

... ale nogi mnie już bolą!

Tak, tak, niezależnie od ilości przebytych kilometrów, to uczucie w końcu dopadło wszystkich uczestników.

Dziś, spoglądając z własnej perspektywy, podejmuję próbę zrelacjonowania jakże szalonego przedsięwzięcia, jakim jest **PRZEJŚCIE DOKOŁA KOTLINY JELENIOGÓRSKIEJ**.

O co chodzi?

PRZEJŚCIE DOKOŁA KOTLINY JELENIOGÓRSKIEJ to ekstremalna impreza turystyczna, polegająca na przejściu wszystkich pasm górskich otaczających Kotlinę Jeleniogórską. Trasa o długości 137 km wiedzie przez Karkonosze, Rudawy Janowickie, Góry Kaczawskie i Góry Izerskie. Tutaj pragnę zaakcentować, że dystans to tylko jedna strona medalu, druga strona również przyprawia o dreszcze, mianowicie przewyższenia. Łączna suma podejść to około 5500 m i tyle samo zejść. Możecie sobie wyobrazić drabinę o wysokości 5,5 km stojącą pionowo, a wy musicie na nią wejść i potem jeszcze zejść! Czas wyznaczony na pokonanie tej trasy to 48 godzin, bez przerw, a jedyny "środek transportu" to własne nogi. Całe wyposażenie jest niesione przez uczestników na własnych plecach.

Idea

Uważam, że relacja powinna oddać ideę, ducha i wielki trud, jakiego podjęli się organizatorzy i uczestnicy zawodów PDKJ. Postaram się przybliżyć to wielkie przedsięwzięcie biegowe, nie tylko relacjonując poszczególne odcinki, ale również to, co dzieje się jeszcze na długo przed imprezą. Ktoś zapyta, czy to ważne? Sądzę, że tak. Otóż zdarzyło mi się rozmawiać ludźmi, którzy na wieść o pokonaniu pieszo 137 km i to w górach, nie wykazali kompletnie żadnego zainteresowania czy nawet najmniejszego wzruszenia. Przechodzili koło tego faktu tak, jakby to było coś tak prostego i łatwego jak wypicie herbaty. Dlatego postaram się na własnym przykładzie pokazać tę drugą stronę. Chodzi o walkę z własnymi słabościami, kontuzjami i budowaniem formy krok po kroku. Powoli, ale z każdym treningiem coraz bliżej celu.

Cel

PRZEJŚCIE KOTLINY JELENIOGÓRSKIEJ ma pewien cel. Przede wszystkim impreza nie ma charakteru rywalizacji. Nie chodzi o to, jaki czas osiągniesz, na którym miejscu dotrzesz do mety. Masz dotrzeć do mety, to oczywiste, ale jeżeli ktoś potrzebuje pomocy, twoim nadrzędnym celem jest pomóc potrzebującemu! Osobiście nie znam organizatorów, ale staram się odczytać ideę, jaką chcą przekazać światu. Dlatego zacznę od tego, iż przejście kotliny ma imię, względnie imiona którym, poświęcony jest wyścig. Chodzi o Mateusza Hryniewiczza (22 l.) i Daniela Ważyńskiego (32 l.), którzy tragicznie zginęli na służbie, przysypani przez lawinę.

Kim byli i dlaczego dostąpili zaszczytu nazwania wyścigu ich imieniem? Byli młodymi mężczyznami, mającymi marzenia, jak wielu z nas. Ale w przeciwieństwie do większości młodych ludzi nie zrezygnowali ze spełnienia tych marzeń.

Sfera marzeń

Każdy z nas ma marzenia. Wielu z nas marzy na przykład o tym, aby zdobyć fortunę, czy może serce pięknej kobiety, albo osiągnąć jakiś spektakularny sukces sportowy. Jednak najczęściej marzenia nigdy nie przekształcają się w cel. Choćby marzenie bycia sportowcem. Większość z nas wyobraża sobie, jak wspaniale byłoby poczuć choć raz smak zwycięstwa! Jak by to było!? Móc poczuć to niesamowite uczucie wejścia na podium, aby odebrać medal, słysząc w tle Mazurka Dąbrowskiego. Smutna prawda jest taka, że tylko zaprzątamy sobie tym głowy, ale nie zrobimy kompletnie nic, co mogłoby zmienić strefę marzeń w cel! Mateusz i Daniel byli wyjątkami od tej reguły: marzenia są po to, by je spełniać!

Od myśli do czynów

Pewnego dnia, gdy będąc na służbie, Daniel Ważyński i Maciej Koziński, siedzieli w bazie GOPR, w oczekiwaniu, by w razie potrzeby ruszyć z pomocą turystom, którzy znaleźli się w tarapatkach na szlaku,

obserwowali wspaniały widok, rozciągający się od zachodu na wschód, ukazując piękno ukształtowania terenu Kotliny Jeleniogórskiej. Wtedy Daniel rzucił pomysł: „A gdyby tak przejść całą kotlinę dookoła, ciekawe, ile czasu zajęłoby przejście tego wszystkiego!” Tak zrodził się pomysł, który zaowocował pierwszym startem w 2004 roku.

Po tych wydarzeniach plan przejścia obejmował już kolejny rok. Niestety Danielowi i Mateuszowi nie było dane dożyć do kolejnego przejścia kotliny, gdyż obaj tragicznie zginęli w lawinie w 8 lutego 2005, która pochłonęła ich, grzebiąc pod tonami śniegu, nie pogrzebała jednak idei.

Pomysł przetrwał, a dzięki temu imiona chłopaków odcisną piętno na każdym uczestniku, niosąc przesłanie o trudach i niebezpieczeństwach służby dla innych. Dostrzegam również ukryty cel całego przedsięwzięcia, jakim jest uświadomienie ludziom, jak trudna jest praca GOPR-owców, a także zachęcenie, by korzystali z tego dziedzictwa przyrody, co łącznie sprawia, że stajemy się pod każdym względem lepszymi ludźmi. Sam fakt ubolewania trzymającego w ręku mikrofon Macieja Kozińskiego, który był głównym prowadzącym zawody, że TYLKO 500 osób może uczestniczyć w wyścigu, jest wołaniem do jak najszerzej rzeszy ludzi. Może ktoś powie, że te rzeczy są oczywiste i nie ma potrzeby o tym mówić. Sam byłem wielce zaskoczony, jak Maciej mówił o obowiązujących zasadach, zastrzegając, że nie zostawiamy w górach śmieci, nie zostawiamy znaków wymalowanych sprayem, tym bardziej na prywatnych budynkach, znajdujących się wzdłuż trasy. Pomyślałem: Jak to? Po co on mówi o takich rzeczach? Przecież to jest reguła każdemu znana. Jednak to, czego doświadczyliśmy na szlaku, ta ilość spotykanych śmieci, przekonała mnie, jak bardzo ludzie są nieuświadomieni.

Relacja

Relacja będzie podzielona na dwie części. Pierwszą od startu do połowy przejścia piszę ja, Tomasz. Druga, będąca zapisem wydarzeń od połowy przejścia do samej mety, jest autorstwa mojego współtowarzysza podróży, wujka Jerzego, który bardziej znany jest pod ksywką „Irzi”.

Część I - TOMASZ

Przed startem

Cała impreza rozpoczyna się już w czwartek w Szałasie Żywieckim, przy dolnej stacji wyciągu na Szrenicę w Szklarskiej Porębie, gdzie następuje rejestracja uczestników. Ja, jako jeden z 500 startujących, przybywam do szałasu już dzień wcześniej, aby odebrać swój pakiet startowy. Panująca atmosfera, wywołana wysokim napięciem przedstartowym, jest tak niesamowita i niepowtarzalna, że trudno to w ogóle opisać. Okazuje się, że te emocje nie pozwalają Ci zasnąć, a to przed takim startem może się źle skończyć. Dlatego już na tym etapie siła twojego charakteru może pozwolić ci ujarzmić emocje na tyle, żeby spokojnie zasnąć i wypocząć.

11:55

Na 5 minut przed startem, gdy wszystko wydaje się być dopięte na ostatni guzik, humory dopisują, wszyscy tryskają energią i już się palą, aby wyruszyć. Prowadzący, Maciej Koziński, prosi wszystkich o minutę ciszy, aby upamiętnić wspomnianych wcześniej kolegów, Daniela i Mateusza.

3,2,1 i START

Ekipa ruszyła. Niby wszyscy idą razem, ale już w trakcie pokonywania pierwszego kilometra grupa zaczyna się rozciągać. Już od pierwszego kilometra trzeba mieć na wodzy szybkość i moc. Wiadomo, na początku akumulatory naładowane są do pełna, mocy nie brakuje, ale musi jej wystarczyć na 137 km! I tutaj bardzo łatwo przeholować. Początek trasy zdaje się być najbardziej zdradliwy. Wszystko rozpoczyna się na wysokości 705 m n.p.m. Świeży organizm i entuzjazm pcha do przodu, ale pierwsze 10 km to około 785 m przewyższenia, gdzie trasa pnie się ciągle pod górę. Kolejnym etapem jest Śnieżka, 1603 m n.p.m. Przypomnę tylko, że deniwelacja Śnieżki to 1203 m, co czyni ją najwybitniejszym szczytem w Polsce.

Pogoda

Delikatnie rzecz ujmując, pogoda uczestników nie rozpieszczała. Dokuczał nam deszcz, przy takim dystansie destrukcyjny dla stóp, i mgła, pozwalająca tylko momentami podziwiać wspaniałe widoki.

Dla mnie osobiście najgorsze są zmiany pogody, a w szczególności opady. Jeśli pada, to jeszcze nie ma tragedii. Jeśli człowiek jest dobrze przygotowany to zarzuca pelerynę, skarpety z membraną lub inne „wynałazki” i naprzód. Najtrudniejsza jest zmienność aury i opadów. Taki właśnie zmienny scenariusz nam towarzyszył. Dlatego już podczas pierwszego postoju, w schronisku Dom Śląski, usytuowanym na 25 kilometrze, gdzie zatrzymaliśmy się, żeby załatwić to i tamto, widziałem u niektórych napęczniałe odciski na stopach, dające się we znaki zawodnikom, desperacko próbującym je osuszyć i schować w suchej skarpecie, liczącym na to, że do szczytu Śnieżki już tylko kawałek, a potem „już będzie z górki”.

No właśnie, większość ludzi wyobraża sobie, że zejście będzie łatwiejsze. Niewątpliwie lżejsze jest dla organizmu, lecz dla stawów, szczególnie kolanowych, jest wręcz zabójcze. W moim przypadku zbieganie ze Śnieżki nie było aż tak dokuczliwe, wszakże pierwsze 30 km to zaledwie początek trasy. Dlatego co niektórzy zbiegali drobnymi kroczkami w dół. Ja również należę do tej kategorii ludzi, którzy podczas zejścia wolą zbiegać. Paradoksalnie przy zejściu w dół bieg drobnym kroczkiem mniej obciąża stawy w porównaniu do długich kroków stawianych z bardzo ciężkim przytupem.

Kolejne etapy ze względu na pogodę wydają się dość monotonne ze względu na warunki pogodowe i stosunkowo małą widoczność.

Pierwszy kryzys

Mnie pierwszy kryzys dopadł na 50 kilometrze podczas podejścia na Wołek, 878 m n.p.m. Przyczyną nie był brak mocy, ale pierwsze sygnały pochodzące z kolana, które wskazywały na powracającą kontuzję. Nie wiem, ile człowiek byłby w stanie przejść, gdyby nie kontuzje. Zdaje się, że w większości przypadków problemem nie jest brak mocy czy brak snu, ale wspomniane kontuzje. Większość uczestników, z którymi miałem okazję rozmawiać, rezygnowała właśnie z powodu kontuzji.

Pamiętam te chwile

Przemierzaliśmy w całkowitej ciemności i deszczu góry i doliny. Okazało się, że mimo, iż dawno przestało już padać, ty tego w ogóle nie zauważasz. Pamiętam Irlzego, mojego kompana, który nagle krzyknął: „Łał, Tomasz! Zobacz, jakie niebo!” Tak, tak... dla miłośnika astronomii w takim momencie zobaczyć rój gwiazd na bezchmurnym i czarnym niebie, to jak spotkanie z najbliższą rodziną.

Walka

Walka rozpoczęła się mniej więcej w połowie przejścia. Narastające zmęczenie, brak snu, deszcz, mgła, nocna wędrówka, gdzie nie widać człowieka kroczącego metr przed tobą, powoduje, że zaczynasz się czuć jak dryfująca łódka na środku morza. Podczas nocnej wędrówki nie słychać już rozmów i śmiechów, a entuzjazm też został gdzieś daleko za plecami. Żele i batony energetyczne tracą smak i zaczynasz marzyć o punkcie żywnościowym zastanawiać się, co ci kelnerzy podadzą. Na pewno będzie dużo ziemniaków, względnie makaron, czujesz, że potrzebujesz węglowodanów, no i wielki kotlet z zestawem surówek, mniem, mniem. Ależ będzie uczt! Patrzysz na mapę i cieszysz się jak dziecko, bo to zaledwie jeszcze kawałeczek, 5 kilometrów. Człowiek nabiera otuchy i ciśnie na przód. Wszak jest osioł, jest i marchewka! Zapytacie, dlaczego? Otóż, docierasz na upragniony punkt żywnościowy, a tu, zamiast ziemniaczków i kotleta z surówkami, czeka na ciebie maleńka miseczka zupki pomidorowej z ryżem! Byłem tak bardzo rozczarowany, że nie pamiętam, czy było coś jeszcze do wyboru. Na dodatek widok wsiadających do busa kolejnych uczestników, którzy poddali się rezygnując z dalszego przejścia, nie napawało optymizmem.

Byłem zły, ale podziękowałem Bogu za posiłek, (organizatorom też baaaardzo dziękuję 😊) i natychmiast postanowiliśmy z Irlzim, ruszyć w dalszą drogę, żeby jak najszybciej oddalić się od nęcących zapachów

pomidorówki, która w rzeczy samej była przepyszna. Może ktoś z was ma bardziej wyczulone podniebienie, jednak myślę sobie, że nie jestem kanapowym pieskiem i wszystko zwykle bardzo mi smakuje, szczególnie gdy jestem głodny.

Dobrze, nie ma się co załamywać, to dopiero 60 kilometr.

Kolejny etap z Janowic przez Różankę i Przełęcz Radomierską był dla mnie naprawdę walką. Pamiętam asfalt, asfalt i znów niekończący się asfalt. Patrzysz na mapę i do połowy przejścia pozostaje jeszcze 8 km i tym razem twoje myśli dążą do „Stajni Avista”, knajpy zlokalizowanej gdzieś w okolicach połowy przejścia na Łysej Górze. Moje prawe kolano coraz bardziej zaczyna mi doskwierać, ale staram się nad tym panować. Jednak słabo mi to wychodzi, gdyż moje tempo spadło niemal do zera. Gdy poważnie już utykając, ledwo dotarłem do punktu kontrolnego nr 5, na 66 kilometrze, na Przełęczy Komarnickiej, myślałem, że to będzie już koniec, że poddam się. Tam rozstałem się z Irzim i załamany usiadłem na dłuższą chwilę. Był sobotni poranek. Na szczęście pogoda momentami napawała już optymizmem. Gdy przybyłem na punkt, były może już 3 osoby. Siedząc tak i rozmyślając, jak zmusić kolano do posłuszeństwa, zauważyłem, że w ciągu kilkunastu minut ludzi przybyło. Pomyślałem sobie, że może nie jest tak źle i jednak nie jestem na samym końcu. Nie byłem znużony, sen ani siły fizyczne nie były problemem, więc zmusiłem się, żeby wstać i iść dalej. O dziwo, te kilka minut pierwszego odpoczynku, pozwoliły mi iść dalej bez wyraźnego utykania. Z tego powodu dostałem prawdziwy strzał dopaminy. Nagle poczułem radość, która pomogła mi odzyskać wiarę w osiągnięcie celu. Idąc dalej, znów na myśl wróciła „Stajnia Avista” i pyszny obiad. Niestety i tym razem był osioł i była marchewka. Okazało się, że knajpa jest zamknięta! I chociaż miałem wystarczającą ilość prowiantu w plecaku, to dałem się ponieść fantazji. Zupełnie niepotrzebnie! Gdybym nie marzył o głupotach, nie czułbym rozczarowania! Niby takie proste, ale to właśnie silny charakter ustrzeże cię przed rozczarowaniem, co zwykle skutecznie obniża poziom motywacji. Odpocząłem kilka minut i ruszyłem w dalszą drogę. Niestety z Łysej Góry jest „łatwa droga”, droga w dół. Okazuje się, że drogę pod górę, znosiłem całkiem dobrze, natomiast zejście stało się nie do pokonania. Kilkakrotnie zawracałem, gdyż pod górę było dobrze. W końcu ból kolan zwyciężył, poddałem się po około 80 paru kilometrach, wracając na Łysą Górę, gdzie organizowany był punkt transportu.

Część II - Irzi

Prawdziwa walka

Prawdziwa walka zaczyna się po 80 kilometrze, wtedy już „widać koniec”, jest „z górki”.

Na górze Szybowcowej, 87 kilometr, postanowiłem zjeść prawdziwy obiad. Wiąże się to z dłuższą przerwą, ale jest bardzo korzystne dla ogólnej kondycji organizmu. Dalej nie robiłem już żadnych przerw, nawet jadłem i piłem w trakcie marszu. Szkoda mi było czasu na przerwy, ponieważ im dłużej jesteś na trasie tym więcej problemów może się pojawić. Poza tym nie chciałem robić przerwy na sen.

Od Jeżowa Sudeckiego, 90 kilometr, było około 25 kilometrów względnego odpoczynku, teren był tylko lekko pofałdowany. Gorzej, że nie było miejscami szlaku i trzeba było bardzo uważać na mapę, żeby się nie zgubić. Oczywiście nie udało mi się to i między Goduszynem a Wojcieszycami zgubiłem się i musiałem użyć kompasu. Szedłem kilka kilometrów na azymut po lesie pokonując krzaczory i kolejne wąwozy. W końcu odnalazłem szlak turystyczny. W Wojcieszycach dołączyłem do kilku uczestników przejścia i szedłem z nimi aż na Wysoki Kamień. Za Górzyńcem, 111 kilometr, zaczęło się siedmiokilometrowe podejście na Wysoki Kamień, 600 m przewyższenia. Tam zaczął się odcinek, który dobrze znam z wypadów na biegówki. Tam też zaczęło się ściemniać i spadła temperatura, czyli przede mną kolejna noc. W Jakuszycach, 128 kilometr, było już zupełnie ciemno i zacząłem mieć problemy ze wzrokiem i błędniakiem. Szedłem jak w gorączce, niewyraźnie widząc drogę przed sobą, która zaczęła mi się rozmywać. Stawiałem stopy na oślep i zasypiałem na stojąco. Ledwo zauważyłem zejście z Przedziału na metę. Ten odcinek był koszmar. Bardzo trudne technicznie zejście po kamienistej, niby drodze, pełnej wybojów i porzrzucanych głązów. Ale w końcu jest, upragniona droga na

Kamieńczyk, a stąd już tylko „rzut beretem”, no i jest, META! Minęło 36 godzin i 7 minut od startu. Jestem szczęśliwy, ale marzę tylko o kąpieli i położeniu się spać.

Podsumowanie

Po upływie 48 godzin od startu limit czasu się zakończył i tym samym PRZEJŚCIE DOOKOŁA KOTLINY JELENOGÓRSKIEJ dobiegło końca. Ależ zadowolenie, ależ radość, móc zobaczyć na mecie tak wielu uczestników, którym się udało, którym możesz uścisnąć dłoń, chcąc w ten sposób wyrazić szacunek i gratulacje. Jest to niesamowity motywator do dalszej pracy. Chociaż sam nie dotarłem do mety, wiem, że było warto spróbować! Może popełniłem kilka błędów, ale chcę to traktować jak cenną lekcję na przyszłość. Ten nie popełnia błędów, kto nic nie robi, więc im więcej ich popełniłeś, tym więcej na tych lekcjach skorzystasz. Pamiętaj, że w życiu nie chodzi o te wielkie rzeczy, które chciałbyś osiągnąć, ale o te małe, które udało Ci się zdobyć!

Wielkie podziękowania dla Prowadzącego Macieja Kozińskiego i pozostałych organizatorów. Również dla wszystkich zaangażowanych, czy to na punktach kontrolnych, czy tych wszystkich, których nie było widać, a bez nich zawody nie mogłyby się odbyć. Nie zabrakło też sponsorów, chociaż tych nigdy za dużo, dzięki którym było możliwe chociażby rozdanie dodatkowych nagród.

Od tej pory zawsze, patrząc na służbę GOPR-owców, miejmy w pamięci ich trud i, jak pokazują te zawody, niejednokrotnie najwyższą cenę, jaką może ponieść człowiek w służbie dla innych.

Ku pamięci, Daniela i Mateusza

*Może... – w cieniu doliny poczuli JEJ chłód
i wjechali na szczyt, by bliżej Pana
być bezpiecznymi? ...*

*Może... – skąpani w słońcu na szczycie ponad Małym Stawem
usłyszeli JEJ szept – i pomknęli w dół, by zagłuszyć go
szumem wiatru? ...*

*Może... – widząc JA na dole przy drodze
chcieli się ukryć w dyżurce – pośród tych,
co jeszcze nie dziś? ...*

Czekała na nich.

Po nich przyszła

(autor nieznany)

Autorzy relacji:

Tomasz Rać i Jerzy Ścibisz