

Polski Związek Alpinizmu
ul. Noakowskiego 10/12
Warszawa

Warszawa 30.09.2009

2 światowej klasy rekordy, 3 miejsca na podium, świetna postawa polskiej 13 osobowej ekipy – czyli:

SPRAWOZDANIE Z WYJAZDU NA ZAWODY „ELBRUS RACE 2010”

/ Impreza zorganizowana w ramach programu sportowego „Polski Himalaizm Zimowy 2010-2015”/



Zdjęcia: Monika Strojny/www.speleoteam.pl

Od lewej siedzą: P.Dzięgielewska, W.Kozub, P.Karolczak, K.Tekieli, A.Dzik, A.Bargiel, K.Gajdziński. Od lewej stoją: G.Wiercioch, J.Żyszkowska, A.Hajzer, R.Szymczak, T.Chwastek, J.Lenczowski.

W zawodach udział wzięli:

- **Aleksandra Dzik** - KS Kandahar,
- **Paulina Dzięgielewska** - KW Kraków,
- **Tomasz Chwastek** - KW Kraków,
- **Justyna Żyszkowska** - TKN Tatra Team,
- **Krzysztof Gajdziński** - KW Kraków, też jako kierownik organizacyjny
- **Jan Lenczowski** - KW Warszawa,
- **Wojciech Kozub** - KW Kraków,
- **Robert Szymczak** - KW Trójmiasto, też jako lekarz
- **Piotr Karolczak** - KW Poznań,
- **Artur Hajzer** - KW Katowice, też jako kierownik
- **Andrzej Bargiel** - TKN Tatra Team, (Salomon Trail Team),
- **Kacper Tekieli** - KW Zakopane,
- **Grzegorz Wiercioch** – TKN Tatra Team



Trasa Elbrus Race. Fot. A.Hajzer

Szósta edycja międzynarodowych zawodów „Elbrus Race” miała miejsce 24 września. Rywalizowano w szybkościowym wejściu na najwyższy szczyt Kaukazu i Europy – Elbrus 5642 m.

Konkurencja odbywała się w dwóch klasach: Extreme zaczynała się u podstawy masywu Elbrusa w Azau (2400 m) i kończyła na szczycie Elbrusa (5642 m). Trasa ta ma 13 km długości i 3242 m różnicy wysokości. Tylko najbardziej doświadczeni, najlepiej przygotowani i zaaklimatyzowani sportowcy mogą startować w tej kategorii.

Druga kategoria – Classic – zaczynała się na granicy lodowca, na końcowej stacji kolejki, na wys. 3700 i też kończyła się na szczycie Elbrusa 5642 m.



Zdjęcia: Monika Strojny/www.speleoteam.pl

Andrzej Bargiel podczas kwalifikacji. Zdjęcie po prawej: Elbrus widziany z wysokości 4000 m.

Dwa dni przed planowanym startem odbyły się kwalifikacje na odcinku o przewyższeniu 1000 m pomiędzy stacją kolejki na 3700 m a Skalami Pastuchowa. Limit czasu wynosił 2h. Kwalifikacjami zostali objęci zawodnicy, którzy nie startowali w poprzednich edycjach

zawodów, w tym wszyscy Polacy, co stawiało naszą ekipę w dość niekorzystnym położeniu w stosunku do faworytów z Rosji i Kazachstanu. Podczas kwalifikacji Polacy zajęli pierwsze miejsca i wysłali wyraźny sygnał, że będą groźnym rywalem w zawodach (wyniki kwalifikacji w załączeniu).

Start do konkurencji Extreme odbył się o 6 a Classic o 7 rano. Ku zaskoczeniu wszystkich obserwatorów i sędziów Andrzej Bargiel szybko – w niewiele ponad 1 godz. – pokonał pierwsze 1300 m różnicy wysokości do górnej stacji i linii startu konkurencji Classic – dogonił a następnie przegonił startujących w kategorii Classic. Ekipa sędziowska na szczycie wpadła w lekki popłoch. Nie była jeszcze całkiem gotowa, kiedy spostrzegła, że do mety zbliża się pierwszy zawodnik. Takiego wyniku nikt tu się nie spodziewał.



Zdjęcia: [Monika Strojny/www.speleoteam.pl](http://www.speleoteam.pl)

Na obu zdjęciach Andrzej Bargiel

Andrzej Bargiel z Zakopanego – skialpinista, 22 letni zawodnik klubu TKN Tatra Team, należący do Salomon Trail Team – został Championem w kategorii Extreme z czasem 3.23.37 !!!

Poprawił poprzedni rekord na tej trasie należący do Kazacha Denisa Urubko z 2006 roku (3.55.59) o ponad pół godziny !!!

Na prośbę organizatorów i dokumentalistów na szczycie Andrzej zamarkował i powtórzył swój finisz. Wcześniej bowiem kamery nie były jeszcze gotowe do rejestracji. Andrzej uzyskał tu przydomek „Polskiej Monster”.

O 11.04, po 1 godz. i 41 minutach po Andrzeju na szczycie zameldowała się Aleksandra Dzik – 28 letnia alpinistka i skialpinistka, zawodniczka KS Kandahar z Katowic. Była tym samym pierwszą w historii kobietą kończącą bieg w kategorii Extreme. Jej doskonały wynik – 5.04.41 – jest od tej chwili kobiecym rekordem trasy. Jej konkurentka Maria Khitrikova z Ukrainy dobiegła do szczytu o 12.29.52 – jej czas to 6.29.52.



*Zdjęcia: Monika Strojny/www.speleoteam.pl
Po lewej Aleksandra Dzik, po prawej Justyna Żyszkowska*



Nie zabrakło polskich sukcesów w kategorii Classic. Wśród Pań drugie miejsce zajęła Justyna Żyszkowska z Zakopanego – zawodniczka TKN Tatra Team. Jej czas to 4.19.59.

Pozostali polscy zawodnicy zajęli b.dobre miejsca w obu kategoriach. Doskonale dysponowany Krzysztof Gajdziński, który wg założeń miał wygrać konkurencję Classic – miał pecha – pękł mu rak – i to wydarzenie „zabrało” mu miejsce na podium – ostatecznie był 5-ty.

Zdjęcia: Monika Strojny/www.speleoteam.pl



Na obu zdjęciach Krzysztof Gajdziński występujący też w roli kierownika organizacyjnego. Miał pecha nie tylko z rakiem. Dzień przed opóźnionym startem musiał pojechać do Mineralnych Wód przepisać powrotne bilety kolejowe.

Oto pełne wyniki:

VI International Elbrus Race. Results on Extreme route

Nº	Name	Class	Sex	Country	Azau	Top	Result	Rating	F	M
60	Bargiel Andrzej	extr	M	Poland	06:00:00	09:23:37	03:23:37	1		1
17	Shkel Vitaly	extr	M	Russia	06:00:00	10:21:31	04:21:31	2		2
33	Vergiljush Valentin	extr	M	Russia	06:00:00	10:34:12	04:34:12	3		3
2	Sidorenkov Alexander	extr	M	Russia	06:00:00	10:37:38	04:37:38	4		4
39	Karolczak Piotr	extr	M	Poland	06:00:00	10:45:45	04:45:45	5		5
69	Tekieli Kacper	extr	M	Poland	06:00:00	10:59:14	04:59:14	6		6
59	Aleksandra Dzik	extr	f	Poland	06:00:00	11:04:41	05:04:41	7	1	
55	Chwastek Tomasz	extr	M	Poland	06:00:00	11:24:58	05:24:58	8		7
58	Lenczowski Jan	extr	M	Poland	06:00:00	11:27:04	05:27:04	9		8
67	Surmonin Serguey	extr	M	Russia	06:00:00	11:29:34	05:29:34	10		9
71	Szymczak Robert	extr	M	Poland	06:00:00	12:11:31	06:11:31	11		10
56	Kozub Wojciech	extr	M	Poland	06:00:00	12:25:56	06:25:56	12		11
27	Khitrikova Maria	extr	f	Ukraine	06:00:00	12:29:52	06:29:52	13	2	
5	Kuznetsov Vladimir	extr	M	Russia	06:00:00	12:33:14	06:33:14	14		



Zdjęcia: [Monika Strojny/www.speleoteam.pl](http://www.speleoteam.pl)
Po lewej kierownik Artur Hajzer po ukończeniu biegu na 10 pozycji. Przed nim na szczycie zameldował się Grzegorz Wiercioch – fo.t po prawej. Obaj Panowie wygraliby swoje kategorie wiekowe gdyby takie były klasyfikowane.

VI International Elbrus Race. Classics route results

Nº	Name	Class	Sex	Country	Barrels	Top	Result	Rating	F	M
65	Puchinin Andrew	classic	M	Kazakhstan	7:00:00	9:34:33	02:34:33	1		1
68	Kruglov Oleg	classic	M	Russia	7:00:00	9:46:16	02:46:16	2		2
7	Proshenko Anton	classic	M	Russia	7:00:00	9:52:09	02:52:09	3		3
23	Gubanov Roman	classic	M	Russia	7:00:00	10:01:46	03:01:46	4		4
66	Gajdzinski Krzysztof	classic	M	Poland	7:00:00	10:07:36	03:07:36	5		5
25	Shiraliyev Movsun	classic	M	Azerbaijan	7:00:00	10:20:42	03:20:42	6		6
21	Stefanishina Oksana	classic	Ж	Russia	7:00:00	10:22:01	03:22:01	7	1	
12	Sgadov Yuri	classic	M	Ukraine	7:00:00	10:41:48	03:41:48	8		7
62	Wiercioch Grzegorz	classic	M	Poland	7:00:00	10:45:15	03:45:15	9		8
18	Semenov Mikhail	classic	M	Russia	7:00:00	10:49:31	03:49:31	10		9
74	Hajzer Artur	classic	M	Poland	7:00:00	10:50:59	03:50:59	11		10
14	Kravets Konstantin	classic	M	Russia	7:00:00	11:04:12	04:04:12	12		11
63	Vershinnikov Yuri	classic	M	Russia	7:00:00	11:04:44	04:04:44	13		12
15	Abisalov Anatoly	classic	M	Russia	7:00:00	11:12:32	04:12:32	14		13
20	Korshunov Boris	classic	M	Russia	7:00:00	11:16:03	04:16:03	15		14
61	Zyszkowska Justyna	classic	Ж	Poland	7:00:00	11:19:59	04:19:59	16	2	
22	Kolyshev Serguey	classic	M	Russia	7:00:00	11:23:25	04:23:25	17		15
6	Slastennikov Yuri	classic	M	Russia	7:00:00	11:37:36	04:37:36	18		16
46	Novak Oksana	classic	Ж	Ukraine	7:00:00	11:42:06	04:42:06	19	3	17
70	Sazonov Alexey	classic	M	Russia	7:00:00	11:43:48	04:43:48	20		17
9	Mehtiev Ruslan	classic	M	Azerbaijan	7:00:00	12:21:14	05:21:14	21		18
4	Erokhin Dmitry	classic	M	Russia	7:00:00	12:42:15	05:42:15	22		19
1	Kondratjuk Anatoly	classic	M	Russia	7:00:00	12:54:58	05:54:58	23		20
3	Kamenskih Alexander	classic	M	Russia	7:00:00	13:02:09	06:02:09	24		21
11	Bokov Vassily	classic	M	Ukraine	7:00:00	13:16:25	06:16:25	25		22

Należy podkreślić, że trasa na Elbrus to nie jest stadionowa bieżnia. Występują tu wszystkie wysokogórskie zagrożenia i zjawiska: rozrzedzone powietrze, niskie ciśnienie, mróz, huragany, zagrożenia obiektywne i subiektywne związane z poruszaniem się w terenie górskim – lodowcowym. W pogodny i spokojny dzień wyniki mogą być znacznie lepsze. O idealne warunki jednak na Elbrusie trudno. W tym roku z/w na warunki (śnieżyca, burza, zadymka u góry i deszcz na dole) start był przeniesiony z 23 na dzień następny. 24 zdołano przeprowadzić wyścig pomimo b.silnego wiatru o sile 80 km/h i mrozu.



Zdjęcie: Monika Strojny/www.speleoteam.pl

Zdjęcia wykonane w dniu zawodów na wysokości ok. 5000 m. Siła wiatru to stałe 80 km/h, w porywach do 100 km/h, na szczycie odnotowano 130 km/h. Na zdjęciu poniżej J.Lenczowski korzysta z kubka herbaty podanego przez obsługę zawodów



Wiadomość o wspaniałym wyniku i rekordzie Polaka błyskawicznie rozeszła się po dolinie Baksan, wśród miejscowych dla których Elbrus jest symbolem siły i wielkości ducha jak i w całym środowisku wspinaczkowym Rosji, Polski, Kazachstanu, Ukrainy, Europy Zach. i całego świata. Ci którzy są w stanie wbiec na Elbrus w tak fantastycznie krótkim czasie cieszą się w Rosji i na Kaukazie specjalnym respektem.



Zdjęcia: Monika Strojny/www.speleoteam.pl

Zawody opóźnione zostały o 1 dzień dlatego dekoracja odbyła się w późnych godzinach wieczornych.

Oto niektóre z medialnych nagłówków (pełne artykuły w załączeniu):

1. <http://www.risk.ru/users/pumori/13025>

„Феноменальный рекорд польского спортсмена”

2. <http://www.skisport.ru/news/index.php?news=10635>

„Elbrusrace-2010. Итоги”

3. http://www.russianclimb.com/elbrus_race_2010_results.html

„World records on Elbrus”

4. http://www.mountain.ru/article/article_display1.php?article_id=4701

“Новый рекорд скорости на Эльбрусе”

5. http://www.gazeta.ru/news/sport/2010/09/28/n_1553168.shtml

„Польский альпинист поднялся на Эльбрус за рекордное время”





*Zdjęcia: Monika Strojny/www.speleoteam.pl
Podczas aklimatyzacji i całego pobytu pod Elbrusem polski zespół był bardzo zgrany – panowała b.dobra atmosfera*



Na polskim rynku medialnym partnerem przedsięwzięcia był portal www.wspinanie.pl który odpowiadał fachowo na zapytania mediów z całego kraju i dystrybuował informacje o zawodach : <http://www.wspinanie.pl/serwis/search.pl.php?a=Search&q=elbrus+race>
O zawodach i sukcesach Polaków napisały główne tytuły prasowe: Wprost24, Rzeczpospolita, National Geographic, Dziennikpolski24, Interia.pl, Sport onet, Sport.pl, Sportrmf.pl, rmf24, Głos Rosji, salon24, Dziennik Zachodni i wszystkie portale specjalistyczne biegowe, górskie itd.
<http://www.google.pl/#q=andrzej+bargiel+elbrus&hl=pl&prmd=ivo&ei=WVakTJ-FEs3Hswbp9fCXCA&start=30&sa=N&fp=c4bc1a11b5ec90aa>.

Serwis fotograficzny i wysyłkę relacji obsługiwała na miejscu Monika Strojny z grupy Speleoteam.pl.

Udział polskiej ekipy w „Elbrus Race” był elementem przygotowań i realizacji programu „Polski Himalaizm Zimowy 2010-2015”. Polski monopol na zdobywanie ośmiotysięczników zimą został przełamany przez m.in. Kazacha Denisa Urubko (zdobył zimą Makalu w 2009 r.) – dotychczasowego posiadacza rekordu w kategorii Extreme na Elbrusie. Himalaiści Rosyjscy i Kazachscy stanowią aktualnie czołówkę światową. Konfrontacja i ich wynikami na Elbrusie miała być źródłem oceny polskich możliwości o też istotnym znaczeniu psychologicznym dla polskich ekip w wyruszających w Himalaje.

Występ na Elbrusie to też konieczność uzmysłowienia sobie jak ważnym elementem wyczynowego himalaizmu w dzisiejszych czasach jest tzw. atletyka wysokogórska (obok techniki, psychiki, doświadczenia/taktyki). [zawody na Elbrusie to nie jest alpinizm a jedynie jeden z elementów niezbędnych do sportowego wyczynu wysokogórskiego].



*Zdjęcie: Monika Strojny/www.speleoteam.pl
Andrzej Bargiel podczas sesji fot. dla swoich sponsorów. W tle szczyt Elbrusa.*

Zawody na Elbrusie dowiodły, że atletyka wysokogórska, dotąd specjalność Rosjan, Kazachów i pojedynczych indywidualności z zachodu, może być i już jest też silną polską domeną. Rosjanie nie byli w stanie wystawić tylu zawodników co Polacy w kategorii Extreme – ilość startujących była rekordowa – i co najważniejsze wszyscy ukończyli wyścig w dobrym stylu. Są wśród nich kandydaci zarówno na najbliższą wyprawę zimową jak i na wyprawy w latach następnych.

Ich dobry wynik to efekt m.in. indywidualnych programów treningowych, układanych pod kątem specyfiki dyscyplin wysokogórskich i współpracy z AWF w Katowicach im. Jerzego Kukuczki i pracy dr Zbigniewa Borka. Przygotowania do startu trwał od roku do 6 miesięcy. Cieszymy się, że dały tak dobry efekt. Sam Andrzej Bargiel – zawodnik w ski alpinizmie klubu TKN Tatra Team – trenuje od 6 lat pod okiem trenera klubowego Piotra Sadowskiego i notowany jest w pierwszej 10 najlepszych ski alpinistów świata. Jest to wspaniały dowód na to jak wiele ski alpinizm może wnieść do alpinizmu i jak bardzo uzasadnione jest istnienie tej dyscypliny w ramach PZA.

Szczegóły techniczne i organizacyjne:

Ekipa wyjechała z kraju w dniach 11 (pociąg) i 14 (samolot) września. Proces aklimatyzacji rozpoczął się 14 i 15 września i trwał aż do dnia kwalifikacji 21 września. Mając na uwadze fakt, że start w kategorii Extreme, gdzie 3 km przewyższenia do wys. Blisko 6000 m pokonuje się w zaledwie parę godzin – niesie za sobą duże ryzyko zdrowotne i inne zagrożenia – zdecydowano, że proces aklimatyzacji musi być przeprowadzony b.solidnie:

- A.Hajzer i R.Szymczak spędzili noc na samym szczycie Elbrusa w namiotach
- P.Karolczak, K.Tekieli, K.Gajdziński spędzili noc w schronie na 5300
- Andrzej Bargiel i Jan Lenczowski spali nisko, na 4000 m ale zdobyli szczyty Elbrusa przed zawodami dwukrotnie.



*Zdjęcia: [Monika Strojny/www.speleoteam.pl](http://www.speleoteam.pl)
Jeszcze jedno zdjęcie zespołu z Elbrusem w tle.*

Co do tego, który z wymienionych sposobów aklimatyzacji jest najkorzystniejszy dla startu w zawodach nauka fizjologii wysiłku czy medycyna wysokogórska nie dają jednoznacznej odpowiedzi.



*fot. [Aleksandra Szymczak](#)
Zdjęcie po lewej : aklimatyzacyjny camp na szczycie Elbrus-a . Zdjęcie po prawej : od lewej A. Hajzer i R. Szymczak na szczycie Elbrus-a.*



Zawodnicy startowali w lekkiej odzieży sportowej (bielizna termoaktywna i lekkie kurtki oddychające) i lekkich butach trailowych, w rakach aluminiowych lub typu „spike”. Jeden zawodnik miał buty oszczepnicze. Andrzej Bargiel z powodu mrozu zdecydował się nie podejmować próby ubierania raków (zgrabiące ręce) i wbiegł na ten wysoki szczyt w zwykłym miękkim obuwiu sportowym z mocnym protektorem. Z pewnością był to sprzęt i odzież w tych warunkach wyczynowy nie do zastosowania w ramach standardowych wspinaczek na tej wysokości. Z powodu dużego mrozu w butach stosowano ogrzewacze chemiczne. Zawodnicy tracili czucie w palcach u rąk – rozcieranie spowolniło tempo podbiegu. Startujący w Extreme skorzystać mogli z jednego depozytu na 3700. Startujący w Clasic nie mieli prawa do depozytów. Były 3 punkty z napojami (1 kubek herbaty na zawodnika) na Skałach Pastuchowa, na przełęczy i na szczycie. Zawodnicy mieli własne napoje na plecach w systemie Camelback i średnio po 4 żele energetyczne. Trasa była zabezpieczona medycznie i przez nestorów himalaizmu Rosyjskiego – uczestników legendarnych wypraw radzieckich na Everest 1982, Kangchenjungę 1989. Sędzią głównym był Władimir Shopin – autor pierwszego zimowego wejścia na Pik Komunizmu 1986. Legenda rosyjskiego himalaizmu Borys Korshunow pomimo zaawansowanego wieku (75 lat) (wielokrotny posiadacz tytułu śnieżnej pantery) jest ciągle w fenomenalnie doskonałej formie i po raz kolejny stratował w zawodach z bardzo dobrym efektem. Spotkanie z tymi ludźmi stanowiło dla nas cenne spotkanie z historią i jej jakością. Każdy z zawodników – pod groźbą dyskwalifikacji – był zobligowany do powrotu do schroniska na 3700 przed godziną 15.00 (względny bezpieczeństwa)

Organizatorami zawodów byli:

- firma Top Sport Travel
- Ministerstwo Sportu i Turystyki Kabardyno-Bałkari
- Związki Alpinizmu Moskwy, Petersburga, Krasnojarska, Kazachstanu, Azerbejdżanu, Kabardyno-Balkari
- Sponsorami firmy: Bask, Sivera, Fundusz Pamięci Anatolija Boukrejewa
- Partnerem medialnym portal russianclimb.com



fot. Aleksandra Szymczak

Na otwarciu zawodów od lewej: R. Gubanow, J. Żyszkowska, K. Gajdziński G. Wiercioch, P. Karolczk, A. Hajzer i legenda rosyjskiego alpinizmu oraz himalaizmu 75-letni Borys Korszunow.



Wyjazd polskiej ekipy był możliwy dzięki dotacji celowej Ministerstwa Sportu, wsparciu Polskiego Związku Alpinizmu, Fundacji Kukuczki i pracy organizacyjnej Krzysztofa Gajdzińskiego (kierownik organizacyjny). Konieczny, długi proces aklimatyzacyjny i podróż (2 dni non stop w jedną stronę) są poważnym utrudnieniem w starcie i uciążliwym elementem kosztotwórczym. Poza tym na koszt startu wpływ miały:

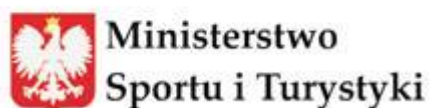
- opłaty parkowe i za zezwolenie na wejście na szczyt
- wielokrotne wjazdy (min. 5 razy) kolejką
- opłata wizowa
- wykup vouchera
- itd.

Ekipa korzystała z hotelu Wierszina w Azau – przyzwoita klasa turystyczna za dobrą cenę z możliwością odnowy biologicznej – i z noclegów na wysokości w schronach typu beczka i wagonczik w podobnej cenie.

Kierownik wyjazdu
Artur Hajzer

Sponsorzy programu  POLSKI
HIMALAIZM
ZIMOWY

Polski Himalaizm Zimowy 2010-2015



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Polski Związek
Alpinizmu
www.pza.org.pl



Patroni medialni

AGORA SA



wspinianie.pl
OD 1880 roku