



Drodzy czytelnicy!

Chociaż tegoroczna wiosna nie rozpieszcza nas zbyt wysokimi temperaturami, to w armwrestlingu robi się coraz goręcej; w minionym miesiącu odbyły się aż cztery imprezy wysokiej rangi, dwie krajowe i dwie skupiające zawodników z najwyższej półki światowej. 14 maja wystartowała kolejna edycja Polskiej Ligi Zawodowej (63 i 86 kg), która wyłoni najlepszych polskich zawodowców tych kategorii; w Luzinie koło Wejherowa odbyły się natomiast już po raz czwarty Mistrzostwa Pomorza, kolebki polskiego armwrestlingu. Najlepsi z najlepszych zaprezentowali się w kolejnych odsłonach Vendetty, pierwszy raz w Starogardzie Gdańskim (Zbigniew Chmielewski z Polski, August Smisl z Niemiec, Dursun Onder z Turcji, Evgieni Litovcev z Ukrainy, Alexey Semerenko z Ukrainy oraz Alexey Voevoda z Rosji), a nieco później w Bułgarii (z pojedynkiem Stoyana Golemanova z Bułgarii (fotografia powyżej) i Mikea Selearisa z USA o tytuł i pas Mistrza Interkontynentalnego organizacji PAL). Obok relacji z tych gorących wydarzeń, publikujemy kolejne treningi mistrzów, z Waszych listów jednoznacznie wynika, że tych artykułów oczekujecie najbardziej. W tym wydaniu jeden z największych showmenów armwrestlingu - przesympatyczny Ukrainiec - Andrey Sharkov.

Igor Mazurenko

**Stoyan Golemanov - Bułgaria**

# Polska Liga Zawodowa

## 14.05.2005



14 maja 2005r. w Gdyni odbyła się kolejna edycja Polskiej Ligi Zawodowej tym razem w kategoriach do 63kg oraz 86 kg.

W kategorii do 63 kg pierwsze miejsce w klasyfikacji ogólnej zajął Marek Pachla z klubu WIKING Nisko. Marek tryumfował w startach na lewą rękę wygrywając wszystkie możliwe pojedynki z większymi czy mniejszymi wysiłkiem. Na prawą rękę poszło mu nieco słabiej ale to i tak nie przeszkodziło mu w zdobyciu pierwszego miejsca.

Żadnej porażki na prawą rękę nie zanotował Tomasz Szewczyk (POSiR Tomaszów Mazowiecki). Na lewą rękę Tomek przegrał trzy pojedynki i tym samym w klasyfikacji ogólnej uplasował się na drugim miejscu. Kolejnym zawodnikiem, który znalazł się w czołówce, kwalifikującej się do dalszej edycji, był inny zawodnik z Niska - Kamili Pachla. Podobnie jak brat Marek zanotował niezły występ, przegrywając w sumie pięć walk, z czego dwie pierwsze na rękę prawą, co dało mu w końcowym rezultacie trzecie miejsce. Do dalszej rywalizacji w tej kategorii przeszedł również jedyny zawodnik z Gdyni - Christian Rieger. Christian stoczył bardzo zacięte pojedynki przy okrzykach licznie zgromadzonej publiczności z Gdyni i okolic. Na lewą rękę poszło mu znacznie lepiej niż na prawą, którą miał zdecydowanie słabszą, w końcowej klasyfikacji uzyskał czwartą pozycję. Całą piątkę zawodników, która miała prawo do zakwalifikowania się do następnej edycji ligi w kategorii 63 kg zamknął jedyny zawodnik z Łęborka, Jarosław Potaczała. Na lewą i prawą rękę wygrane i przegrane pojedynki mniej więcej rozkładały się równomiernie.

Do dalszej rywalizacji nie dostali się zawodnicy tacy jak: Marcin Goluch z Kielc (zajął szóste miejsce), Dariusz Groch z Niska (siódme miejsce) oraz Adrian Łukasiewicz z Jastrzębia (miejsce ósme).

Do dalszej rywalizacji nie dostali się zawodnicy tacy jak: Marcin Goluch z Kielc (zajął szóste miejsce), Dariusz Groch z Niska (siódme miejsce) oraz Adrian Łukasiewicz z Jastrzębia (miejsce ósme).

W drugiej kategorii wagowej - 86 kg na pierwszym miejscu uplasował się Konrad Gaca z Bydgoszczy, który przegrał zarówno na lewą jak i na prawą rękę jedynie ostatni pojedynek z Mariuszem Grochowskim. Mariusz zanotował rewelacyjny występ na lewą rękę nie przegrywając żadnej walki lecz na prawą przegrał dwa pojedynki co dało mu w konsekwencji drugie miejsce. Trzecie miejsce zajął Lucjan Fudała z Jaworzna, który w sumie przegrał tylko trzy pojedynki (jeden na prawą oraz dwa na lewą). Na czwartym miejscu stanął Marcin Lachowicz z Piaseczna z różnicą tylko czterech punktów do Lucjana. Piąte miejsce zajął debiutujący na profesjonalnych zawodach Marcin Laskowski z Gorzowa Wielkopolskiego. Do następnej edycji ligi w tej kategorii nie dostali się: Adam Czapiewski z Bukowiny (szóste miejsce), Emil Wojtyra (siódme miejsce) oraz Mirosław Sattawa z Jaworzna (ósme miejsce).

# BUŁGARSKA GALA...

## Vendetta



25 maja 2005 roku. Gorna Oriachovica w Bułgarii. Teatr Miejski na Rynku Starego Miasta. Gęsto padający deszcz. Prawie tysięczna publiczność w wypełnionej po brzegi głównej sali Teatru Miejskiego oraz ponad tysiąc widzów zgromadzonych przy zewnętrznym telebimie. Niezapomniane, pełne emocji pojedynki na prawą rękę oraz udzielająca się wszystkim fala adrenaliny. Tak pokrótce można opisać kolejne, zawodowe pojedynki rozgrywane tym razem w Bułgarii. To, co wydarzyło się w miasteczku Gorna Oriachovica można opisać jednym słowem: SZOK! Pierwotnie zawody miały odbyć się na rynku Starego Miasta. Jednakże deszcz padający nieprzerwanie przez dwa dni poprzedzające zawody zmusił organizatorów do przeniesienia imprezy do Teatru Miejskiego. Przed teatrem ustawiono wielki ekran, na którym ludzie stojący na zewnątrz budynku oglądali walki. Sala zawodów w 10 minut wypełniła się po brzegi. A było na co popatrzeć. W kolejnej Gali Armwrestlingu Zawodowego odbyły się dwa, sześciurundowe pojedynki punktacyjne oraz pojedynki o tytuł i pas Mistrza Interkontynentalnego organizacji PAL w kategorii do 86 kg.

Pierwsza walka tych zawodów to pojedynek pomiędzy Nyazii Kurtem z Turcji, a Miroslavem Ivanovem z Bułgarii, walka na prawą rękę w kategorii 78 kg. Pojedynek bardzo kontrowersyjny – obaj zawodnicy faulowali i długo się ustawiali.

Po wygranych pierwszych dwóch rundach, wszystko wskazywało, że lepszym był zawodnik z Turcji. Ale po trzeciej, przełomowej dla Bułgara, rundzie, pojawiła się niska nadzieja – wynik pojedynku 2:1 dla Nyaziego. W rundzie czwartej znów przodował zawodnik z Turcji. Rehabilitacja Bułgara w rundzie piątej i wynik 3:2. Pojawiła się więc szansa na wynik remisowy. Ostatnia runda była decydująca dla obu zawodników. Tutaj jednak niezwykłym, ku zadowoleniu publiczności okazał się Miroslav Ivanov. Końcowy wynik pojedynku 3:3.

W drugim pojedynku zmierzyli się Cvetan Gashovski z Bułgarii i Sergei Pisarkov z Rosji. Był to pojedynek na prawą rękę w kategorii 78 kg. Już od początku widoczna była przewaga Cvetana. Walka była czysta i przejrzysta. Począwszy od pierwszej, a skończywszy na szóstej rundzie niezwykłym został zawodnik z Bułgarii, a pojedynek w wykonaniu tych zawodników można określić jednym zdaniem: wszystkie rundy długie i zacięte, zakończone zwycięstwem Cvetana. Wynik końcowy 6:0.

Pojedynek trzeci to starcie Stoyana Golemanova z Bułgarii i Mikea Selearisa z USA. Walka o tytuł i pas Mistrza Interkontynentalnego organizacji PAL na rękę prawą w kategorii do 86 kg. Wszystkie starcia wyglądały podobnie: szybkie starty Bułgara zakończone pewnym zwycięstwem. Stojan walczył w hak, z którym jego przeciwnik z USA nie mógł sobie poradzić. Wynik końcowy 6:0 dla Bułgara.

Cała gala była spektakularnym sukcesem, zarówno organizacyjnym, jak i sportowym. Licznie zgromadzona publiczność żywiłowo wyrażała swoją radość przy wygrywanych i smutek przy przegrywanych rundach zawodników z Bułgarii. Ale biorąc pod uwagę dwa zwycięstwa i jeden remis dla bułgarskich sportowców, jest to z całą pewnością wielki tryumf gospodarzy zawodów. A poziom przygotowania oraz gorąca atmosfera gali zapowiadają, że promotorzy PAL z pewnością powrócą do tego bułgarskiego miasteczka.



# STAROGARDZIE



W zawsze gościnnym Starogardzie Gdańskim w słoneczną sobotę 21 maja przy armwrestlingowym stole spotkały się gwiazdy siłowania na ręce: Zbigniew Chmielewski z Polski, August Smisl z Niemiec, Dursun Onder z Turcji, Evgenii Litovcev z Ukrainy, Alexey Semerenko z Ukrainy oraz Alexey Voevoda z Rosji. To właśnie oni byli głównymi bohaterami sześciurundowych startów międzynarodowego, zawodowego siłowania na ręce.

W pierwszym starciu spotkało się dwóch odwiecznych rywali: Artur Olbrys z Braniewa i Konrad Krawczuk z Gdyni. Artur Olbrys - młody zawodnik z Braniewa. Przed armwrestlingiem trenował boks. Dziś jest czołowym zawodnikiem reprezentacji Polski. Styl walki - hak. Trenuje 4-5 razy w tygodniu. Konrad Krawczuk - pomimo krótkiego stażu treningowego posiada już tytuły Mistrza Polski i Świata w kategorii juniorów. Zwykle startuje w kategorii osób niepełnosprawnych. Jednakże jak widać po osiągnięciach, bardzo dobrze radzi sobie z zawodnikami pełnosprawnymi. Dla obu tych zawodników był to debiut na zawodowym ringu. Już pierwsza runda pokazała nam faworyta tego sześciurundowego starcia na rękę prawą. Artur Olbrys okazał się być lepiej przygotowanym zawodnikiem. Zarówno Konrad jak i Artur mieli dwumiesięczną przerwę w polskich ligowych pojedynkach. Był więc czas na regenerację siły i specjalne przygotowanie do tej właśnie walki. W rezultacie lepszym okazał się zawodnik z Braniewa, wygrywając całe starcia z wynikiem 5:1.



Drugi pojedynek gali to pojedynek prawdziwych mistrzów. Przy stole, w sześciurundowym pojedynku na rękę prawą spotkali się Evgenii Litovcev z Ukrainy oraz August Smisl z Niemiec. Evgenii Litovcev - jest czołowy, ukraińskim zawodnikiem. To jego druga zawodowa walka. W zeszłym roku w Pruszczu Gdańskim nieznacznie uległ Polakowi zawodnikowi. August Smisl - to zawodnik niemieckiej reprezentacji. Armwrestlingiem zajmuje się od 2003 roku. Wcześniej trenował profesjonalny Wrestling, był również strongmanem. Posiada już tytuły Mistrza Niemiec w najcięższej kategorii wagowej. Ze swoim przeciwnikiem nigdy wcześniej się nie spotkali. Był to jego drugi pojedynek na zawodowym ringu. W tej walce niepokonanym okazał się jednak zawodnik z Niemiec. Było widać, że Evgenii zdecydowanie lepiej czuje się na rękę lewą. W prawej ma zerwane mięśnie przyczepu łokciowego. Jeżeli jego przeciwnik jest bardzo silny, to jego sukces jest możliwy tylko i wyłącznie po nawązaniu walki górą. A walczyć górą z Niemcem było bardzo trudno. Dodatkowo Niemiec był dużo cięższy od swojego przeciwnika. Evgenii kilka razy przytrzymał swojego rywala. Jednak wynik końcowy 6:0 dla Niemca.



Pojedynek trzeci, to pojedynek naszego rodaka - Zbigniewa Chmielewskiego z reprezentantem Turcji - Dursunem Onderem. Zbigniew Chmielewski - jest czołowym zawodnikiem Kadry Polski. Na zawodowstwo przeszedł w roku 2003. Dotychczas stoczył siedem walk zawodowych (na swoim koncie ma trzy wygrane i cztery porażki). W roku 2004 podczas V Pucharu Polski zwyciężył w kat. OPEN na prawą rękę tym samym został najsilniejszym Polakiem na rękę roku 2004. Dursun Onder - jest bardzo doświadczonym, czołowym zawodnikiem tureckiej reprezentacji. Ze swoim rywalem, bez powodzenia spotkał się już przy armwrestlingowym stole podczas zmagania w Międzynarodowej Lidze Zawodowej w kat. do 78kg. Niestety Polak znów pechowo zakończył swój zawodowy, sześciurundowy pojedynek na prawą rękę. Była to jego piąta przegrana, zawodowa walka. Jednak ten pojedynek od samego początku nie rokował Zbyszki sukcesu. Była ostatnią walką Zbyszki w kategorii do 78kg. Teraz Polak przygotowuje się do walk w kategorii do 86 kg. Podczas tej gali doświadczony zawodnik z Turcji miał sporą przewagę nad armwrestlerem z Polski. Dursun za każdym razem startował z wolnej ręki i do samego końca nie było wiadomo jakim stylem będzie walczył każdą rundę. Jest to bowiem zawodnik walczący różnymi stylami. Przy tym bardzo szybki na starcie. Sił jednak wystarczyło mu tylko na pierwsze cztery rundy. Dwie ostatnie należały do Zbyszki. Końcowy wynik 4:2 dla Turka.



Pojedynek wieczoru na rękę lewą. Pojedynek pomiędzy Alexeyem Voevodą z Rosji i Alexeyem Semerenko z Ukrainy. Alexey Voevoda - najsilniejszy człowiek na świecie roku 2004 organizacji PAL. Po kontuzji kolana przy startach w narodowej, rosyjskiej kadrze bobsleistów w roku 2000 zaczął intensywnie trenować armwrestling. Po czterech latach ciężkiej pracy wywalczył tytuł najsilniejszego, zawodowego armwrestlera świata na prawą rękę. W roku bieżącym w Olsztynie, w pojedynku z Amerykaninem Travisem Bagentem przegrał pas mistrzowski organizacji PAL na rękę lewą. Alexey Semerenko - jest bardzo silnym i doświadczonym zawodnikiem. Na swoim koncie ma już pas mistrzowski i tytuł Mistrza Świata organizacji PAL. Swojemu przeciwnikowi rzucił wyzwanie po jego przegranej z Amerykaninem. Każdy pojedynek, i to nie ważne czy wygrany, czy przegrany z udziałem Alexeya Voevody cieszy się ogromnym zainteresowaniem, zarówno mediów, jak samych armwrestlerów i miłośników siłowania na ręce. Podczas sobotniej „Vendetty” Alexey Voevoda nie zawiódł swoich kibiców. W jego wydaniu „Vendetta” była bezlitosna. Po przegranej z Travisem Bagentem zregenerował siły i podczas sześciurundowego starcia na rękę lewą pokonał ukraińskiego zawodnika - Alexeya Semerenko wynikiem 4:2. Pojedynek z Alexeyem Semerenko przyniósł Voevodzie kolejne, zawodowe sukcesy sportowy. Jednak Rosjanin nie miał prostego zadania. „Alexey Semerenko to poważny przeciwnik na moją lewą rękę” - powiedział Voevoda po walce w Starogardzie. „Wiem, że byłem dobrze przygotowany. Musiałem tylko dobrać odpowiednią technikę walki oraz poznać słabe strony mojego przeciwnika. Przed samą walką Semerenko zdradził mi, że ma nieco osłabione palce. Po pierwszej wygranej rundzie nie brałem tego pod uwagę. Jednak po drugiej, przegranej rundzie, po walce w paskach sędziowskich zobaczyłem, że jestem słabszy w hak. W tym momencie mój sekundant - Vasili Kuznecov podpowiedział mi, że mam walczyć na palce. Jednak spróbowałem jeszcze raz walczyć po swojemu. Niestety z marnym skutkiem”. Po trzeciej Rundzie wynik 2:1 dla Semerenki. „W czwartej rundzie postanowiłem wszystko postawić na jedną kartę” - mówi dalej Voevoda. „Tym razem posłuchałem rad Kuznecowa. I tak za każdym razem, do samego końca, kiedy mój przeciwnik chciał się rozzerwać przytrzymałem jego nadgarstek mocnym ruchem w bok”. Końcowy wynik 4:2 dla Voevody. „Ta wygrana była mi bardzo potrzebna, nie ukrywam, że bałem się przegranej. Semerenko to przecież bardzo silny i doświadczony zawodnik. Tryumf w tym starciu podbudował mnie fizycznie i psychicznie. Kolejny, zawodowy pojedynek



# DZKIE BOJE



# VENDETTA



powiniem jednak stoczyć na rękę prawą. Moja lewa musi trochę odpocząć". Razem z Rosjaninem tryumf nad Ukraińcem świętowała również licznie zgromadzona publiczność. Po walce Voevoda nie mógł się opędzić od tłumy sympatyków.

Gala Zawodowa w Starogardzie Gdańskim była spektakularnym wydarzeniem sportowym. Oprócz niecodziennych, bardzo zaciętych, zawodowych pojedynków mistrzów światowego formatu licznie zgromadzona publiczność mogła oglądać pokazy Body Show w wykonaniu: Mistrza Polski w kulturystyce - Marcina Jabłońskiego, wicemistrza Wsch. Niemiec w kulturystyce Wojtka Nadolskiego, wicemistrza Polski w tańcu disco Piotra - Daniela Koziańskiego, Mistrzyni Świata IFBB i Mistrzyni Świata i Europy IFF Kamili Porczyk, czy też profesjonalny, niezapomniany pokaz Mistrza Świata w Kulturystyce Mariusza Strzełińskiego. Jednak cały „wieczór siłowy” nie odbyłby się bez wsparcia sympatyków siłowania na ręce: Krzysztof Marszałek (organizator główny) - Prezydent i Starosta Powiatowy Starogardu Gdańskiego, czy dyrektor Starogardzkiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, bez których z całą pewnością taka gala w Starogardzie Gdańskim byłaby trudna do zrealizowania.

Paweł Podlewski





# TRENING Z SHARKOVEM

Jednym z wielu problemów, z jakim boryka się przeciętny armwrestler, jest brak miejsca do ćwiczeń. W listach do redakcji pytaacie: czy konieczny jest trening na specjalistycznych urządzeniach, czy wystarczy sprzęt znajdujący się w zwykłej siłowni?

Odpowiadamy: Ponieważ armwrestling zaliczany zarówno do sportów siłowych jak i do sportów walk, siłową część treningu możemy wykonać na zwykłej siłowni. Typowe maszyny kulturyistyczne można również wykorzystać do treningu armwrestlera. Wystarczy odrobina wyobraźni aby maszynę do ćwiczeń mięśni szerokich grzbietu wykorzystać do wzmocnienia przyczepu łokcia. Typowy kulturysta w swej torbie treningowej ma zawsze rękawice, pas, różnego rodzaju ochraniacze i stabilizatory. W torbie prawdziwego armwrestlera powinny się znaleźć: rączka z grubym uchwytem, pas judo oraz gumowa taśma. Z pomocą takiego asortymentu można przekształcić każdą siłownię w profesjonalny klub armwrestlingowy. Do pełni szczęścia potrzebny jest wam tylko sparring partner. Tak więc zaprosicie do treningu kolegę i zaczynamy...

Podczas mego pobytu na Krymie odwiedziłem miejsce, w którym pracuje i trenuje dobrze Wam znany zawodnik – Andrey Sharkov. Od razu rzuciło mi się w oczy, że na sali do ćwiczeń nie ma ani jednego urządzenia do armwrestlingu ani nawet stołu. Na szczęście Andrey posiadał torbę z wyposażeniem, o którym pisałem powyżej i tak oto wykorzystał to co znajdowało się w środku. Warto dokładnie przestudiować jego propozycje treningu i wcielić je do własnego repertuaru ćwiczeń.

## WYCIĄG DO ĆWICZEŃ MIĘŚNI SZEROKICH GRZBIETU



Podnoszenie na biceps od kąta prostego z wykorzystaniem grubego uchwytu. Jako ciekawostkę powiem Wam, że niektórzy armwrestlerzy ćwicząc biceps, podnoszą jedną ręką więcej niż inni dwoma rękoma podczas ćwiczenia mięśni grzbietu.

Ściąganie na siebie z wykorzystaniem grubego uchwytu. To ważne ćwiczenie dla każdego armwrestlera, ponieważ wykorzystując grubą uchwyt, dodatkowo obciążamy palce.

Ściąganie w bok, na siebie, z wykorzystaniem grubego uchwytu. W tym ćwiczeniu wzmocnimy biceps oraz przyczep łokcia.



Ściąganie z góry, na siebie, z wykorzystaniem grubego uchwytu. W tym ćwiczeniu wzmocnimy biceps, klatkę piersiową oraz przyczep łokcia.



Ściąganie z góry, na palce z wykorzystaniem grubego uchwytu.



Ściąganie w bok z wykorzystaniem grubego uchwytu. Uchwyt pomocowujemy pasem judo do rączki atlasu.

## ATLAS DO ĆWICZEŃ MIĘŚNI SZEROKICH GRZBIETU

### ĆWICZENIA Z CIĘŻARKAMI I OBCIĄŻENIEM.



Podnoszenie na biceps, od kąta prostego, chwytem młotkowym z wykorzystaniem pasa judo i ciężarka.



Skreć nadgarstka na zewnątrz z wykorzystaniem pasa judo i ciężarka.



Podnoszenie na nadgarstek, z wykorzystaniem grubego uchwytu i dwóch ciężarków. Łokieć oparty o ławeczkę.



Utrzymanie ciężarka. Do tego ćwiczenia potrzebna wam będzie metalowa kulka o średnicy 7-9 cm z przyspawanym haczykiem. Można ją łatwo wykonać samemu.



Podnoszenie obciążenia pałkami.



Podnoszenie hantli na biceps od kąta prostego. Łokieć oparty o modlitewnik

### ĆWICZENIA ZE SPARING PARTNEREM I INNE



Podciąganie chwytem młotkowym z wykorzystaniem pasa judo.

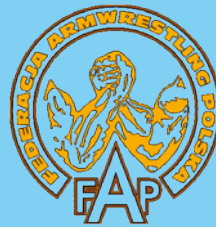


Utrzymanie w bok z wykorzystaniem pasa judo. Sparring partner mocno naciąga pas. Waszym zadaniem jest oporować przez 7-12 sekund.



Utrzymanie chwytem młotkowym z wykorzystaniem pasa judo. Sparring partner ciągnie pas w dół. Waszym zadaniem jest oporować przez 7-12 sekund.

# IV MISTRZOSTWA POMORZA



**FAP - FEDERACJA ARMWRESTLING POLSKA**  
**Adres i adres do korespondencji:**  
**81-380 Gdynia**  
**ul. I Armii Wojska Polskiego 3-11**  
**tel. 0-58 621 93 08**  
**armwrestling@world.pl www.armpower.net**

Prezydent: Igor Mazurenko  
 Wiceprezydent: Janusz Piechowski  
 Sekretarz: Anna Korzeniewska, tel. 0-603-554-855  
 Trenerzy FAP:  
 Igor Mazurenko - Trener Kadry  
 Wiktor Szyszkowski - Trener  
 Sędziowie:  
 Monika Duma - Sędzia Główny FAP  
 Wiktor Szyszkowski; Daniel Gajda  
 Bogdan Łagunionek

## KLUBY W POLSCE:

**UKS ŻŁOTY TUR, GDYNIA** ul. I Armii Wojska Polskiego 3-11,  
 czynny: pn-pt 10-19, sob. 10-14.  
 tel./fax 0-58 621-93-08

**UKS ŻŁOTY LEW, LEBORK** ul. Czołgistów 4  
 czynny: pn-pt 15-20, sob. 12-20.  
 Informacje Marcin Kreft tel. 0-501 245 895  
**ŻŁOTY SMOK, KIELCE** ul. Podarewskiego 24  
 czynny: pn-pt 10-22, sob. 10-14.  
 Informacje Radosław Trybus tel. 0-600 024 865  
**MUSTANG, SKĄPE** Hala Sportowa, Al. 1 Maja 89  
 Informacje: Andrzej Zawidzki tel. 0-54 287 81 52  
**OLIMP, JASTRZĘBIE ZDRÓJ** ul. Piastów 15  
 Informacje: Adrian Łukasiewicz tel. 0-32 47 142 47  
**ŻŁOTY TUR, GDAŃSK** ul. Opalska 6,  
 Informacje: Krzysztof Kubiak tel. 0-504 639 488  
**ŻŁOTY TUR, ORNETA**  
 Informacje: Jerzy Czaplirski tel. 0-606 999 418  
**GOLIAT, ŻARY**  
 Informacje: Krzysztof Kryszczuk tel. 0-602 233 651  
**ARMFIGHT PIASECZNO**,  
 Informacje: tel. 0-504-019-498; 0-888-506-845  
**ŻELAZNA PIĘŚĆ** Inowrocław,  
 Informacje: Sławomir Głowacki tel. 0-604 300 380  
**MKS HERAKLES** Szczawno - Zdrój, woj. dolnośląskie.  
 Kontakt: Sebastian Wyszyński tel. 0 696-334-122  
**UKS HERKULES** Posada Górna, woj. podkarpackie.  
 Kontakt: Grzegorz Argasiński tel. 0 506 033 636  
**UKS STALOWE RAMIONA** Krośnice, woj. łódzkie.  
 kontakt: Janusz Kopec tel. 0 603 962 592  
**UKS ORZEŁ CHOSZCZNO**  
 Telefony kontaktowe w sprawie treningów:  
 Wiesław Łącki: 765-2844; 602-115-894  
 Artur Głowiński: 602-213-901  
**AZS CZĘSTOCHOWA - SEKCJA ARMWRESTLINGU**  
 WSHiT ul. Ogrodowa 47  
 Zbigniew Soliński: 606 908 478  
**UKS „WIKING” NISKO**  
 Kamil Pachla - tel. (015) 841 29 87; e-mail: armkamil@op.pl  
**UKS „LONGINUS”**  
 Informacje i zapisy: **TOMASZ GAWEŁOWSKI** - 0 505-638-981  
**ANDRZEJ ZBOROWSKI** - 0 604-105-052  
**PIOTR PIEKUTOWSKI** - 0 608-339-532  
**UKS „ŻŁOTY TYGRYS” WROCŁAW**  
 Informacje i zapisy: **Tomasz Fugiel** - tel. 0693642987  
**MCKIS „TYTAN” JAWORZNO**  
 ul. Inwalidów 18 43-600 Jaworzno  
 Informacje: **Mariusz Grochowski** - tel. 507 297 513  
**UKS „SOKÓŁ” KONIECPOL**  
 ul. Mickiewicza 30 42-230 Koniecpol  
 Informacje: **Piotr Szczerba** - tel. 608 20 44 83 lub gg 4365850

W sobotę 28 maja b.r. w Klubie Muzycznym GALAKTYKA w Luzinie koło Wejcherowa siedemdziesięciu pięciu armwrestlerów wystartowało, by walczyć o tytuł najlepszego na Pomorzu roku 2005. Podczas całych zmagani byliśmy świadkami niesamowitych pojedynków na lewą i prawą rękę w kilkunastu kategoriach wagowych. Wszyscy startujący zawodnicy, oprócz wywalczonych tytułów Mistrza Pomorza, dyplomów i medali, w najbardziej prestiżowej kategorii OPEN kobiet i mężczyzn na rękę prawą walczyli zasłużone nagrody pieniężne. Duża liczba uczestników zmusiła organizatorów do rozegrania zawodów na trzech profesjonalnych stołach. Całe zmagania rozpoczęły kategorie juniorskie. Zawodnicy walczyli w czterech kategoriach chłopców (do 63 kg, do 70 kg, do 78 kg i powyżej 78 kg) oraz dwóch kategoriach dziewcząt (do 54 kg i powyżej 54 kg). Jak zwykle największą liczbę zawodników wystawił Klub Sportowy Żłoty Tur Gdynia (około 20 zawodników). Nie zabrakło też zawodniczek z UKS 16 Koszalin, które dzielnie walczyły w kategoriach junierek (8 zawodniczek), oraz z Klubu Żłoty Orzeł Choszczno, czy Żłoty Lew Łębork.

Po rywalizacji armwrestlerów - juniorów do zmagani stanęli seniorzy. Tutaj rywalizacja była jeszcze bardziej zacięta. Zawodnicy walczyli na prawą i lewą rękę w pięciu kategoriach mężczyzn (do 65, 75, 85, 95, powyżej 95kg) oraz jednej

kategorii kobiet (kat. OPEN). Jednak najbardziej widowiskowe i zacięte walki odbyły się w kategorii Open mężczyzn i kobiet na rękę prawą. Tutaj zawodnicy walczyli o nagrody pieniężne, ufundowane przez właściciela Klubu Muzycznego GALAKTYKA - pana Marka Bołtrukanisa.

Główny puchar w kategorii kobiet powędrował do Beaty Kutnik z Lublina. Natomiast w kategorii mężczyzn, przy 22 startujących zawodnikach zdobywcą głównego pucharu Mistrza Pomorza był Marcin Formela z Kartuzia Kartuzy. Na uwagę, w tej właśnie kategorii wagowej, zasłużyli również: Przemysław Grzenkowicz z Bydgoszczy (miejsce II), Grzegorz Zuchowski (miejsce III) i Rafał Budzowski z Łęborka (miejsce V), czy Marcin Biegun z Olimpu Jastrzębie (miejsce IV). Bo właśnie pojedynki tych zawodników wywołały wśród widzów najwięcej emocji.

Jednym słowem, Mistrzostwa Pomorza można uważać za udane. Dopisali zarówno sami zawodnicy, jak i sympatycy armwrestlingu. Tradycją staje się już, że Galaktyka jest gospodarzem mistrzostw Pomorza. Ci, którzy tego dnia nie mogli oglądać poszczególnych walk armwrestlingowych niech mocno załują, bo było co oglądać. A kolejne takie zmagania będzie można zobaczyć dopiero w przyszłym roku.

Paweł Podlewski

