

Zwycięstwo w górskim maratonie

24/01/2020, dodał: **Magda Polańska**



Kacper Kościelniak, sportowiec z Raby Niżnej uprawiający biegi górskie, wziął udział w Etapowej Triadzie - imprezie sportowej zlokalizowanej w Krościenku nad Dunajcem.

Wydarzenie to swoją ciekawą i niecodzienną formułą rozgrywania biegów: trzy górskie etapy w przeciągu zaledwie dwóch dni! przyciągnęło głównie biegaczy z całej Polski, ale również z zagranicy. Aby zwiększyć zainteresowanie wśród potencjalnych zawodników organizatorzy utworzyli 3 dystanse, na których przyszło się ścigać.

Etapowa Triada to trzy różne dystanse, z których każdy jest podzielony na trzy etapy: Intro (30km) Maraton (około 45km) i Ultra (około 50km). Pierwszy etap wspólny dla wszystkich konkurencji miał miejsce w Gorcach: start zlokalizowany w Grywałdzie, dalej szlakami na Lubań i powrót do Krościenka (16km). Drugi - w Pieninach dla konkurencji Intro 5,5km, a dla pozostałych 11km. Trzeci odbył się w Beskidzie Sądeckim - i tu już każda konkurencja miała swój dystans, odpowiednio: 10km, 18km i 33km.

Kacper Kościelniak postanowił wystartować w Maratonie.

Jest to optymalny dystans, na którym mogę sprawdzić swoje postępy w przygotowaniach do nowego sezonu - tłumaczy zawodnik Salco Garmin Team.

W sobotę w południe na stracie pierwszego etapu stanęło ponad 600 zawodników, którym przyszło się zmierzyć z zaśnieżonymi i oblodzonymi szlakami gorczańskiego Lubania. Pogoda była bardzo ekspresywna - w niższych partiach trasy dużo lodu, za to stabilnie, natomiast wyżej wiele śniegu, wiatr i odczuwalny mróz. Jednak mimo ciężkich warunków atmosferycznych mieszkańiec Gminy Mszana Dolna wypracował dużą przewagę na podbiegu, a na dodatek systematycznie ją powiększał zbliżając się do mety. Ostatecznie wygrał pierwszy etap z ponad trzyminutową przewagą nad drugim zawodnikiem.

Drugi etap to bieg na górę Toporzysko położoną w Pieninach. Tu startujący musieli stawić czoła najkrótszej trasie, 11 km, złożonej z dwóch pętli po 5,5 km. Ciekawe jest to, że bieg rozgrywał się nocą. Start rozpoczął się o 19:30, dlatego też zawodnicy musieli zaopatrzyć się w czołówki (latarki zakładane na głowę). Tu również biegacz z Raby Niżnej wypracował przewagę w pierwszej części dystansu, którą kontrolował, a nawet powiększał, przez co wygrał z bezpiecznym dwuminutowym zapasem.

Trzeci etap odbył się w niedzielne przedpołudnie i miał miejsce w paśmie Beskidu Sądeckiego; prowadził górami takimi jak Przehyba czy Dzwonkówka. Tym razem pogoda okazała się iście zimowa - rześiste opady śniegu, wiatr i zasypy śnieżne przekraczające miejscami 1 metr! Jednak i tym razem zawodnicy okazali się silniejsi od aury i pokonali 18 kilometrową trasę w limicie czasowym. Kacper Kościelniak mógł sobie pozwolić na bardzo spokojny bieg, gdyż przewaga czasowa wypracowana na poprzednich etapach dawała taką możliwość. Jednak ambitny Zagórzanin chciał „ustrzelić” hat-trick’a, co finalnie mu się udało. Na mecie zameldował się z ponad pięciominutową przewagą nad drugim zawodnikiem i tym samym wygrał całą Etapową Triadę 2020 na dystansie Maraton.

Sam zawodnik zadowolony jest ze swojej dyspozycji, ponieważ główne starty, do których się przygotowuje, będą miały miejsce dopiero w czerwcu i sierpniu, a start w Etapowej Triadzie jest fragmentem budowania formy.

Przyznaję bardzo duży plus organizatorom za świetnie zorganizowaną imprezę i profesjonalne podejście do tak wielkiej ilości zawodniczek i zawodników – podkreśla Kacper. Jeśli jest ktoś zainteresowany biegami górskimi, chciałby rozpocząć swoją przygodę w górach lub przesuwając granice swoich możliwości serdecznie zapraszam na moją stronę facebook’ową, która funkcjonuje od początku 2020, a dzięki której łatwiej nawiązać współpracę:

https://www.facebook.com/Kacperkoscielniaksalco/?modal=admin_todo_tour – dodaje rabianin.

Kacper Kościelniak
fot. organizatorzy zawodów