

Szermierka dobra na wszystko

We wrześniu, w ząbkowskiej Szkole Podstawowej nr 2 im. F. Kleeberga, z naboru MOSiR-u ruszyła sekcja szermierki. Zajęcia dla dziewcząt i chłopców w wieku 10 ? 14 lat prowadzi Andrzej Kościelniakowski.

Jeśli ktoś po codziennych stresach w szkole lub pracy potrzebuje regeneracji dla ciała i psychicznego relaksu, to dla niego właśnie stworzone są zajęcia z szermierki. Szermierka to trzy konkurencje: floret, szabla i szpada. Różnią się między sobą polem trafienia, wyglądem broni i zasadami sędziowania. Walki szermiercze odbywają się na planszy. Przed i po każdej walce szermierze pozdrawiają się ukłonem szermierczym, a dodatkowo przy pożegnaniu podają sobie nieuzbrojone ręce. To najbezpieczniejszy z obecnie uprawianych sportów walki, a przy tym świetna zabawa dla każdego, niezależnie od wieku. Pomimo wielu walorów sport ten nie cieszy się dużą popularnością. Niewiele szkół, ośrodków sportu oferuje zajęcia z szermierki. W Ząbkach do sekcji, prowadzonej przez utytułowanego Andrzeja Kościelniakowskiego, zgłosiło się sporo chłopców i dziewczynek. Podobno radzą sobie bardzo dobrze. Dzieci dostają na zajęciach szable, ochronne ubrania, rękawice i maski, nie muszą na wstępie zakupywać niezbędnego stroju.

- Robię wszystko, by nie zniechęcać dzieci do treningów ? mówi pan Andrzej.
- Ząbkowską grupę uczę szermierki od pierwszych kroków. To bardzo mozolna praca. Aby dojść do sprawności w tym sporcie, trzeba ćwiczyć 2 -3 lata. Wówczas można być dobrze przygotowanym do turniejów - tłumaczy trener. - Dzieci, które uczę, już wykazują się talentem szermierczym. Mam zamiar wysłać niektóre z nich na turniej, który odbędzie się w marcu we Wrocławiu. Szermierka daje dużo satysfakcji i przyjemności ? mówi ? Poprzez wyjazdy na turnieje, mistrzostwa, poznaje się też świat. Do tego dużym plusem tego sportu jest pozyskanie zgrabnej sylwetki i znakomitej kondycji. W szermierce liczy się nie tylko spryt i refleks, ale także inteligencja oraz mocna psychika. Aby mieć mistrzowskie osiągnięcia, często przydają się też odpowiednie geny. Tak jak w przypadku Andrzeja Kościelniakowskiego i jego rodziny. Trenowałem swego syna Roberta i wnuczka Marcina. - przyznaje ? Obaj mają świetne wyniki. Obecnie Marcin studiuje na Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie. Syn był wielokrotnym mistrzem Polski i medalistą Mistrzostw Świata. Ja również zdobyłem mistrzostwa Polski. Niestety wypadek w czasie walki przerwał dobrą passę. - opowiada pan Andrzej ? Ja jednak kocham ten sport. Dlatego do tej pory jestem trenerem szermierki.

Sylwia Kowalska