

**-K**iedy i jak zaczęła się Pani kariera sportowa?

— W Elblągu, 18 lat temu. Interesowałam się wieloma dyscyplinami sportu, a szczególnie lekkoatletyką i siatkówką. W nagrodę za dobre wyniki wysłano mnie na obóz treningowy do Sopotu razem z łyżwiarzami. Trener Kazimierz Kalbarczyk, z którego wskazówek do dzisiaj korzystam, zaproponował mi wówczas podjęcie treningów w łyżwiarstwie szybkim. Początkowo byłam niechętna ciężkim treningiem, przypadek jednak sprawił, że pojechałam na mistrzostwa Polski. Wypadłam tam b. dobrze, zaliczono mnie do kadry i... tak się zaczęło.

— Jaki start w karierze przyniósł Pani największą satysfakcję?

— Takich startów było kilka. Najpierw pierwsze w życiu mistrzostwa świata, na których zajęłam IX miejsce. Później zupełnie niespodziewany srebrny medal na mistrzostwach świata w roku 1960. Jechałam wówczas w drugiej parze, wszystkie najlepsze łyżwiarki wylosowały biegi za mną. Po zakończeniu biegu przeżyłam chyba największą emocję w życiu. Ostatecznie był srebrny medal, wyprzedziła mnie jadąca w ostatniej parze zawodniczka radziecka.

— Co Pani daje uprawianie sportu?

— Ja po prostu lubię sport, wysiłek fizyczny, ruch. Zaczęłam ćwiczyć nie dla medali i rekordów, lecz dla własnej przyjemności. Dlatego też tak długo trwa moja kariera sportowa. Sportem się pasjonuję, a trening sprawia mi przyjemność. Nie mówię już o przeżyciach psychicznych, jakie łączą się z uprawianiem sportu, startami, zwycięstwami a nawet porażkami.

— Jak długo, Pani zdaniem, powinno się kontynuować karierę sportową?

— Jeśli uprawia się sport wyłącznie dla wyników, to chyba tak długo, dopóki jest się w gronie najlepszych. W moim wypadku, jak już mówiłam, jest to kwestia zamiłowania i satysfakcji płynącej z tre-

ningu i startów. Dlatego też nie mam zamiaru zakończyć już teraz swojej kariery.

— Jakie cechy, Pani zdaniem, powinien posiadać potencjalny olimpijczyk?

— Powiem krótko: pasję do swojej dyscypliny, żelazną wolę, wytrwałość celu. No i chyba tzw. talent, w sensie fizycznym, do danej sportu.

— Ma Pani syna. Czy chciałaby Pani, aby został wybitnym sportowcem?



## HELENY PILEJCZYKOWEJ

Sport dla wszystkich 8.02.1970r.

W swojej bogatej i długiej karierze sportowej ustanowiła aż 60 rekordów Polski na różnych dystansach, 11-krotnie zdobywała tytuł mistrzyni kraju w wieloboju łyżwiarstwie. Największe sukcesy odniosła w roku 1960, kiedy to zdobyła srebrny medal na mistrzostwach świata na dystansie 1000 m oraz brązowy na Igrzyskach Olimpijskich w Squaw Valley w wyścigu na 1500 m. Nasza znakomita łyżwiarka od początku swej kariery reprezentuje barwy „Olimpił” Elbląg.

— Oczywiście. Jednak nie w boksie, skokach narciarskich czy piłce nożnej, bo to jednak trochę ryzykowne sporty. Niestety, mój syn nie wykazuje specjalnych zainteresowań w tym kierunku. Owszem, biega, skacze i gra jak wszyscy jego rówieśnicy, jednak sportem specjalnie się nie interesuje. Raczej pasjonują go rysunki. Cóż, rodzinne tradycje nie zawsze zobowiązują.

— Dlaczego, Pani zdaniem, nasze łyżwiarstwo szybko tak daleko pozostało w tyle za czołową światową?

— W latach 1958—1962, kiedy byliśmy w czołówce światowej (myślę o kobietach), warunki do uprawiania łyżwiarstwa były we wszystkich krajach zbliżone. Nie było np. sztucznych torów. Systematyczny trening dawał efekty. Potem w wielu krajach stworzono dla łyżwiarstwa szybkiego znacznie lepsze warunki w sensie lodu, zaplecza, opieki lekarskiej. Zostaliśmy w tyle. Robimy co prawda z roku na rok postępy, ale nasi rywale czynią to znacznie skuteczniej.

— Jak ma Pani warunki do treningu w swoim macierzystym klubie?

— W ostatnich latach pod tym względem nastąpiła pewna poprawa. Nadal jednak są kłopoty ze sprzętem.

— Czy po zakończeniu kariery ma Pani zamiar zająć się szkoleniem młodzieży?

— Na pewno nie zerwę z łyżwiarstwem. Jestem instruktorka łyżwiarstwa, chcę przekazać swoje doświadczenia młodzieży. Myślę, że podjęcie przeze mnie pracy szkoleniowej zbiegnie się z powstaniem w Elblągu sztucznego toru. Wówczas będziemy mogli myśleć nie tylko o wychowaniu mistrzów kraju.

— Jakie perspektywy rozwojowe ma łyżwiarstwo szybkie w Polsce?

— Moim zdaniem — duże. Mamy przede wszystkim bardzo wiele utalentowanej młodzieży. Jeśli dojdą do tego warunki i systematyczna praca, to mamy szansę nawiązać walkę ze światową czołową.

— Jakie znaczenie mają w łyżwiarstwie technika jazdy i sprzęt?

— Bardzo duże, szczególnie przy wyrównanej stawce rywali. Łyżwy, sprzęt osobisty, jakość lodu — to elementy decydujące o wynikach. Podobnie jest z techniką. Bywa, że zawodniczki, czy zawodnicy świetnie przygotowani kondycyjnie nie uzyskują dobrych wyników na skutek wadliwej, nienowoczesnej techniki jazdy. Ale tę technikę, niestety, można tylko wtedy opanować, jeśli się często jeździ na lodzie.

— Rekordy świata w łyżwiarstwie są coraz bardziej wysrubowane, jednak padają zwykle na małych zawodach. Dlaczego?

— Obecnie rekordy bije się na ogół w tzw. kłoszowych warunkach, na niektórych torach, posiadających specjalne warunki atmosferyczne i lodowe. Na dużych imprezach pobicie rekordu jest b. trudne. Stawka rywali, emocje startowe i inne elementy nie pozwalają zwykle na „wybuch formy”.

— Startuje Pani już wiele lat na torach całej Europy. Czy odczuwa Pani tzw. tremę przed biegiem?

— Zawsze. Myślę zresztą, że tremę przeżywają wszyscy sportowcy. W zależności od typu psychicznego reakcje te przebiegają różnie. Ja denerwuję się bardzo, stąd też wychodzą mi zwykle najlepiej dalsze biegi, kiedy już zdążę się odprężyć psychicznie.

ROZMAWIAŁ (JAS)