

Ekstremalne rekordy Marka Szustera

Data publikacji: 18.05.2007 0:00

CZYTAJ TEŻ:

[24 godziny z Powerade](#)

[Marek Szuster - Ambasador Księgi Rekordów Sportowych Powerade](#)

[Księga Rekordów Sportowych Powerade](#)

Wszystko zaczęło się od zakładu Marka z kolegą o parę butów sportowych „Asics”. Aby stać się ich właścicielem należało przebiec podczas organizowanych w 1996 roku zawodów ekstremalnych pod Augsburgiem "100 km w 12 godzin". Szuster pokonał wtedy 106 km, w ten sposób nie tylko pozyskał buty, ale i połąkł sportowego bakcyła w ekstremalnym charakterze. Przez kolejne lata gromadził informacje o tym nietypowym sporcie, aby w 1999 roku podjąć szaleńcze wyzwanie – wziąć udział w Mistrzostwach Świata w Austrii w Triple – Triathlonie, podczas którego należało przepłynąć 11,4 km, 540 km przejechać na rowerze, a 126,4 km przebiec. Te wyczerpujące konkurencje zajęły Markowi 53 godziny, co pozwoliło mu znaleźć się na 12 miejscu. Kolejnym spektakularnym wyczynem Marka był bieg w monachijskim maratonie ze skrzynką wody na ramieniu. W ten sposób Schuster chciał pokazać światu, jak ważną rolę w sporcie odgrywa woda.

Wśród jego nieoficjalnych rekordów należy wymienić jazdę na rowerze stacjonarnym przez 24 godziny, co zaowocowało 1200 „przejechanymi” kilometrami, a także bieg na 204 km po ruchomej bieżni. W 2000 roku wystartował po raz kolejny w Mistrzostwach Europy w Triple – Triathlonie, wówczas poprawił swój dotychczasowy wynik o 6 godzin, zajmując siódmą lokatę, a także mieszcząc się w 47 godzinach.

Pytany, jaki cel przyświeca przedsięwzięciom, których się podejmuje odpowiada, że satysfakcjonuje go bicie sportowych rekordów w powiązaniu z wyższym, dobrym celem. W myśl tej idei współpracuje z grupą osób niosących pomoc dzieciom z Afryki, jak również dzieciom dotkniętym chorobami nowotworowymi. Markowi nieobce jest też religijno-charytatywne oblicze sportów ekstremalnych. Pobiegł drogami pielgrzymek z Gettingen do Augsburga, liczącymi około 100 km. Podczas biegu zbierał pieniądze na pomoc dla jednego z przedszkoli. Podejmowanie takich zadań nie tylko umożliwia Markowi samorealizację, ale zmusza też innych do refleksji, sumienności i konsekwencji, dając wszystkim wiele radości, krystalizując tym samym wyższy, dobry cel.

O skoczowskich schodach na Kaplicówkę Marek dowiedział się od swego teścia, który przemierzał Aleję Jana Pawła II podczas wizyty papieża w 1995 roku. Informację o ich nietypowości, długości i usytuowaniu przekazał specjalście od sportów ekstremalnych, co w krótkim czasie zaowocowało pomysłem na pobicie kolejnego rekordu. Schuster nawiązał kontakt z prezesem skoczowskiego PTTK – Krzysztofem Greniem, który wraz z Miejskim Domem Kultury zadbał od strony organizacyjnej o wszystkie niezbędne szczegóły umożliwiające zaistnienie w Skoczowie ekstremalnego wydarzenia. 4 czerwca 2004 roku o godzinie 13. na znak burmistrza Jerzego Malika, biegacz wystartował. Otuchy dodała mu salwa z muszkietów Cieszyńskiego Bractwa Kurkowego. 24-godzinny bieg czterema technikami po schodach towarzyszył XXXVII Dniom Skoczowa, stanowiąc nie lada atrakcję dla uczestników święta trytonowego grodu oraz wzbudzając zainteresowanie lokalnych mediów i regionalnej telewizji. Dopingowano Marka owacjami, słowami dodającymi siły i hartu ducha, a także równoległym biegiem, w którym mógł uczestniczyć każdy chętny. O godz. 12 w nocy biegli z nim np. strażacy skoczowskiej Ochotniczej Straży Pożarnej. Przedsięwzięciu zatytułowanemu „Schody do nieba” towarzyszyły w czasie całego maratonu dźwięki słynnego utworu grupy „Led Zeppelin” o tym samym tytule. Obsługą biegu zajęli się ubrani w okolicznościowe koszulki i plakietki uczniowie

skoczowskiego liceum, Zespołu Szkół Rolniczych w Międzywiciu i Zespołu Szkół Zawodowych na Bajerkach. Ich zadaniem było liczenie ilości pokonanych przez biegacza schodów, podawanie Markowi wody mineralnej, kalorycznego piwa z sokiem cytrynowym, herbat utworzonych ze specjalnych ziół i pędów czerwono krzewu, a także wysokoenergetycznych batonów i kawałków banana.

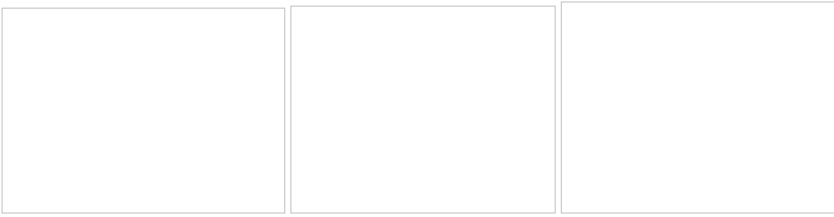
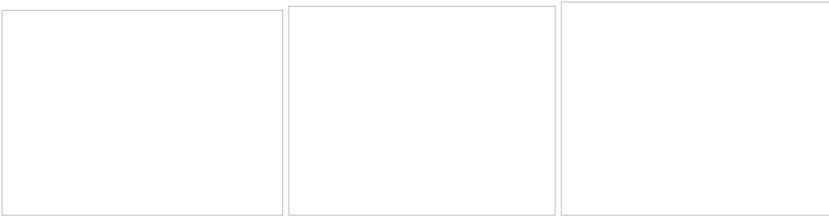
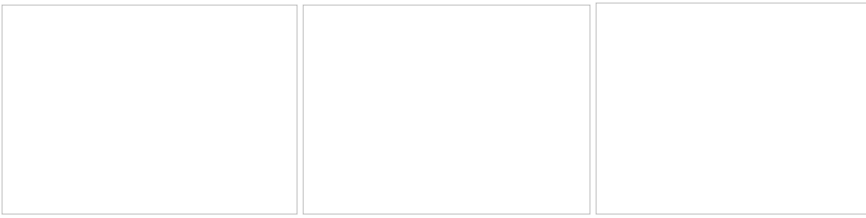
Najdotkliwszy kryzys zmagania się ze schodami Aleji Jana Pawła II dopadł Marka Schustera pomiędzy 1. a 4. godziną rano. Wcześniejsze pięciominutowe przebiegnięcie jednej rundy wydłużyło się do dziesięciu minut. Jednak Schusterowi udało się pokonać ten trudny okres, a nawet cztery godziny przed czasem pobić swój pierwszy rekord wynoszący 126 000 stopni. 5 czerwca o godzinie 13. – równe 24 godziny po starcie ukończył ekstremalny bieg, zaliczając 143 820 stopni i tracąc 5 kg wagi.

Marek Schuster, przygotowując się do biegu pod nazwą „Schody do nieba”, korzystał z masażu Jakuba Rajwy z Krytej Pływalni „Delfin”. Dowiedział się wtedy o planowanych obchodach 5-lecia obiektu. Niemal natychmiast zrodził się kolejny sportowy pomysł, a rok później doszło do jego realizacji. 2 czerwca 2005 roku punktualnie o godz. 13. i ponownie na znak burmistrza Jerzego Malika specjalista od sportów ekstremalnych rozpoczął 24 godzinne pływanie z deską. Augsburgski wynik z 2001 roku, kiedy po raz pierwszy mierzył swe siły podczas identycznej konkurencji, wyniósł 1152,25 długości basenu, czyli 28,8 km. Należało go pobić. Energiczny początek nastroja optylizmem. W nocy pojawił się kryzys, który wzmocniły kłopoty żołądkowe pływaka, na które nałożył się chlor obecny w wodzie i stale unoszący się nad jej powierzchnią. Jednak i tym razem doping przyczynił się do zamierzonego efektu. Na bocznych torach basenu Markowi nieustannie towarzyszyli w sztafecie ratownicy Krytej Pływalni „Delfin”: Rafał Rajski, Maciej Liszka i Tomasz Niedźwiecki, uzyskując podczas 24 godzin dystans 68 km i 450 m – tj. 2738 długości basenu wynoszącej 25 m. Uczniowie skoczowskiego liceum tym razem także nie zawiedli. Ubrani w specjalne T-shirty z plaketką wspierali Marka przez cały czas, jak również notowali wszelkie dane przybliżające sportowca do pobicia rekordu. I stało się! 3 czerwca rekordowa wartość dobowego pływania z deską wzrosła o 2 km i 250 m do 1242 długości basenu 25 m, czyli 31 km i 150 m! W blasku reporterskich fleszy i telewizyjnych kamer Marek Schuster otrzymał dyplom upamiętniający kolejne ekstremalne wydarzenie swego życia oraz okolicznościową statuetkę. Nie zabrakło też gratulacji złożonych przez burmistrza i współorganizatorów sportowego przedsięwzięcia: kierownika basenu Zbigniewa Gila, prezesa skoczowskiego PTTK Krzysztofa Grenia oraz dyrektora MDK Roberta Orawskiego, dzielących wielką radość z osiągnięcia wyczynowego celu.

Ostatnio Marek Schuster ponownie wszystkich ekstremalnie zaskoczył. Zdawałoby się, że trudno wymyślić kolejną formę niecodziennego bicia rekordu, a jednak stało się to możliwe. Tym razem punktem wyjścia okazał się marsz ze specjalnymi kijami, noszący nazwę nordic walking. Atrakcyjność tego marszu polega na specyficznej stymulacji mięśni, odmiennej od typowej stymulacji, mającej miejsce podczas normalnego chodzenia. Nordic walking wzmacnia mięśnie piersi, tricepsów, bicepsów, ramion i brzucha, a także pozostałych głównych partii mięśniowych. Schuster na jego temat mówi tak: „Pierwsze treningi były bardzo trudne, warunki pogodowe nie były dotąd zbyt sprzyjające do ćwiczeń, a tam gdzie mieszkam nie ma odpowiedniej bieżni do takich marszów. Mimo to nordic walking okazał się bardzo interesującą dyscypliną i zaraziłem się nim.” Samo „zarażenie” jednak nie wystarczyło. Sportowiec od razu zaczął myśleć o rekordowym podejściu do tej dyscypliny. Wcześniejsze powiązania ze Skoczowem, a także optymalne warunki jakie oferuje to miasto do „marszu z kijami” skierowało go po raz kolejny do nadwiślańskiego grodu. Tradycyjnie spotkał się z ciepłym przyjęciem ze strony osób, z którymi już wcześniej współpracował. Rozpoczęto zatem przygotowania do 24 godzinnego marszu na skoczowskim stadionie KS „Beskid”, który zaplanowano na 22/23 czerwca br. na godzinę 13.00. Celem Marka Schustera będzie pobicie rekordu ustanowionego w tej dziedzinie w 2007 roku przez Helmuta Wimmera, wynoszącego 164,3 km. W skoczowskim nordic walking uczestniczyć będą mogli również wszyscy chętni, dopingujący w ten sposób rekordzistę, jak również specyficzna maskotka tego wydarzenia – żółw startujący równocześnie z Schusterem.

44 letni Marek Schuster do tej pory powodów do wprawiania w osłupienie daje wiele. Należy do nich choćby pisanie wierszy, czym zajmował się jeszcze w polskiej szkole podstawowej. Po wyjeździe do niemieckiego Augsburga liryczne talenty przegrały z ekstremalnymi zamiłowaniem, dając jednak ponownie znać o sobie w 2004 roku. Powstał też biograficzny tekst do hip-hopowej kompozycji. Być może sprzyjający refleksjom zawód pielęgniarza w domu spokojnej starości, jaki Marek wykonuje na co dzień, przyczyni się do kolejnych prób literackich, czy też poetyckich. Na razie jednak trzymajmy kciuki za zbliżające się ekstremalne zdarzenie, rozstawiające finlandzki marsz, augsburskiego rekordzistę oraz... nadwiślański Skoczów.

Julia Broda



□□