

Nordic Walking Challenge

ROZMOWA Z ADAMEM Z.

Masz ulubione trasy nordic walking, które szczególnie lubisz odwiedzać?

Moje ulubione trasy to Zalew Węgrowski oraz okolice Liwca. Uwielbiam spędzać czas blisko natury.

Czy masz jakieś cele związane z nordic walking na przyszłość?

Mam zamiar kontynuować nordic walking, nawet po zakończeniu Sportowego Challenge Addit. To dla mnie nie tylko wyzwanie sportowe, ale także sposób na utrzymanie aktywnego trybu życia.

Czy uprawiasz jeszcze jakieś inne sporty?

W sumie nie, chyba że wędkarstwo można zaliczyć do sportu. Uwielbiam spędzać czas nad wodą i łowić ryby. Jest to dla mnie forma relaksu i kontaktu z przyrodą.

Na co przeznaczysz swoje vouchery, które wygrałeś w kategorii nordic walking?

Moje vouchery wykorzystam na zakup nowych butów do nordic walking, ponieważ te, które mam, już mocno się zużyły.

Dlaczego zdecydowałeś się wziąć po raz kolejny udział w naszym sportowym wyzwaniu?

Decyzja o udziale była dla mnie prosta, ponieważ nordic walking to moja pasja. Uprawiam regularnie ten sport przez cały rok. Dodatkowo, chciałem włączyć się w to wyzwanie, aby wspólnie z innymi przyczynić się do zebrania 16 502,12 złotych na lokalne inicjatywy charytatywne. To dla mnie ważne, że mogę pomóc lokalnej społeczności.

ROZMOWA Z PRZEMYSŁAWEM S.

Jak podobała Ci się tegoroczna edycja Sportowego Challenge'u?

Tegoroczna akcja była niesamowita. Wielu uczestników, tysiące kilometrów przebytych tras, dobra zabawa i dawka rywalizacji podczas próby pobicia rekordu. To wszystko sprawiło, że to był udany rok.

Jakie są Twoje ulubione trasy do nordic walking, które lubisz odwiedzać podczas treningów?

Jak co roku, góry zdobywają moje serce i to tam uwielbiam praktykować nordic walking. W tym roku zdobyłem Rysy od strony polskiej oraz Przełęcz Krzyżne - to miejsca, które szczególnie cenię.



Zdjęcie przesłane przez naszego pracownika, Przemysława.

Jak czułeś się, będąc na wysokości 2499 m n.p.m.? 😊

Byłem zachwycony! Widok z tej wysokości, z którego można dostrzec wiele innych polskich szczytów, był nie do opisania. Nie wspominając już o satysfakcji z pokonania Rysów od strony polskiej.

Czy trasa była dla Ciebie wyzwaniem?

Pojawiły się pewne wyzwania i wątpliwości, zwłaszcza na pierwszym podejściu od Czarnego Stawu pod Rysami ze względu na 1-godzinną ostrą wspinaczkę. Musiałem stawić czoła bólowi, ale ostatecznie, po krótkiej przerwie na tabliczkę czekolady, udało mi się dotrzeć na szczyt po 2,5 godzinach.



Zdjęcia przesłane przez naszego pracownika, Przemysława.

Jak przygotowujesz się do swoich górskich wędrówek?

Ogólnie nie przestrzegam diety ani nie wykonuję specjalnych treningów. Góry to moja pasja, którą odziedziczyłem po mojej mamie. Pokazała mi od małego jak piękne są góry. Chodzę tam dla czystej przyjemności, a miłość do gór mam we krwi. Każdego roku, przez 19 lat, odwiedzam góry co najmniej dwa razy, więc przygotowanie jest mi dobrze znane. Jednak zawsze robię rozgrzewkę pierwszego dnia, kiedy idę na Wiktorówki do kościoła Dominikanów.

Który szczyt planujesz zdobyć za rok?

W przyszłym roku planuję zdobyć Kazalnice i przemierzyć całą trasę Orla Percé.

ROZMOWA Z NORBERT S.



Od lewej Michał, od prawej Norbert.

Jak Ci się podobała tegoroczna edycja Sportowego Challenge?

W tym roku zbieranie kilometrów na szczytny cel to super pomysł i dodatkowa motywacja. Mam nadzieję, że w przyszłym roku będzie nas jeszcze więcej. A może jakiś nawet wspólny wypad.

Jak aktywność fizyczna wpłynęła na Twoje samopoczucie i formę fizyczną?

Jeżeli chodzi o aktywność to staram się w miarę możliwości ruszać jak najczęściej i na różne sposoby. Niestety w tym roku ze względu na dokuczający ból kolana nie mogłem za bardzo pobiegać. Mam nadzieję, że w przyszłym roku będzie lepiej.

Jakie trasy najbardziej Ci się podobały?

Ogólnie lubię zwiedzać. W tym roku największe wrażenie zrobiły na mnie wakacje na Korfu, gdzie sporo chodziłem. Na Korfu byłem w miejscowości Paleokastritsa - godne polecenia, widoki jak z bajki. Jeżeli chodzi o Greków są bardzo mili, uśmiechnięci i pomocni. Będąc w Grecji każdy znajdzie coś dla siebie. Fajnym pomysłem było też szukanie krasnali we Wrocławiu dorzucając parę kilometrów.



Zdjęcia przesłane przez naszego pracownika, Norberta Sasin.



Zdjęcie przesłane przez naszego pracownika, Norberta.

Na co wymieniłeś swój wygrany voucher?

Voucher wykorzystałem na zakup rakiety do tenisa ziemnego. Po sąsiedzku powstał nowy kort i szybko zaszczepiłem się tą dyscypliną. Gorąco polecam!