

# Trzymamy kciuki za Justynę

Data publikacji: 12.03.2010 14:00

**Justyna Guzik – wzorowa uczennica, wspaniała koleżanka i sportowa nadzieja cieszyńskiej lekkoatletyki. Na ostatnich Halowych Mistrzostwach Śląska Młodzików i Dzieci Starszych, które odbyły się w Brzeszczach Justyna z MUKS „SZS” Cieszyn “wybiegała” złoto uzyskując wynik 8.40 sek.**

Zdolności trzynastolatki zauważył Mirosław Werner, były lekkoatleta KS Cieszyn, mistrz Polski juniorów w biegach przełajowych, licencjonowany trener lekkiej atletyki, zachęcając przyszłą medalistkę do udziału w treningach, które odbywają się w Szkolnym Schronisku Młodzieżowym przy ulicy Błogockiej. - **Justyna od początku wyróżniała się na tle innych uczniów. W grach zespołowych znacznie wyprzedzała resztę i to pozwoliło nam ją zauważyć. Rozpoznanie talentu to jednak tylko połowa sukcesu, dalszym i znacznie trudniejszym etapem jest szlifowanie go i dbanie o to, by się nie zmarnował** – tłumaczy trener Mirosław Werner.

W ubiegłym roku Justyna kilkakrotnie bardzo udanie wystartowała. W czerwcu zwyciężyła w Międzynarodowym Mityngu Dzieci, Młodzików i Juniorów w Bielsku – Białej w biegu na 60 m z wynikiem 8.85 sek. W nagrodę za tak dobry start pojechała na duże międzynarodowe zawody młodzieżowe do Włoch. We wrześniu w Memoriale Jana Larysza w Pszczynie zajęła drugie miejsce na 60 m (8.87) i trzecie na 100 m (14.32), rywalizując ze znacznie od siebie starszymi zawodniczkami. Wynik na 100 m dał Justynie piątą klasę sportową, co w jej wieku jest rzadkim i znaczącym osiągnięciem. Na zawodach w Pszczynie i Brzeszczach dzielnie walczyła także jej koleżanka klubowa - Anna Hernik, dziewczyna również uzdolniona szybkościowo, pracowita i czyniąca postępy w biegach krótkich. Ania jest uczennicą pierwszej klasy Gimnazjum nr 3 w Cieszynie.

Warto podkreślić, że trudno byłoby znaleźć chłopaka w wieku J. Guzik w powiecie cieszyńskim, który uzyskiwałby lepsze wyniki w biegu na 60 metrów niż ona sama. - **Bardzo lubię trenować i ogromnie cieszą mnie zdobyte medale. Rodzice bardzo dopingują mi i zawsze za mnie trzymają kciuki** – mówi najlepsza w swojej kategorii wiekowej na Śląsku sprinterka.

Ciągle istotnym elementem jest intuicja trenerów, którzy wśród swoich podopiecznych potrafią dostrzec przyszłych mistrzów i dostosować do nich indywidualne formy treningu, oraz – co wydaje się bardzo ważne – zbudować relacje, które motywują zawodnika.

Justyna oprócz lekkoatletyki trenuje również siatkówkę. - **W grach zespołowych trudniej jest osiągnąć sukces. W lekkoatletyce widać jej włożoną pracę i wysiłek. Myślę, że w tym jest najlepsza. Oczywiście wyboru dokona kiedyś ona sama, niestety siatkówka i lekkoatletyka na wysokim poziomie wykluczają się nawzajem, chociażby ze względu na odrębne nawyki ruchowe. Poza tym, żeby mogła się rozwijać i skutecznie rywalizować z najlepszymi, niedługo trzeba będzie zwiększać objętość i intensywność treningów, a tego już nie da się połączyć w dwóch dyscyplinach** – dodaje trener, który swoją sportową karierę rozpoczął podobnie.

Justyna oprócz świetnych wyników w sporcie odnosi również sukcesy w Szkole Podstawowej nr 3 w Cieszynie, gdzie chodzi do VI klasy. Pozostaje tylko pozazdrościć rodzicom i trzymać kciuki, żeby taki talent nigdy się nie zmarnował. - **Dziewcząt i chłopców tak utalentowanych, jak Justyna jest na pewno w Cieszynie i okolicy więcej. Wszystkich chętnych do uprawiania „królowej sportu” zapraszamy na treningi do Szkolnego Schroniska Młodzieżowego w Cieszynie. Udział w zajęciach i zawodach jest całkowicie bezpłatny. Gwarantujemy fachową opiekę trenerską oraz satysfakcję z osiągniętych postępów i wyników, oczywiście na miarę włożonego w trening wysiłku** – zachęca trener Mirosław Werner.

