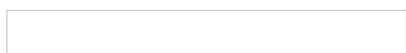


# Sama przebiegła 102 km, chociaż zawody odwołano...

Data publikacji: 17.04.2021 13:25

Karolina Fojcik-Pustelnik w minioną sobotę miała pobiec w biegu 12 godzinnym w Rudzie Śląskiej, niestety zawody odwołano w ostatnim momencie. Powód - covid.



Fot: Z archiwum zawodnika

Aby dojść do takiej formy, trzeba trenować długie miesiące. Nie da się być także u szczytu formy dłużej. - **Kiedy dowiedziałam się, że zawody są odwołane byłam bardzo niezadowolona, bo pracowałam ciężko by zmierzyć się z najlepszymi ultramaratończykami w Polsce, a przede wszystkim z samą sobą** – mówi zawodniczka.

Złość szybko zmieniła się w działanie. - **doszłam do wniosku że skoro nie mogę pojechać do Rudy Śląskiej, zorganizuję sobie zawody sam a w Ustroniu. Wymyśliłam pętlę, niespełna 5 kilometrową, po której biegałam w sobotę od 6.00 rano do 18.00 wieczorem** - dodaje

Karolinie Fojcik-Pustelnik udało się pokonać w ciągu 12 godzinnego biegu 102 kilometry. Zawodniczkę w tych indywidualnych zawodach wspomagała dopingiem Rodzina, znajomi i przyjaciele. Byli tacy którzy dołączyli do niej na kółko lub dwa-biegacze, truchtacze, ultramaratończycy, rowerzyści.

Dobrze przygotowany do takiego wysiłku organizm to nie wszystko. Zawodniczka miała swój zespół pod nazwą „Hónym do mety”, który ją wspierał. Regularne jedzenie i picie, parę przerw technicznych na przebranie się, czy krótki zabieg fizjoterapeutyczny, zmiana butów po 50 km to tylko niektóre z rzeczy które w ciągu tych 12 h robiła Karolina oprócz biegania rzecz jasna. - **Największą pracę trzeba jednak zrobić w głowie. Że się uda i że warto, wtedy 12 godzin mija bardzo szybko** - podsumowuje biegaczka.

Na mecie Najbliżsi powitali ją jak prawdziwą zwyciężczynię - oblaniem winem musującym i tortem z napisem 102 km.

Red.