

# ULTRA CROSS GWINT 2022

„Podobno pierwsza setka wchodzi najlepiej...”

Każde zawody można sobie odpowiednio wcześniej super zaplanować. Można sobie w myślach przebiec każdy kilometr. Można sobie wizualizować całą trasę lub jej fragmenty. Piękne widoki, piękną równą i gładką trasę, delikatne podbiegi i łagodne zbiegi. Lecz co gdy do perfekcyjnie zaplanowanej trasy swoje pięć groszy postanowi wtrącić nieprzewidywalna pogoda? No wtedy na to już nic nie poradzimy i tak i tak trzeba robić swoje.

W tym roku na Gwincie, na szczęście pogoda postanowiła, że dostosuje się do poziomu organizatorów... była idealna, no może trochę przesadziłem, organizacja była lepsza. Słoneczko mogło być ciut łaskawsze i częściej chować się za chmurami i dawać nam trochę wytchnienie. Nie ma co tu dużo gadać trzeba szybko na start się przenieść.

Normalny Gwint, czyli 110km, startuje o 3.00 w nocy, dlatego też pojawił się pierwszy dylemat, jak tu wystartować. Podobno temperatura była w okolicach 3 stopni na plusie więc jednak trzeba było ubrać coś z długim rękawem a na dole jednak na krótko. Tak więc 3 w nocy, Nowy Tomyśl 3, 2, 1, START!!! Ruszamy. Delikatnie, nie za szybko. Stawka rozciąga się i tworzą się małe grupki biegaczy. Pierwsze kilometry mijają dość wolno. Z racji tego, że to moja pierwsza setka, postanowiłem, że raczej będę w ogonie stawki a nie wrywał do przodu. Każdy złapał już swój rytm i tempo. Czas płynął spokojnie, kilometry też i tak oto dotarłem do pierwszego punktu kontrolnego... 16km Wąsowo. Krakery, kabanosy, kubek ciepłej herbaty i w drogę. Kolejny pit stop za 15 km w Porązynie. Noc ustępowała, wstawał nowy dzień. Pojawiły się pierwsze widoki... wschodzące słońce oświetlało drzewa i usnute we mgle polany. Na tym odcinku można już było spotkać największych twardzieli, czyli stumilowców który w momencie mijania mieli w nogach moje kilometry plus jeszcze 55...

Kolejny postój to Lasówki. Mały punkt z wielką energią. Odpowiedni ludzie na odpowiednim miejscu. Pogadaliśmy chwilę o trasie o pogodzie dodali otuchy a na odchodne dali mocy energii i w postaci oklasków i owacji. W sumie to nie pamiętam gdzie dokładnie, ale gdzieś tam na leśnych ścieżkach między tym punktem a półmetkiem czyli Grodziskiem Wielkopolskim stworzyła się mała grupka osób, których losy przeplatały się przez wiele wiele kilometrów. Agnieszka, Janusz, Jacek, Krystian i ja. Wszyscy lecieliśmy setkę... z tą drobną różnicą że Krystian sto mil ☺. Wspólny bieg, rozmowy, wspólna mobilizacja, byle do mety bo mety mieliśmy tyle samo a o ściganiu raczej nie było mowy ☺, każdy raczej myślał żeby dotrzeć do końca. Dzięki za towarzystwo! Razem ten czas płynął jakoś szybciej... bieg, spacer, bieg, spacer, bieg i tak dalej w las.

W Grodzisku był półmetek czyli 55km, tu również był przepak. Był czas na ciepły posiłek, na uzupełnienie płynów zarówno w sobie jak i w plecaku. Znalazło się również trochę czasu na wykonanie kilku telefonów... po prostu piknik. Czas jednak uciekał a tu jeszcze drugie tyle trzeba było pokonać. Nie ma, że boli trzeba wstawać i naparzać... komu w drogę temu czas.

Przedemną najdłuższy odcinek z moich 7 biegów na które podzieliłem sobie cały bieg. Kierunek Rakoniewice... i 21km. Słońce dawało mocno o sobie znać, a zanim trasa znów zanurkowała do lasu trzeba było się trochę pomęczyć w upale biegnąc przez miasto. Odłączyłem się od grupy i biegłem sobie sam, ale nie dlatego że nagle dostałem więcej sił... Nie, nie, nie po prostu dłużej zabawiłem na punkcie w Grodzisku. Na szczęście udało mi się ich dogonić. Na kolejnych kilometrach

monotonię przerywali pędzący MiniGwintowcy, którzy startowali z Grodziska i mieli do pokonania 55km. Jakąś dyszkę przed Rakoniewiczami zadzwonił Adrian. Pytał jak leci, co słychać, czy czegoś mi nie potrzeba... w sumie miałem wszystko... oprócz jednej rzeczy, o której marzy większość osób mając już ok 70 km w nogach. On zna się na rzeczy, w końcu nie jednego Gwinta ma na swoim koncie, tak więc w Rakoniewiczach czekał na mnie z zimnym browarkiem (nie wiem czy widok bardziej mnie ucieszył, krzyczącego kolegi czy czekającego piwka). ...I co fajnie jest? No fajnie a le już mi się nie chce... A spoko no to leć, nie zatrzymuję Cię...

Z Rakoniewicz była już „prosta droga” do Głódna – ostatniego punktu kontrolnego przed metą. Tak że byle do Głódna a później to już jakoś będzie. Od pewnego czasu na trasie panował większy ruch, to znaczy więcej osób mnie wyprzedzało. Do gry weszli bowiem sprinterzy, czyli uczestnicy MikroGwinta którzy mieli do pokonania 35km. Na tym odcinku mieszały się już biegacze i biegaczki wszystkich dystansów od 160km przez 110, 55 i 35km. Osoby mijające nas dodawały nam otuchy, gratulowały nam przebytych już kilometrów a czas leciał i kilometry uciekały.

Punkt w Głódnie był ostatnim przystankiem, był on na 92 kilometrze więc nie ma się co dziwić że wbiegając na niego już nie tryskałem energią. Na szczęście chwilę po mnie w Głódnie zameldował się jak zawsze wesóły Grucha. Wypiliśmy sobie kawusie, pstryknęliśmy sobie fotkę i kolega poleciał w las jak dzik w kasztany. Zanim wyruszyłem w dalszą podróż dostałem wiadomość, że rodzinka już dotarła do Wolsztyna i czeka na mnie na mecie. Była to swego rodzaju mobilizacja żeby za długo na mnie nie czekali. Tak więc wyruszyłem na moje ostatnie 18 km tego dnia. Miało być już z górki ale nie wiadomo skąd co jakiś czas pojawiały się na trasie góry. Tak wiem dziś jak bym je zobaczył to pewnie były by mniejsze ale po 100 kilometrach każda przeszkoda wydaje się kilka razy większa i trudniejsza. Im bliżej mety tym jakoś bardziej się chciało. Może dlatego że było coraz więcej kibiców i po prostu nie wypadało już za wolno biec. Tak to już jest, że jak pojawia się doping na trasie to człowiek potrafi wykrzesać z siebie jeszcze dodatkowe pokłady energii. Gdy przed metą pojawiła się Aga z Jaśkiem to już trzeba było naprawdę dodać gazu i dać z siebie wszystko.

Metę przekroczyłem w pięknym stylu, wbiegając na nią razem z synem, a Aga to wszystko udokumentowała (jak się później okazało nie biegłem tak szybko jak mi się wydawało ☺). Po odebraniu medalu wyściskałem ich mocno i udałem się do DZWONA aby dać wszystkim znać że dotarłem do mety i ukończyłem zawody.

Tym oto sposobem ukończyłem moją pierwszą i chyba nie ostatnią setkę. Poczułem smak prawdziwego ULTRA a żeby tego było mało zrobiłem to w SANDAŁACH ☺

Pozdrawiam wszystkich spotkanych na trasie biegaczy i biegaczki, całą ekipę Parkrun Jezioro Swarzędzkie a przede wszystkim Agę i Jasia, którzy wierzyli we mnie najbardziej (mam nadzieję).



PS: Stopy mają się dobrze. Obyło się bez urazów a paznokcie pozostały na swoich miejscach...