsce, i to po raz drugi



w Mediolanie-Cortinie, daje mi poczucie przynależności do światowej czołówki – stwierdził na mecie Piotr.

– Ja też jestem zadowolony. Tym bardziej – o czym nie mówiliśmy wcześniej, żeby nie szukać z góry alibi – że Piotrek jeszcze 10 dni temu był mocno zaziębiony. Nie byliśmy w stanie realizować zaplanowanego treningu. Do Predazzo przyjechał nie do końca wyleczony. Ale strząsnął to z siebie, powalczył na obu dystansach i dziś w tych trudnych warunkach wypadł naprawdę nieźle – dodał Jakub.

Obaj przyznawali, że o ile profil trasy bardzo im odpowiadał, o tyle rzadko biega się na tak miękkim, zapadającym się śniegu. Co przy ich wzroście (grubo powyżej 180 cm) i wadze nie sprzyja, a raczej faworyzuje zawodników „wagi piórkowej”.

– Dziwi mnie, że organizatorzy nie użyli dziś środków chemicznych do zmrożenia trasy, które stosowali w poprzednich dniach. Te środki powodują, że trasa tak szybko nie rozmięka. Tłumaczyli, że w nocy nie było przymrozku, więc nie mogli użyć salniaka. Ale nie ma już co tego roztrząsać, nigdy się nie dowiem, czy wyniki mogłyby być lepsze – mówił Jakub Twardowski.

Jak to możliwe, że Garbowski, który ma już 52 lata, sportowo się nie starzeje i wciąż jest w ścisłej światowej czołówce w swojej grupie?

– Piotrek jest jak wino! Sport wytrzymałościowy ma to do siebie, że można go uprawiać dość długo. Po zdrowiu i parametrach widać, że Piotr bardzo dobrze znosi obciążenia. Unika też większych kontuzji – i oby tak dalej – wyjaśniał Jakub.



– Wiek to tylko cyferki w dowodzie. Człowiek ma tyle lat, na ile się czuje. Na ile sam chce – uśmiechał się Piotr Garbowski.

Liczyliśmy na medal

Trener polskiej kadry paralimpijskiej w narciarstwie biegowym, Wiesław Cempa, podsumował środowe występy swoich zawodników następująco:

– Liczyliśmy na medal Witka Skupnia, ale w tych warunkach i tak wybrnął z tego miękkiego śniegu najlepiej, jak mógł. On jest ciężkim chłopem, zapadał się w śniegu. Dał z siebie wszystko i uważam, że nie mógł zrobić nic więcej. Medalu nie ma, ale jego bieg oceniam na piątkę z plusem – mówił.

Trener Cempa chwalił też występ i kolejne siódme miejsce Anety Kobryń.

– Dla niej to jest początek zawodowego sportu na tym poziomie. Początek tej drogi. Kariera jest otwarta i ona z roku na rok będzie poprawiać wyniki. Jej występy też oceniam na piątkę – stwierdził.

17. miejsce w biegu na 10 km na siedząco zajął Krzysztof Plewa, któremu w tym śniegu kompletnie nie chciały jechać sledże.

Przed naszymi biegaczami w sobotę w sztafety, a ostatniego dnia igrzysk, w niedzielę, dystans 20 km stylem dowolnym.

DRAMAT OLIIWII GOŁAŚ W DEBIUCIE NA IGRZYSKACH. FALSTART W ŚLALOMIE GIGANCIE

Dramat naszej debutantki na igrzyskach w Mediolanie-Cortinie. 18-letnia Oliwia Gołaś, tegoroczna maturzystka, oraz jej przewodnik i rówieśnik Andrzej Stasik popełnili minimalny falstart (o setne sekundy) ruszając na trasę drugiego przejazdu slalomu giganta w grupie osób z niepełnosprawnością wzroku. W efekcie, zamiast zająć dziewiąte miejsce, zostali zdyskwalifikowani, co mocno przeżyli.

W narciarstwie alpejskim zawodnicy mają okienko 5 sekund na start. Jeśli wystartują za wcześniej lub przekroczą ten limit, zostają zdyskwalifikowani.

– Jak do tego doszło? Przy 7 sekundach do końca zacząłem naszą rutynową procedurę, czyli zapytałem Oliwkę, czy jest gotowa. Rzuciła „tak”, więc zacząłem odliczać: „3... 2... 1...” i ruszyłem z bramki, a ona chwilę po mnie. Najwyraźniej ta procedura trwała krócej niż 2 sekundy. Coś, co perfekcyjnie zadziałało w pierwszym przejeździe, zawiodło mnie w drugim. Wystartowaliśmy ciutkę, dosłownie ciutkę za wcześniej. To musiały być mikrosekundy – tłumaczył załamany Andrzej Stasik. – Nie wiem, może zjadł mnie stres, żeby nie przedłużyć zbytnio oczekiwania? Kiedyś na zawodach ledwo zmieściliśmy się w limicie. Nie chciałem przegiąć w żadną stronę. Cóż, taki jest sport – dodał.

– Nerwy, nerwy i falstart. Dużo poniżej jednej sekundy. To był kosmetyczny błąd, wynikający ze stresu. Oliwka z Andrzejem nie zaczęli do sygnału, kiedy mogą startować. Szkoda, bo na stoku to były dwa dobre przejazdy, jeden lepszy od drugiego – komentował po decyzji sędziów trener polskiej kadry paraalpejczyków, Michał Kłusak.

Dodał, że od razu przeczuwał, że mogli popełnić minimalny błąd. A gdy wychodząc z budki startowej usłyszał w radiu startowym, że sędziowie będą analizować start Polaków na wideo, wiedział już, jakie będą konsekwencje.

Potrzebny reset

Długo jednak musieliśmy czekać na werdykt jury. Analizy dokonano dopiero po zakończeniu wszystkich zawodów alpejskich na trasie Tofana tego dnia. Zdenerwowana Oliwia szukała pocieszenia u rodziców, brata i przyjaciół, którzy wspierali ją z trybun.

Na pocieszenie polskim zawodnikom zostało to, że oba przejazdy były niezłe, jak na debiut na igrzyskach i stres z tym związany. Drugi przejazd, znacznie lepszy od pierwszego, daje nadzieję na lepszy występ w sobotę w slalomie, w którym Oliwia czuje się jeszcze lepiej.

– Cała ta sytuacja była ciężka dla Oliwii. Widać było, że jak tylko usłyszała ode mnie, że będzie „video check” jej

startu, to bardzo się zdenerwowała. Po decyzji o dyskwalifikacji było jeszcze gorzej. Wszystko na spokojnie przegadamy i liczę, że emocje opadną. Za chwilę będzie się już koncentrować na swoim drugim starcie na igrzyskach – w slalomie, w którym jest lepsza niż w gigancie – i pojedzie z czystą głową – podsumował trener Kłusak.

– Liczę, że cały ten stres związany z naszym startem już z nas szedł i na pewno w slalomie będziemy dobrze nastawieni. Teraz musimy się zresetować. Dziś jeszcze 20 minut poćwiczmy na rowerku, a na jutro trener dał nam wolne. Pojedziemy dopingować Michała, brata Oliwki, w slalomie gigancie. Ale dopiero na drugi przejazd, żeby się wyspać, bo dziś wstaliśmy o 5 rano – mówił Andrzej Stasik. – Wielka szkoda tego, co się stało. Ale postaramy się odbić sobie to rozczarowanie w sobotę w slalomie.



13.
03

GOŁAŚ Z WALASEM NA CZWARTYM MIEJSCU PO PIERWSZYM PRZEJEŹDZIE ŚLALOMU GIGANTA! POWALCZĄ O MEDAL



Michał Gołaś wraz z przewodnikiem Kacprem Walasem uzyskali czwarty czas pierwszego przejazdu slalomu giganta na igrzyskach w Mediolanie-Cortinie 2026.

– Pojechali „piecem”, czyli bardzo szybko! Była akcja-reakcja. Zaryzykowali, tak jak ich prosiłem. Michał miał jeden błąd, ale w drugim przejeździe powalczą o medal! – cieszył się na mecie trener polskiej kadry paraalpejskiej, Michał Kłusak.

– Igrzyska dla nas właśnie się zaczęły! Poprzednie konkurencje traktowaliśmy jako przetarcie, teraz jest walka – mówił na mecie Michał Gołaś. – Górę przejechałem dobrze, na dole popełniłem jeden błąd, wynikający z szybkości, i musiałem się ratować, żeby pozostać w trasie. Trochę przez to straciłem, ale mam kontakt z czołówką i czekam na drugi przejazd.

– Połowa trasy perfekcyjnie, a na płaskim Michał popełnił drobny błąd. Wypadając z dużą szybkością w zakręt, poszedł barkiem do środka skrętu i musiał ten skręt troszeczkę wydłużyć. Zwolniło go, stąd te półtorej sekundy straty do lidera. Ale jak go znam, na pewno

powalczy, żeby to odrobić – komentowała asystentka trenera kadry, Magdalena Kłusak.

Lepszy czas od polskiego duetu w grupie osób z niepełnosprawnością wzroku po pierwszym przejeździe mieli tylko Włoch Giacomo Bertagnolli, złoty medalista w superkombinacji, Austriak Johannes Aigner, który wywalczył w Mediolanie-Cortinie już dwa złote medale i brąz, oraz Kanadyjczyk Kalle Ericsson (srebro i brąz na tych igrzyskach), a więc sama paraalpejska elita.

Wszyscy chwalili za to Michała, że podczas jazdy tak blisko trzymał się przewodnika, Kacpra.

– Na treningach to standard, ale w zawodach nie zawsze wychodzi. To ważne, bo na trasie nie widzę bramek. Jak jest większa prędkość, moje pole widzenia się zmniejsza – tłumaczył Michał Gołaś.

– W drugim przejeździe wszystko może się zdarzyć, bo trasa będzie dużo gorsza. Słońce ją rozpuści, a organizatorzy posypią solą. Teraz nie mogli, bo było za mało wilgoci. A myśmy trenowali na soli – mówił trener Kłusak.

Drugi przejazd zaplanowano na godz. 13:00.





**13.
03**

MICHAŁ GOŁAŚ I KACPER WALAS Z BRĄZOWYM MEDALEM IGRZYSK W ŚLALOMIE GIGANCIE!

Michał Gołaś wraz z przewodnikiem Kacprem Walasem zajęli trzecie miejsce w alpejskim slalomie gigancie w grupie zawodników z niepełnosprawnością wzroku podczas XIV Zimowych Igrzysk Paralimpijskich Mediolan-Cortina 2026! To pierwszy medal dla Polski w tegorocznej imprezie i pierwszy od ośmiu lat na zimowych igrzyskach! „Mamy nadzieję, że to pierwszy z wielu medali paralimpijskich, jakie zdobędziemy” – mówili zawodnicy na mecie.

I jak tu nie wierzyć w przesady, skoro Polacy znów stają na zimowym podium paralimpijskim – po raz pierwszy od igrzysk w Pjongczangu w 2018 roku – w piątek 13., decydujący drugi przejazd rozpoczął się tuż po godz. 13, a nasi zawodnicy ruszali na trasę jako 13. duet?

– Dopiero jak nam zawiesili te medale na piersiach, to do nas dotarło, że się udało! Niesamowite uczucie! Medal igrzysk smakuje zupełnie inaczej niż medale mistrzostw świata czy uniwersjady. Stanąc na paralimpijskim podium – to najważniejsze, co da się w sporcie osiągnąć. Oczywiście, można jeszcze zmienić kolor medalu, o co w przyszłości na pewno powalczymy – mówił tuż po dekoracji Michał Gołaś.

Czy ta przyszłość jest całkiem bliska? Bo w niedzielę, ostatniego dnia igrzysk w Mediolanie i Cortinie, Michała z Kacprem czeka start w slalomie.

– Taki jest plan! Na pewno damy z siebie wszystko i zaryzykujemy tak, jak dziś. Po dzisiejszym medalu ruszymy do ataku z wolną głową, bez presji, i zagramy o pełną pulę – odparł zawodnik.



Michał ma 21 lat, Kacper – 22. Obaj debiutowali na igrzyskach i wrócą do domów z co najmniej z jednym medalem.

– Jestem szczęśliwy i wzruszony, że zdołaliśmy to dowieźć do końca – dodał Kacper Walas.

Otarcie o perfekcję

Rano, w pierwszym przejeździe, Polacy uzyskali czwarty czas. Michał popełnił jeden drobny błąd, wynikający z szybkości, i musiał się ratować, żeby pozostać na trasie.

– Gdyby nie ten błąd i strata, mielibyśmy złoto – przyznał po dekoracji nasz reprezentant.

W drugim przejeździe nasi zawodnicy zdołali odrobić stratę do Kanadyjczyka Kalle Ericssona i wyprzedzić go w końcowej klasyfikacji o 0,12 sek.

– Nie był to perfekcyjny przejazd, bo takich nie ma, ale naprawdę powalczyliśmy o każdą setną. Warunki były bardzo ciężkie, trasa rozwalona przez słońce i zasolona. Zaryzykowaliśmy maksymalnie i super, że się udało – komentował Michał.

Obaj z Kacprem jeżdżą wspólnie od kilku lat. Wszystko wypracowali samodzielnie. Nie ma przecież podręcznika dla przewodników osób z niepełnosprawnością wzroku.

– Trzeba się po prostu zgrać. Tak naprawdę obaj byliśmy obcy w tym świecie, nie znaliśmy komend, nie wiedzieliśmy, co musimy gadać do siebie, jak

współpracować. Ale ogarnęliśmy to po swojemu i sam fakt, że już w pierwszym roku potrafiliśmy wywalczyć parę medali w międzynarodowych zawodach pokazał nam, że może być naprawdę fajnie – mówił Kacper.

– Mamy do siebie zaufanie na poziomie 99 procent. Więc ocieramy się niemal o perfekcję – dodał Michał.

Wielkie łaaaaa!

Na mecie brązowych medalistów wyściskali najbliżsi. Michała – mama i tata, Kacpra – mama i siostra, którzy dopingowali z białoczerwonymi flagami. Siostra Michała, Oliwia, która w sobotę wystartuje w Cortinie w grupie zawodniczek z niepełnosprawnością wzroku razem z przewodnikiem Andrzejem Stasiem, z radości wskoczyła bratu na barana!

– Jestem przeszczęśliwa i rozpiera mnie duma z Michała. Stresowałam się bardziej niż swoimi startami czy wcześniejszą dyskwalifikacją. Patrzanie, jak jedzie po medal, to były niewyobrażalne emocje, bo wiem najlepiej, ile pracy i wyrzeczeń kosztował go ten sukces – mówiła Oliwia. – Nie znam drugiej osoby tak oddanej sportowi, treningom, tak profesjonalnie podchodzącej do tego, co robi, wszystkiego, odżywiania, snu. On pracuje z nas w teamie najmocniej.

Dodała, że medal brata jest dla niej inspiracją i poprawił jej humor po wczorajszej dyskwalifikacji za fałstart.

– Łaaaaa! Jesteśmy po prostu wzruszeni, zwłaszcza że nasi dostali tak wielkie wsparcie od kibiców z innych krajów. Coś pięknego! – krzychała sekundy po tym, jak

okazało się, że Michał z Kacprem mają medal, mama tego pierwszego, Edyta Gołaś.

– Serce biło nam tak, że ledwo to przeżyliśmy. Podium dziecka na igrzyskach paralimpijskich to radość trudna do opisanego. My, jako rodzice, zrobiliśmy po prostu to, co należało, ale cieszymy się razem z Michałem, bo on na to niesamowicie zapracował – mówił łamiącym się głosem Michał Gołaś senior, były alpejczyk, z sukcesami na poziomie akademickim, oraz instruktor narciarski, który od małego zaszczerpił synowi miłość do nart.

– To wielki sukces całego, niesamowicie zgranego zespołu – trenera, asystentów, no i przede wszystkim przewodnika Kacpra, który harował nie mniej od Michała – dodała mama.

Wygrali brąz

– Michał z Kacprem nie zdobyli tego medalu. Oni go wyrwali, wyszarpali, wywalczyli! Wygrali ten brąz – cieszył się na mecie trener polskiej kadry paraalpejskiej, Michał Kłusak. – Jestem bardzo wzruszony. Już sobie popłakałem w lesie, biegnąc na metę, tutaj z chłopakami też. Szczerze powiem, że pozytywnie mnie zaskoczyli tym, jak bardzo zaryzykowali w drugim przejeździe. W pierwszym popełnili błąd, który skończył się stratą. Ale międzyczasy mieli lepsze niż liderzy. Ja im powtarzam: jak jedziesz wolno, to nie popełniasz błędów, ale lądujesz poza podium. Jak jedziesz szybko, to mogą się zdarzyć błędy, ale możesz skończyć z medalem.

Chwalił zawodników, że w tym mokrym, kopnym śniegu, na mocno posolonej trasie, tak dobrze poradzili sobie, rywalizując z rutyniarzami, doświadczonymi paralimpijczykami, multimedalistami igrzysk.

Zwycięzca slalomu giganta, Austriak Johannes Aigner, zdobył właśnie trzeci złoty medal w Mediolanie-Cortinie, a cztery lata temu w Pekinie zwyciężał dwukrotnie. Drugi na mecie Włoch Giacomo Bertagnolli ma na koncie pięć złotych i pięć srebrnych medali z trzech igrzysk.

– Michał z Kacprem już z nimi wygrywali na różnych zawodach. Są blisko, są w absolutnej światowej czołówce. Dziś to potwierdzili – mówił trener Kłusak.

W niedzielę polski duet wystartuje w ostatniej konkurencji na igrzyskach w Mediolanie-Cortinie – w slalomie. Czego powinniśmy oczekiwać?

– Ja nie chcę zapeszać. Wiem, że stać ich na wszystko. Pokazali już podczas kombinacji, że w slalomie robią show. Potrzebują tylko odrobiny szczęścia, bo presja na pewno z nich zeszła – dodał Michał Kłusak.



**13.
03**

DWÓCH POLAKÓW W TOP 10 W PARABIATHLONIE. NATALIA SIUBA-JAROSZ 13. W BANKED SLALOMIE

Informacją dnia był dziś oczywiście brąz Michała Gołasia i Kacpra Walasa w slalomie gigancie, startowali też jednak inni nasi reprezentanci. W parabiathlonowym biegu pościgowym ósme miejsce zajęli Błażej Bieńko z przewodnikiem Michałem Lańdą, a dziesiąte – Paweł Gil z Radosławem Koszykiem. Także w piątek, 13 marca, Natalia Siuba-Jarosz zajęła 13. miejsce w banked slalomie – swojej drugiej konkurencji na igrzyskach Mediolan-Cortina 2026.

Nazywana w środowisku snowboardowym „Simba”, pani doktor radiolog ze szpitala w Bełchatowie w pierwszym przejeździe uzyskała dwunasty czas zawodów, a mimo jazdy po mokrym, kopnym śniegu, wymieszanym z solą, poprawiła swój wynik w drugim przejeździe. Rywalki pojechały jednak rewelacyjnie i ostatecznie Polka została sklasyfikowana na 13. pozycji.



– Ja jestem z siebie dumna. Miejsce jest odległe, ale mogę sobie samej szczerze przyznać, że dałam z siebie wszystko. To miejsce kosztowało mnie wiele pracy i wyrzeczeń, sporo przesłam, żeby tu być, więc doceniam i to 13. miejsce. Nie mogłam pojechać lepiej, a rywalki to po prostu absolutna światowa elita, która jeździ na desce zawodowo na okrągło, cały rok. Mogą skoncentrować się tylko na tym. Ja jestem w pierwszej kolejności lekarzem, a w drugiej paralimpijką. Pracuję i muszę się często ratować bezpłatnymi urlopami, żeby potrenować. Więc samo to, że mogłam podjąć rękawicę i z nimi tu rywalizować, jest dla mnie wielką satysfakcją – mówiła Natalia na mecie.

Piękny był obrazek, gdy wszystkie dziewczyny po dojechaniu na metę, zamiast pójść do strefy mieszanej na wywiady z mediami, zostały na trasie, czekając na rywalki. A gdy na dół jako ostatnia zjechała zwyciężczyni, Amerykanka Kate Delson, wszystkie rzuciły się sobie w ramiona, tworząc radosny, gratulujący sobie nawzajem, oklaskujący się krąg.

– Tak, to jest wyjątkowe w naszej dyscyplinie. Jesteśmy szczęśliwe razem z dziewczynami, którym udało się zająć najwyższe miejsca. Cieszę się radością Kate, Lisy [Bunschoten-Vos – przyp. red.], która była druga, czy Brenny [Huckaby – przyp. red.], która była trzecia – mówiła Natalia.

Dodała, że dzisiejszy start w banked slalomie był dla niej o wiele bardziej przyjemny niż snowboard cross. Wtedy zawodnicy mieli tylko jeden dzień treningowy, zakończony pięcioma poważnymi wypadkami. W efekcie zamknięto trasę i przebudowywano ją.

– Rywalki były poza zasięgiem Natalii. Nie ma tu słabych zawodniczek, to już jest absolutny światowy top. Więc ja jej paralimpijski debiut oceniam bardzo dobrze – mówiła trenerka polskiej kadry parasnowboardowej, Zuzanna Smykała-Pałka. – Natomiast jeśli chodzi o przyszłość, no to mam nadzieję, że będzie tylko lepiej, to było pierwsze przetarcie.

Kółko się zamyka

Co Natalia musi poprawić, żeby zacząć rywalizować o medale?

– Zawsze jest parę rzeczy do poprawienia. Jeśli chodzi o psychikę, to trochę było nerwów i spięcia przed debiutem. Myślę, że to nie pomogło, bo trochę usztywniło Natalię na starcie. No i, w porównaniu z rywalkami, jeszcze trochę brakuje objeżdżenia, Natalia nie była w stanie z powodu pracy wystartować w tylu zawodach, co inne dziewczyny, zwłaszcza w bardzo wymagającym crossie – dodała trenerka.

Przed czterema laty, na igrzyskach w Pekinie, Polskę reprezentował w parasnowboardzie Wojciech Taraba, który już skończył karierę. W Mediolanie-Cortinie naszym rodzyńkiem w tej dyscyplinie była Natalia. Czy jest szansa, że polska kadra się rozszerzy i dojdą kolejni zawodnicy? Czy jest ktoś taki na horyzoncie?

– Mamy w kadrze inne zawodniczki poza Natalią, i to bardzo dobre, ale niestety ich kategoria nie jest w programie igrzysk paralimpijskich. Na przykład Monikę Kotzian, która jest pierwszą polską mistrzynią świata w parasnowboardzie

w kategorii SB-UL, czyli z niepełnosprawnością kończyn górnych, i to trzykrotną. Jest też Anna Drobna. Niestety, dziewczyny nie miały szansy się tu pojawić, co jest bardzo bolesne i dla nich, i dla nas. A nie ma ich, bo przez ostatnie lata pojawiło się mało zawodników i zawodniczek chcących startować w tej kategorii. Kobiety nie chcą wchodzić w ten sport, bo raz, że jest bardzo ryzykowny i kontuzjogenny, a dwa, że nie ma go w programie igrzysk, co przyciągnęłoby sponsorów i finansowanie kadry, więc kółko się zamyka. Ale będziemy walczyć, żeby za cztery lata na igrzyskach w Alpach Francuskich pojawiły się wszystkie kategorie – tłumaczy trenerka Zuzanna Smykała-Pałka.

Tymczasem teraz przed Natalią Siubą-Jarosz egzamin specjalizacyjny z radiologii i analiza, co dalej z para-snowboardową przyszłością.

Nieopłacalne ryzyko

13 marca na igrzyskach rywalizowali też parabiathloniści. W biegu pościgowym, w grupie zawodników z niepełnosprawnością wzroku, wystartowali Błażej Bieńko z przewodnikiem Michałem Lańdą oraz Paweł Gil, któremu asystował Radosław Koszyk. Błażej z Michałem zajęli ósme miejsce.

– Start pokazał, że jesteśmy w równej formie. Uważam, że dobrej, jak na ten sezon. Ósme miejsce na świecie to dobra pozycja. Jesteśmy więc zadowoleni – podkreślił Błażej.

– Z eliminacji troszkę można było więcej wyciągnąć, natomiast na pewno warto podkreślić świetną postawę Błażeja na strzelnicy, to na pewno czołówka. W biegu

finałowym myślę, że emocje zeszły. Mieliśmy tego Francuza [Anthony’ego Chalençoną – przyp. red.] na wyciągnięcie ręki i udało się go wyprzedzić – dodał jego przewodnik, Michał.

Na dziesiątym miejscu ukończyli rywalizację Paweł Gil z Radosławem Koszykiem.

– Wrażenia po dzisiejszym starcie mam mieszane, ale myślę, że było OK. Jeżeli chodzi o finał, to opisałbym go tak, że kto nie ryzykuje, ten nie pije szampana. Na ostatnim strzelaniu dojechaliśmy do Francuza [Chalençoną – przyp. red.], niestety, chciałem zaryzykować szybkim strzelaniem i nie opłaciło się to do końca, bo były jednak pudła. Ale jeśli bym nie zaryzykował, to bym nie wiedział, czy dam radę, czy nie dam rady. Znowu ta strzelnica... Tak jest przez całe igrzyska: biegowo OK, strzelnica – wielki minus – mówił Paweł.

– Faktycznie, biegowo było OK, ja jestem zadowolony z tego biegu, ale cztery strzelania i sześć pudeł w sumie – to dość dużo. Niestety, bez strzelania nie da się osiągnąć dobrego wyniku w biathlonie – podsumował Radosław, jego przewodnik.





**14.
03**

ÓSME MIEJSCE SZTAFETY BIEGOWEJ, DZIEWIĄTE OLIIWII GOŁAŚ I ANDRZEJA STASIKA W ŚLALOMIE. TERAZ MATURA!

Drużyna biegaczy w składzie: Krzysztof Plewa, Piotr Garbowski (z przewodnikiem Jakubem Twardowskim), Błażej Bieńko (z Michałem Lańdą) i Aneta Kobryń (z Bartłomiejem Puto) zajęła ósme miejsce w sztafecie 4 x 2,5 km open. Natomiast wśród paraalpejczyków Oliwia Gołaś z przewodnikiem Andrzejem Stasikiem zajęli dziewiąte miejsce w slalomie w grupie osób z niepełnosprawnością wzroku. To wyniki naszych reprezentantów podczas przedostatniego dnia igrzysk paralimpijskich Mediolan-Cortina 2026.

– W pierwszym przejeździe popełniłam błąd na przełamaniu, drugi przejazd był lepszy. Mogłam wyprzedzić Greczynkę [Evę Nikou – przyp. red.] i skończyć na ósmym miejscu, bo z nią wygrywałam. Wiem, że stać mnie na więcej, ale ostatecznie jestem zadowolona ze startu na igrzyskach. Ważne, że kończymy w Top 10 – mówiła na mecie Oliwia Gołaś.

Jej przewodnik też odnotował u siebie niewielkie błędy.

– W pierwszym przejeździe za bardzo odjeżdżałam Oliwce. W drugim byliśmy już lepiej zsynchronizowani. Jestem z nas dumny. Ważne, że skończyliśmy, bo przecież w slalomie gigancie nas zdyskwalifikowano za fałstart. Cieszę się, że tamten bolesny zawód nie przełożył się na dzisiejszy start – podkreślił Andrzej Stasik.

– Andrzej pracował dwa dni nade mną, bo był to spory zawód, miałam dobre przejazdy, a zaważył kosmetyczny błąd, któremu nie byłam winna. Pewnie pomogła też trochę ulga po medalu Michała, którego startem stresowałam się bardziej niż swoimi. Wczoraj nie świętowaliśmy z rodziną jego sukcesu, tylko grzecznie poszliśmy do wioski spać, bo czekała nas pobudka o 5 rano. Ale dziś już łapiemy wreszcie oddech, stres

odpłynął i będziemy świętować zarówno brąz Michała, jak i nasz występ – dodała Oliwia.

Slalom wygrała Austriaczka Veronika Aigner, dla której był to czwarty złoty medal tych igrzysk. Drugie miejsce zajęła jej rodaczka, Elina Stary, a trzecie Słowaczka Alexandra Rexova.

Cieszyć się z tego, co jest

Z występu naszej reprezentantki zadowolony był trener kadry paraalpejczyków, Michał Kłusak.

– Dobrze oceniam występ Oliwki w slalomie. Ocenilibym bardzo dobrze, gdyby weszła do czołowej ósemki. Popęliła drobny błąd w pierwszym przejeździe. W drugim na początku odrabiała stratę, ale potem pojechała nieco zachowawczo. Nie mogę jej za to winić, bo

warunki były dziś bardzo trudne – śnieg z deszczem, a na górze mgła sprawiały, że mając przecież problem ze wzrokiem, widziała na trasie jeszcze mniej – mówił na mecie trener Kłusak.

Start Oliwii obserwował także jej brat, Michał, który dzień wcześniej zdobył brąz w slalomie gigancie.

– Bardzo się cieszę, że Oliwia kończy igrzyska w pierwszej dziesiątce. Jest jeszcze bardzo młoda i występ tu był dla niej ogromnym stresem, z którym musi jeszcze nauczyć się sobie radzić. Oni z Andrzejem nie mają tytułu wyjeżdżonych zawodów w pucharze świata, co my z Kacprem Walasem. Nie mają takiego obycia startowego jak my, a nam zgranie się zajęło cztery lata – mówił Michał Gołaś. – Wiadomo, że mogło być lepiej, ale zawsze może też być gorzej. Przecież przydarzył im się tu falstart w gigancie, więc trzeba się cieszyć z tego, co jest – dodał.



Zaufać sobie

Oliwia z Andrzejem są z rocznika 2007. Są więc na początku kariery. Jak wiele mogą poprawić? Czy za cztery lata na igrzyskach w Alpach Francuskich będą w stanie rywalizować o podium?

– Mają po 18 lat i to dopiero początek ich drogi. To nie jest kwestia umiejętności, bo Oliwka bardzo dobrze jeździ na nartach. Ale ona nie do końca sama sobie ufa. Musi to zaufanie do siebie wypracować. Musi się nauczyć wychodzić ze strefy komfortu, podejmować ryzyko – mówiła asystentka trenera, Magdalena Kłusak. – No i muszą się jeszcze zgrać ze swoim przewodnikiem Andrzejem, ale docierają się praktycznie z każdym startem.

– Z własnego doświadczenia wiem, że najważniejsze jest obycie z najważniejszymi zawodami, jak najwięcej startów w pucharze świata. Trzeba popełnić po drodze ileś błędów, z których się wyciągnie naukę. W narciarstwie alpejskim rezultat nigdy nie przychodzi ot tak, z dnia na dzień, trzeba go po prostu wypracować – podkreślił brat Oliwii, Michał.

– Oczywiście, do poprawy są też kwestie techniczne. Oliwia musi się zbliżyć do bramek, atakować je ciałem. Ale to przyjdzie z czasem – dodał trener Michał Kłusak.

Matura to bzdura

Teraz Oliwię i Andrzeja czekają egzaminy maturalne. Co wyzwała w nich większy stres, start na igrzyskach paralimpijskich czy myśl o zbliżającej się maturze?

– Wysiłek na pewno będzie większy, bo narty idą nam lepiej niż nauka. Ale stresu nie będzie, a na pewno nie będzie taki, jak przez trzy ostatnie dni. Ja podchodzę do tego na luzie. To był ciężki rok treningów, wszystko podporządkowaliśmy startom na igrzyskach, a nie da się rozdzielić. Poświęcałam na naukę może parę dni w miesiącu. Teraz po prostu przysiadę, zakuję i zdam – zapewniała Oliwia.

– Matura przy igrzyskach to lekki pikuś. Kiedy patrzę w dół na trasę, stojąc w bramce startowej, odpowiedzialny za siebie i Oliwię, to to jest dopiero „spina”. Na pewno takiej nie będzie na egzaminach. Jestem przekonany, że dobrze nam pójdą – dodał Andrzej.

Może i przygotowania do igrzysk były dla nich ważniejsze, niż nauka do matury, ale swoich studniówek nie odpuszcili. Żeby na nich być, zrezygnowali w styczniu tego roku z występu w zawodach pucharu świata w Feldbergu.

– To był trudny wybór, bo obie imprezy się na siebie nałożyły. Ja już raz byłam czwarta w Feldbergu, więc uznałam, że już z tylu szkolnych rzeczy zrezygnowałam, taki mam słaby kontakt z przyjaciółmi... A studniówka to jest coś, co się pamięta do końca życia i zdarza się raz! Nawet na igrzyska będę miała szansę pojechać więcej niż raz – tłumaczyła Oliwia.

Na miarę możliwości

W sobotę odbył się także bieg sztafetowy open, w którym wzięła udział polska drużyna. Odcinki po 2,5 km mieli do pokonania kolejno: Krzysztof Plewa, Piotr



Garbowski (z przewodnikiem Jakubem Twardowskim), Błażej Bieńko (z Michałem Lańdą) oraz Aneta Kobryń (z Bartłomiejem Puto).

Po pierwszej zmianie, w której zobaczyliśmy startującego na siedząco Krzysztofa Plewę, nasza sztafeta była na dziesiątym miejscu.

– Spodziewaliśmy się, że nie będzie go stać na wiele, bo to jest tylko 2,5 km, a Krzysiu też już swoje lata ma. Sprinterem żadnym nie jest, nawet go pod tym kątem nie przygotowywaliśmy tak naprawdę. Dla niego to było takie przetarcie przed jutrzejszym biegiem na 20 km – podkreślił Wiesław Cempa, trener kadry parannarciarzy biegowych z ramienia PZSN „Start”.

Świetnie pobiegli na drugiej zmianie Piotr Garbowski z przewodnikiem Jakubem Twardowskim. Wyprowadzili Polaków na siódmą pozycję.

– To był taki dość mocny punkt sztafety. Piotr miał za zadanie przedostać się do przodu, a później mieliśmy to utrzymać – wyjaśniał taktykę trener Cempa.

Mało tego, że udało się to utrzymać, to po biegu Błażeja Bieńki i Michała Lańdy nasza reprezentacja awansowała na miejsce szóste.

– Tutaj chodziło o utrzymanie pozycji, żeby Anetę można było puścić na trasę z jak największą przewagą, by ci, którzy byli z tyłu, nie podjęli już z nią walki – mówił Wiesław Cempa.

Startująca jako ostatnia Aneta Kobryń z przewodnikiem Bartłomiejem Puto nie miała jednak łatwego zadania.

Musiała rywalizować z niemal samymi mężczyznami. Wpadła na metę tuż za Japończykiem Taikim Kawayoke i padła zmęczona na śnieg. Udało jej się jednak utrzymać drużynę w czołowej ósemce.

– Patrząc realnie, w grę wchodziło miejsce między szóstym a ósmym, wyżej na dziś na pewno nie. Nie spodziewaliśmy się więc cudów. Wszyscy pobiegli na miarę swoich możliwości i zrealizowali plan minimum – podsumował trener Wiesław Cempa.

Bieg sztafetowy wygrali Chińczycy, którzy na ostatniej zmianie nieznacznie wyprzedzili drugich na mecie Niemców. Trzecie miejsce zajęli Norwegowie, choć mało brakowało, by dosłownie na ostatnich metrach Thomasa Oxaala, którego przewodnik, Geir Ledvik, cieszył się już z medalu, szaleńczą szarżą wyprzedził Ukrainiec Serafym Drahun. Norweg w ostatniej chwili przyspieszył i reprezentacja Norwegii wygrała o 0,2 sek.



15.
03

GOŁAŚ Z WALASEM PROWADZĄ PO PIERWSZYM PRZEJEŹDZIE SLALOMU!



Michał Gołaś z przewodnikiem
Kacprem Walasem uzyskali
najlepszy czas pierwszego przejazdu
slalomu w grupie zawodników
z niepełnosprawnością wzroku
w ostatnim dniu igrzysk paraliimpijskich
w Mediolanie-Cortinie 2026!

– Teraz trzeba obronić pozycję lidera! Jak? Trzeba uciekać, uciekać, jakby ktoś cię gonił. Ja będę gonił Kacpra i tyle. Prowadziliśmy już po pierwszych przejazdach, choć nie na zawodach takiej rangi, jak igrzyska, więc presja nas nie zje – mówił na mecie Michał Gołaś, brązowy medalista w slalomie gigancie sprzed dwóch dni.

Drugi w klasyfikacji Włoch Giacomo Bertagnolli ma 0,57 sek. straty, a trzeci Kanadyjczyk Kalle Ericsson – 0,94 sek.

– Nie możemy myśleć, że jesteśmy pierwsi. To dopiero połowa zawodów. Zamierzamy wmówić sobie, że jesteśmy na czwartym miejscu i w drugim przejeździe pojechać, jakbyśmy desperacko walczyli o podium. Nie ma kalkulacji! – deklarował Kacper Walas.

Narta nie słucha

Obaj przyznali, że pierwszy przejazd nie był perfekcyjny. Ale jak na te warunki – bardzo dobry. Przez całą noc w Cortinie d'Ampezzo sypał śnieg. Organizatorzy do końca przygotowywali trasę, o godzinę przesunęli rozpoczęcie. Podczas zawodów cały czas padał śnieg z deszczem.

– Osadza się na goglach, przez co bardzo słabo widziałem trasę i Kacpra. Do tego jeszcze nierówności pod nartami, bo wciąż jest spore zasolenie. Narta nie do końca chciała się słuchać – opowiadał Michał na mecie.
– A jeszcze widziałem, że Kacper ma problemy, więc jak dojechaliśmy na dół, wcale nie byłem pewien, że mamy dobry czas, a jednak! – dodał.

– Moje problemy wzięły się z tego, że jak jest takie zasolenie, to narta jest niepewna. Nie jest tak, jak na świeżym śniegu, że jedziesz, jak chcesz, jak po sznurku. Byłem przestraszony przez cały przejazd, więc tym bardziej jestem szczęśliwy, że tak dobrze nam poszło – tłumaczył Kacper.

Wyjątkowo blisko

Jak komentowała na gorąco asystentka trenera kadry paraalpejczyków, Magdalena Kłusak, podczas przejazdu na słynnej trasie Tofana Michał wyjątkowo blisko trzymał się Kacpra. Jak żaden z rywali.

– Nie było opcji, żebym najechał na Kacpra. Mamy wypracowaną kontrolę odległości. Wszystko było w granicach naszej strefy komfortu – uspokajał Michał Gołaś.

– Chłopaki mają tę trasę dobrze wyjeżdżoną, bo trenując przed igrzyskami wyszukiwaliśmy trasy o podobnym profilu. Jeździliśmy też w podobnych warunkach, gdy jest posolone, twardo i nierówno – opowiadała Magdalena Kłusak.

Drugi przejazd rozpocznie się o godz. 13:30. Warunki, według prognoz organizatorów, mają być jeszcze gorsze.



15.
03

PARANARCIARSTWO BIEGOWE. TRZY MIEJSCA W TOP 10 OSTATNIEGO DNIA IGRZYSK

20 km techniką dowolną mieli do pokonania nasi biegacze ostatniego dnia igrzysk w Mediolanie-Cortinie. Skończyło się na trzech miejscach w pierwszej dziesiątce.

Na ósmej pozycji w grupie zawodniczek z niepełno-sprawnością wzroku zakończyła rywalizację Aneta Kobryń, wspierana przez przewodnika Bartłomieja Puto.

– Choć był to dopiero drugi tak długi dystans w moim życiu, to jestem bardzo zadowolona z wyniku – mówiła nasza reprezentantka. – Mogłam się wiele nauczyć



na kolejne starty. Chyba było lepiej niż na „dyszkę”, zdecydowanie przyjemniej się biegło. Organizatorzy poprawili się z przygotowaniem trasy, czułam się dzięki temu dużo bardziej bezpiecznie. Jeśli chodzi o pogodę, to wolę biec w takim deszczu niż w słońcu, bo chociaż trochę chłodniej. Natomiast narty to była dziś petarda, nasz serwis zrobił robotę lux!

– Narty faktycznie kosmos! Nigdy w życiu na takich fajnych nartach nie jeździłem – potwierdził Bartłomiej.
– Organizatorzy posolili dzisiaj całą trasę, od początku do końca, było więc twardo i szybko. Gdyby tak było na 10 km, to ta „dyszka” byłaby całkiem inna. Ten bieg na pewno był dużo przyjemniejszy, o wiele więcej „funu” z niego było, choć łatwy nie był. Myślę jednak, że zaprezentowaliśmy się w miarę poprawnie i obydwójce możemy być z tego występu zadowoleni.

Także ósmy wśród zawodników z niepełnosprawnością wzroku był Piotr Garbowski, biegący z przewodnikiem – i jednocześnie trenerem – Jakubem Twardowskim.

– Ósme miejsce... Niewiele mogliśmy więcej zrobić. Może ze dwa miejsca w górę jeszcze, ale na tyle dzisiaj było mnie stać – stwierdził Piotr. – Nie było za lekko, dystans 20 km w takich warunkach... Może nie były takie tragiczne, jak na 10 km „klasykiem”, ale też było dosyć ciężko.

– Bieg był dobrze obsadzony, do stawki dołączyli dwaj zawodnicy, którzy nie startują stylem klasycznym, a którzy stanęli dziś na podium – podkreślił Jakub. – Myślę, że bieg w wykonaniu Piotra był bardzo dobry. Dwaj zawodnicy, Fin i Norweg, którzy biegają z Piotrem na równym poziomie, byli za nim, więc miejsce jest jak najbardziej OK.

– Bądź co bądź, to są medaliści paralimpijscy, myślę więc, że można być zadowolonym – dodał Piotr Garbowski.

Nowa chińska technika

W grupie zawodników stojących rywalizację zdominowali Chińczycy. Wszystkie miejsca na podium zajęli: Chenyang Wang (złoto), Lingxin Huang (srebro) i Xiaobin Liu (brąz). Na dziesiątym miejscu zakończył bieg Witold Skupień.

– Zmordowany jestem totalnie, stóp nie czuję, myślę więc, że było mocno. Biegło mi się dobrze, zważywszy na fakt, że to „łyżwa” – mówił nasz reprezentant, który jest specjalistą od techniki klasycznej. – Przez ostatnie dwa lata bardzo mocno kombinowaliśmy właśnie z techniką dowolną, ustawieniem nart i ze wszystkim. Dzisiaj to był jeden z lepszych moich biegów „łyżwą”, bo już zaczynam łapać tę, że tak powiem, „nową chińską technikę”, na którą staramy się przerzucić. Dziesiąte miejsce biorę na klatę, bo to mój gorszy styl, za to narty były bardzo dobrze przygotowane, jak przez cały wyjazd tutaj. Warunki były dziś sto razy lepsze niż na „klasyku”. Trasa cała była zaslona, twarda, dało się długo pojechać na nartach, tak jak lubię. Gdyby tak było na „klasyku”, byłoby cudownie.

W grupie zawodników startujących na siedząco 16. miejsce zajął Krzysztof Plewa. On jednak warunkami zachwycony nie był.

– Bieg ukończyłem. Warunki jakie były, takie były. Myślę, że to był dobry bieg, chociaż mogło być lepiej, ale to zawsze tak jest, zawsze niedosyt pozostaje – podsumował.

**15.
03**

SREBRNY MEDAL W ŚLALOMIE MICHAŁA GOŁASIA I KACPRA WALASA! „NARODZINY GWIAZDY”



Do brązowego medalu, wywalczonego w piątek w slalomie gigancie, w niedzielę – ostatniego dnia XIV Zimowych Igrzysk Paraolimpijskich w Mediolanie-Cortinie – Michał Gołaś z przewodnikiem Kacprem Walasem dołożyli srebro w slalomie! To pierwszy srebrny medal polskich alpejczyków w historii występów na igrzyskach.

– Tuż za metą byłem wkurzony, że nie mamy złota. Ambitny sportowiec zawsze celuje w najwyższe cele. Teraz już, ze srebrnym medalem na piersi, czuję jednocześnie i dumę, i wzruszenie – przyznał Michał Gołaś

– Rozumiem wkurzenie Michała, on ten złoty medal miał zaledwie o włos! Zabrakło 0,27 sekundy! Ale pokazał, że jest w absolutnym światowym czubie! Mamy srebro i to jest piękny dzień dla polskiego sportu – mówił trener kadry paraalpejczyków, Michał Kłusak.

Złoto rzeczywiście było o włos. Gołaś i Walas, startujący w grupie zawodników z niepełnosprawnością wzroku, prowadzili po pierwszym, porannym przejeździe. Przed

startem w drugim postanowili sobie wmówić, że nie są liderami, ale... zajmują czwarte miejsce. Żeby pojechać tak, jakby desperacko musieli walczyli o podium.

Walka o przetrwanie

Niestety, w jeszcze trudniejszych warunkach niż rano, bo doszła gęsta mgła, w drugim przejeździe lepszy czas uzyskał idol Włochów, Giacomo Bertagnolli, który jechał „u siebie” – pochodzi bowiem z miejscowości w pobliskiej dolinie Val di Fiemme. Słynną trasę Tofana, na której odbywały się zawody, ma objeżdżoną najlepiej ze wszystkich. I był to dla niego już szósty złoty medal igrzyskach paralimpijskich.

– Nie udało się wyrzucić z głowy tego liderowania. Widzieliśmy, że Giacomo uzyskał fantastyczny czas. A nam trasę przesłoniła lekko chmura. Chcieliśmy wypaść lepiej, ale warunki były, jakie były – mówił Kacper Walas

– O ile w pierwszym przejeździe łało, ale jeszcze było cokolwiek widać, o tyle w drugim, w tej mgle, praktycznie nie widziałem ani Kacpra, ani tyczek. Choć chciałem „cisnąć” najbardziej, jak się da, to była walka o przetrwanie – opowiadał Michał Gołaś.

Historyczny sukces

Obaj nasi reprezentanci na mecie mieli nastroje, jakby nie zdobyli żadnego medalu, tymczasem srebro w slalomie, dołożone do brązu w slalomie gigancie, to spektakularny sukces. Żaden z Polaków nigdy nie zdobył na igrzyskach

srebra w paronarciarswie alpejskim! Ostatni medal dla Polski na zimowych igrzyskach w ogóle zdobył w 2018 roku w Pjongczangu Igor Sikorski – brąz w slalomie gigancie na monoski. A ostatni krążek w slalomie – także brązowy – Elżbieta Dadok na igrzyskach paralimpijskich w Innsbrucku w... 1988 roku.

– Fajnie, że weszliśmy do historii. Pewnie, że to dodatkowa duma. Nie mieliśmy pojęcia wcześniej, że jest taka możliwość – śmiał się Kacper.

– Ja dalej nie dowierzam, że oni to zrobili! – mówił wyraźnie wzruszony trener podwójnych medalistów paralimpijskich, Michał Kłusak. – Jak zobaczyłem ich pierwszy przejazd, to już miałem łzy w oczach. Bo widziałem, że jadą dokładnie tak, jak ćwiczyliśmy, jak się przygotowywaliśmy, jak ja chciałem, jak oni chcieli, jak wszyscy oczekiwali! Ostatecznie do złota zabrakło 0,27 sekundy, ale nie smucimy się, bo mamy medal, który w tych warunkach było piekielnie trudno zdobyć. Bertagnolli, który wygrał z Michałem, to wielki zawodnik, bardzo doświadczony. Ale Michał z Kacprem łapią to doświadczenie i będą niedługo tam, gdzie on.

Medale jak złote

Radości nie krył Łukasz Szeliga, prezes Polskiego Komitetu Paralimpijskiego.

– Michał Gołaś jest Kacprem Tomasiakiem igrzysk paralimpijskich! Tak jak nasz skoczek narciarski na igrzyskach olimpijskich, to nasza gwiazda, która nam



się tu, w Mediolanie i Cortinie, narodziła – cieszył się. – Te dwa medale, które wywalczyli tu Michał z Kacprem, są dla mnie jak dwa złota. Bo czekaliśmy na choćby jeden aż osiem lat. To są narodziny gwiazdy czy też gwiazdorskiego duetu i jestem przekonany, że Michał i Kacper mają potencjał, żeby zdobyć jeszcze wiele medali. Na pocieszenie, że nie było dziś najwyższego stopnia podium, pomyślmy, jak to srebro zmotywuje chłopaków do walki o złoto za cztery lata na igrzyskach w Alpach Francuskich!

Prezes Szeliga chwalił też Michała z Kacprem za dojrzałość. Że mimo debiutu na igrzyskach i tak młodego wieku, potrafili się skoncentrować na startach w swoich koronnych konkurencjach, wytrzymać presję i dowieźć oczekiwania wszystkich. Byli bowiem wymieniani przed wyjazdem jako kandydaci do medalu.

– Myślę, że pod tym względem mogą być wzorem dla wielu sportowców, nie tylko narciarzy alpejskich i nie tylko z niepełnosprawnością. Udźwignęli presję oczekiwań jak doświadczeni wyjadacze. Pojechali swoje. Wyrzadzili trzykrotnego złotego medalistę tych igrzysk, Johanna Aignera! A złoto przegrali o 0,27 sekundy. Brawo! – dodał Łukasz Szeliga.

Brąz, srebro, a za cztery lata...

Prezes Szeliga bardzo chwalił też sztab kadry paraalpejczyków za przygotowanie do startu na najważniejszej imprezie sportowej.

– Wielkie gratulacje dla trenera Michała Kłusaka i jego ludzi. Gwarantuję wspierać rozwój polskiego par narciarstwa alpejskiego, co mnie cieszy podwójnie, jako byłego alpejczyka – stwierdził.

Brąz, potem srebro – czy idący tym trendem polscy kibice powinni mieć nadzieję na złoto za cztery lata na XV Zimowych Igrzyskach Paralimpijskich w Alpach Francuskich?

– Możemy tylko obiecać, że będziemy jeszcze silniej pracować i trenować, żeby powalczyć tam o najwyższe miejsce na podium. Myślę, że te medale w Mediolanie i Cortinie dadzą nam pewności siebie we wszystkich kolejnych startach. Pewnie zaczniemy też więcej czasu poświęcać treningom konkurencji szybkościowych, bo od dziecka specjalizujemy się w technicznych – podsumował Michał Gołaś.





POWITANIA,
HONORY,
ZASZCZYTY

18. 03

Już **18 marca**, tuż po powrocie, medaliści i uczestnicy igrzysk, a także ich trenerzy oraz przedstawiciele środowiska, spotkali się w Ośrodku Przygotowań Paralimpijskich w Wiśle z ministrem sportu i turystyki, Jakubem Rutnickim. Wydarzenie było okazją do uhonorowania zawodników, podsumowania startu reprezentacji Polski oraz omówienia dalszego wspierania sportu osób z niepełnosprawnościami.

– To jest historyczny wynik – mówił minister Rutnicki. – Mówimy to z wielką dumą, bo te dwa medale to wynik, który nie wydarzył się od 20 lat. Bardzo się cieszymy, że tak dobrze zostały przeprowadzone przygotowania. Dziękuję naszym medalistom, ale też wam wszystkim, którzy występowaliście.



Podczas spotkania przekazano decyzję o dofinansowaniu przez Ministerstwo Sportu i Turystyki kwotą 7,4 mln zł modernizacji Ośrodka Przygotowań Paralimpijskich. Inwestycja obejmie m.in. budowę nowej hali sportowej, modernizację stadionu lekkoatletycznego, przebudowę zaplecza treningowego oraz rozwój infrastruktury towarzyszącej.



**30.
03**

– Może gdyby nie było mgły, myślę, że byłaby szansa na złoto, ale mamy srebro i też się cieszymy – mówił Michał Gołaś w rozmowie na żywo, gdy **30 marca** wspólnie z przewodnikiem Kacprem Walasem i trenerem Michałem Kłusakiem gościli w studiu programu „Dzień Dobry TVN”.

Michał szczerze opowiedział też prowadzącym Dorocie Wellman i Marcinowi Prokopowi m.in. o swojej genetycznej chorobie siatkówki i absolutnym zaufaniu do Kacpra, który musi go bezpiecznie poprowadzić od startu do mety. Z kolei trener Kłusak przybliżył początki ich współpracy oraz trudną sztukę wyławiania talentów w polskim parasporcie.



**05.
04**

5 kwietnia, w Niedzielę Wielkanocną, na antenie Polskiego Radia 24 przez niemal godzinę można było posłuchać o tym, że paralimpizm to nie jest zabawa ani rehabilitacja, lecz sport na najwyższym poziomie. Do tego daje nadzieję i stwarza możliwość „narodzenia się na nowo”.

Gośćmi Michała Okońskiego i Michała Antosiewicza w audycji z cyklu „Sport wyjaśnia świat” byli Łukasz Szeliga, prezes Polskiego Komitetu Paralimpijskiego, oraz Michał Pol, dziennikarz, współtwórca Kanału Sportowego, ale także wielokrotny attaché prasowy reprezentacji Polski na igrzyskach paralimpijskich.



– Pokazaliśmy, że możemy konkurować i walczyć o medale z chłopakami z krajów alpejskich, gdzie to jest najważniejszy sport. Jestem oczywiście bardzo zadowolony z siebie, ale i z całego teamu. My stajemy w bramce startowej i zjeżdżamy do mety, ale pracuje z nami naprawdę ogromna grupa ludzi, więc chciałem bardzo podziękować wszystkim, którzy z nami współpracują i nas wspierają, bo bez nich ten sukces nie byłby możliwy – mówił Michał Gołaś 9 kwietnia podczas spotkania zarządu i pracowników ORLEN S.A. z medalistami igrzysk olimpijskich i paralimpijskich w Mediolanie-Cortinie.

ORLEN S.A., sponsor strategiczny Polskiego Komitetu Paralimpijskiego, zorganizował to spotkanie w atrium



swojej siedziby, a na pytania dziennikarza Kacpra Merka oraz licznie zgromadzonych odpowiadali także: Kacper Walas, medaliści igrzysk olimpijskich i olimpijczycy Kacper Tomasiak, Paweł Wąsek, Dawid Kubacki i Piotr Żyła, trener paraalpejczyków Michał Kłusak i szkoleniowiec skoczków narciarskich Maciej Maciusiak, a także Łukasz Szeliga, prezes Polskiego Komitetu Paralimpijskiego, oraz Adam Małysz, prezes Polskiego Związku Narciarskiego.

Zgromadzeni mieli też możliwość zdobycia autografów i zrobienia sobie zdjęć z zaproszonymi gośćmi, z czego chętnie skorzystali.

10. 04

10 kwietnia to z kolei Michał Pol zaprosił naszych medalistów – Michała Gołasia i Kacpra Walasa – do Kanału Sportowego, by powspominać igrzyska w Mediolanie-Cortinie. Powspominać, bo minął niemal miesiąc od sukcesów, a prowadzący to wieloletni attaché polskiej reprezentacji na kolejnych letnich i zimowych igrzyskach paralimpijskich, który był na miejscu, relacjonując starty naszych zawodników.



Źródło: m.youtube.com/watch?v=j5SngRa43X8&t=1892s&pp=2AHkDpACAQ%3D%3D&ra=m

11. 04

11 kwietnia Michał Gołaś z Kacprem Walasem byli gośćmi Pauliny Czarnoty-Bojarskiej w „Magazynie Polskiego Sportu” na antenach Polsat Sport.

Opowiedzieli m.in. o swojej drodze do medali, kulisach współpracy na stoku, a także o roli trenera i o tym, dlaczego Polacy mają zdecydowanie większe szanse w konkurencjach technicznych. Nie zabrakło też świeżych wspomnień z igrzysk, w tym o walce z gęstą mgłą, a także opowieści o planach na przyszłość.



Źródło: <https://polsatboxgo.pl/wideo/sport/magazyn-polskiego-sportu/7004734/magazyn-polskiego-sportu-11042026/0a7e22212d78a99dbb27d1fd6b8a86a8>

05. 05

5 maja, w ramach piątej edycji Festiwalu Różnorodności, zorganizowanego z okazji Europejskiego Dnia Walki z Dyskryminacją Osób z Niepełnosprawnościami, odbyło się bardzo ciekawe spotkanie w siedzibie ORLENU przy ul. Bielańskiej w Warszawie.

Reprezentantki Działu Etyki i Zarządzania Różnorodnością rozmawiały z Michałem Gołasiem i Kacprem Walasem, multimedalistami tegorocznych zimowych igrzysk

paralimpijskich w Mediolanie-Cortinie, Jolantą Ożgą, reprezentantką Polski w ampfutbolu, brązową medalistką mistrzostw świata w 2024 roku, a także Łukaszem Szeligą, prezesem Polskiego Komitetu Paralimpijskiego.

Pracownicy ORLENU mogli wysłuchać rozmowy online, a także zadawać pytania. Wydarzenie było też nagrywane dla pracowników, którzy nie mogli wziąć w nim bezpośredniego udziału.



**KLASYFIKACJA MEDALOWA
XIV ZIMOWYCH IGRZYSK
PARALIMPIJSKICH
MEDIOLAN-CORTINA
2026**

		ZŁOTO	SREBRO	BRAZ	RAZEM
1.	CHINY	15	13	16	44
2.	USA	13	5	6	24
3.	ROSJA	8	1	3	12
4.	WŁOCHY	7	7	2	16
5.	AUSTRIA	7	2	4	13
6.	FRANCJA	4	4	4	12
7.	UKRAINA	3	8	8	19
8.	KANADA	3	4	8	15
9.	HOLANDIA	3	3	1	7
10.	SZWECJA	3	0	4	7
11.	NIEMCY	2	6	9	17
12.	NORWEGIA	2	4	2	8
13.	KOREA PŁD.	2	4	1	7
14.	SZWAJCARIA	2	2	2	6
15.	HISZPANIA	2	1	1	4
16.	CZECHY	1	4	1	6
17.	BIAŁORUŚ	1	1	0	2
18.	KAZACHSTAN	1	0	1	2
19.	JAPONIA	0	3	1	4
20.	FINLANDIA	0	2	0	2
21.	POLSKA	0	1	1	2
	AUSTRALIA	0	1	1	2
23.	BRAZYLIA	0	1	0	1
	NOWA ZELANDIA	0	1	0	1
	WIELKA BRYTANIA	0	1	0	1
26.	SŁOWACJA	0	0	3	3
27.	ŁOTWA	0	0	1	1



**WSZYSTKIE
WYNIKI POLAKÓW
W MEDIOLANIE-
-CORTINIE**

Parabiathlon

BŁAŻEJ BIEŃKO (grupa zawodników z niepełnosprawnością wzroku; przewodnik: **Michał Lańda**)

- 7. miejsce w biegu indywidualnym
- 8. miejsce w biegu pościgowym
- 9. miejsce w sprincie

PAWEŁ GIL (grupa zawodników z niepełnosprawnością wzroku; przewodnik: **Radosław Koszyk**)

- 10. miejsce w biegu pościgowym
- 12. miejsce w biegu indywidualnym
- 14. miejsce w sprincie

Paranarciarstwo biegowe

ANETA KOBRYŃ (grupa zawodniczek z niepełnosprawnością wzroku; przewodnik: **Bartłomiej Puto**)

- 7. miejsce w sprincie techniką klasyczną
- 7. miejsce w biegu na 10 km techniką klasyczną
- 8. miejsce w biegu na 20 km techniką dowolną

PIOTR GARBOWSKI (grupa zawodników z niepełnosprawnością wzroku; przewodnik: **Jakub Twardowski**)

- 7. miejsce w sprincie techniką klasyczną
- 7. miejsce w biegu na 10 km techniką klasyczną
- 8. miejsce w biegu na 20 km techniką dowolną

BŁAŻEJ BIEŃKO (grupa zawodników z niepełnosprawnością wzroku; przewodnik: **Michał Lańda**)

- 9. miejsce w sprincie techniką klasyczną

KRZYSZTOF PLEWA (grupa zawodników siedzących)

- 16. miejsce w biegu na 20 km techniką dowolną
- 17. miejsce w biegu na 10 km techniką klasyczną

Paranarciarstwo alpejskie

MICHAŁ GOŁAŚ (grupa zawodników z niepełnosprawnością wzroku; przewodnik: **Kacper Walas**)

- **Srebrny medal** w slalomie
- **Brązowy medal** w slalomie gigancie
- 5. miejsce w superkombinacji
- 6. miejsce w supergigancie

OLIWIA GOŁAŚ (grupa zawodniczek z niepełnosprawnością wzroku; przewodnik: **Andrzej Stasik**)

- 9. miejsce w slalomie
- Slalom gigant – dyskwalifikacja

WITOLD SKUPIEŃ (grupa zawodników stojących)

- 5. miejsce w biegu na 10 km techniką klasyczną
- 10. miejsce w biegu na 20 km techniką dowolną
- 12. miejsce w sprincie techniką klasyczną

SZTAFETA 4 X 2,5 KM OPEN

- 8. miejsce (skład: Krzysztof Plewa, Piotr Garbowski z przewodnikiem Jakubem Twardowskim, Błażej Bieńko z przewodnikiem Michałem Lańdą, Aneta Kobryń z przewodnikiem Bartłomiejem Puto)

Parasnowboard

NATALIA SIUBA-JAROSZ (klasa SB-LL2)

- 11. miejsce w snowboard crossie
- 13. miejsce w banked slalomie

**POLSKIE MEDALE
ZIMOWYCH IGRZYSK
PARALIMPIJSKICH**

	ZŁOTO	SREBRO	BRAZ	RAZEM	MIEJSCE W KLASYFIKACJI MEDALOWEJ
Örnsköldsvik 1976	–	–	–	–	–
Geilo 1980	–	–	–	–	–
Innsbruck 1984	3	2	8	13	9
Innsbruck 1988	1	1	6	8	12
Tignes-Albertville 1992	2	–	3	5	10
Lillehammer 1994	2	3	5	10	12
Nagano 1998	–	–	2	2	21
Salt Lake City 2002	1	–	2	3	17
Turyń 2006	2	–	–	2	10
Vancouver 2010	–	–	1	1	20
Soczi 2014	–	–	–	–	–
Pjongczang 2018	–	–	1	1	24
Pekin 2022	–	–	–	–	–
Mediolan-Cortina 2026	–	1	1	2	21
ŁĄCZNIE	11	7	29	47	20

**REPREZENTACJA POLSKI
NA XIV ZIMOWYCH
IGRZYSKACH
PARALIMPIJSKICH
W MEDIOLANIE-CORTINIE**

**Błażej BIEŃKO**

parabiathlon, paranarciarstwo biegowe
GRUPA STARTOWA: NS3
KLUB: PKSiRNIŚ „Podkarpacie” Przemysł
debiutant

**Michał ŁAŃDA**

przewodnik Błażeja Bieńki

**Piotr GARBOWSKI**

paranarciarstwo biegowe
GRUPA STARTOWA: NS3
KLUB: PKSiRNIŚ „Podkarpacie” Przemysł
uczestnik igrzysk w Pjongczangu 2018 i Pekinie 2022

**Jakub TWARDOWSKI**

przewodnik Piotra Garbowskiego

**Paweł GIL**

parabiathlon
GRUPA STARTOWA: NS3
KLUB: PKSiRNIŚ „Podkarpacie” Przemysł
uczestnik igrzysk w Pekinie 2022

**Radosław KOSZYK**

przewodnik Pawła Gila

**Michał GOŁAŚ**

paranarciarstwo alpejskie
GRUPA STARTOWA: AS3
KLUB: BZS-R „Start” Bielsko-Biała
debiutant

**Kacper WALAS**

przewodnik Michała Gołasia

**Oliwia GOŁAŚ**

paranarciarstwo alpejskie
GRUPA STARTOWA: AS3
KLUB: BZS-R „Start” Bielsko-Biała
debiutantka

**Andrzej STASIK**

przewodnik Oliwii Gołaś

**Aneta KOBRYŃ**

paranarciarstwo biegowe
GRUPA STARTOWA: NS2
KLUB: AZS AWF Warszawa
uczestniczka igrzysk w Pekinie 2022

**Bartłomiej PUTO**

przewodnik Anety Kobryń

**Krzysztof PLEWA**

paranarciarstwo biegowe
GRUPA STARTOWA: LW12
KLUB: VeloAktiv Kraków
uczestnik igrzysk w Pekinie 2022

**Natalia SIUBA-JAROSZ**

parasnowboard
GRUPA STARTOWA: SB-LL2
KLUB: SSN Start Łódź
debiutantka

**Witold SKUPIEŃ**

paranarciarstwo biegowe
GRUPA STARTOWA: LW5/7
KLUB: ZOMA Team Obidowiec Obidowa
uczestnik igrzysk w Soczi 2014, Pjongczangu 2018
i Pekinie 2022

SZTAB SZKOLENIOWY

**Adam CIEŚLAR**

obsługa techniczna,
paranarciarstwo
biegowe
i parabiathlon

**Michał KŁUSAK**

trener kadry
paranarciarstwa
alpejskiego

**Wiesław CEMPA**

trener kadry
paranarciarstwa
biegowego

**Paweł FUNDANICZ**

obsługa techniczna,
paranarciarstwo
biegowe
i parabiathlon

**Magdalena KŁUSAK**

obsługa techniczna,
paranarciarstwo
alpejskie

**Jakub TWARDOWSKI**

trener kadry
parabiathlonu

**Piotr MIKA**

fizjoterapeuta,
paranarciarstwo
biegowe
i parabiathlon

**Maria SZYMAŃSKA**

fizjoterapeutka,
paranarciarstwo
alpejskie

SZTAB SZKOLENIOWY



**Zuzanna
SMYKAŁA-
PAŁKA**
trenerka kadry
parasnowboardu



**Michał
CHOWANIEC**
obsługa techniczna,
parasnowboard

MISJA MEDYCZNA



**lek. Jarosław
BORTNOWSKI**



**lek. Karolina
STĘPIEŃ**

MISJA



**Łukasz
SZELIGA**
prezes PKPar



**Romuald
SCHMIDT**
szef misji



**Emilia GACA-
JARMOSZUK**
zastępczyni szefa
misji



**Bartosz
SÓJKA**
członek misji

MEDIA



Michał POL
attaché prasowy



**Bartłomiej
ZBOROWSKI**
fotograf



FUNDACJA
POLSKIEGO KOMITETU
PARALIMPIJSKIEGO

