

Władysław Kozakiewicz - Bądź kozakiem i dbaj o siebie

26.07.2016.

CHOSZCZNO. Wczoraj w sali lustrzanej

Choszczeńskiego Domu Kultury mistrz olimpijski WŁADYSŁAW KOZAKIEWICZ udowadniał seniorom, że regularne ćwiczenia wykonywane nawet w fotelu przed telewizorem, w zdecydowany sposób poprawia ich kondycję. – Nawet niewielka aktywność wzmocni mięśnie i rozrusza stawy – pokazywał jak to robić i zachęcał do lektury książki „Bądź kozakiem i dbaj o siebie”..

Mistrz olimpijski WŁADYSŁAW KOZAKIEWICZ trafił do Choszczna na zaproszenie Oddziału Rejonowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Choszcznie. Okazuje się, że jest on twarzą projektu zatytułowanego „Bądź w olimpijskiej formie”, który od kilku już lat propaguje aktywność fizyczną wśród seniorów powyżej 60 lat, a realizowany jest w ramach „Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020”.

Ci, którzy w tym dniu przyszedli na spotkanie z mistrzem, raczej nie spodziewali się, że w tak prosty i łatwy sposób, sami możemy sobie pomóc. Autor słynnego wała udowodnił, że nawet pomiędzy jednym, a drugim łykiem kawy, możemy wykonać szereg ćwiczeń, które w efekcie ułatwią codzienne życie. Okazuje się, że jak się wie, jak to zrobić, to nawet zwykłe stanie przy desce do prasowania może być zdecydowanie przyjemniejsze. Takich wzorów przytaczał dużo, ale najwięcej z tego spotkania wynieśli ci, którzy wrócili do domu z książką „Bądź kozakiem i dbaj o siebie”. Polecamy ją nawet tym, którzy nie myślą o jakimkolwiek ćwiczeniu, bo jej autor DAMIAN BĄBOL, cytując Kozakiewicza wręcz obnaża naszą niechęć do wszelkiego rodzaju ruchu. Np. przeczytamy tam, że nasi naukowcy zbadali, że przeciętna współczesna dziewczynka dystans 600 metrów pokonuje o minutę wolniej niż jej matka, gdy była w jej wieku. Kiedyś dziewczęta w podstawówce skakały w dal ponad cztery metry, a dzisiaj o metr bliżej…

W drugiej odsłonie tego spotkania W. Kozakiewicz promował książkę „Nie mówcie mi jak mam żyć”. Na okładce biografii, którą napisał MICHAŁ POL widnieje zdjęcie naszego bohatera, oczywiście wykonującego legendarny już „gest Kozakiewicza”. Sam mistrz wcale się nie dziwił, że także w Choszcznie najczęściej pytano go, o to, komu tak naprawdę na olimpiadzie w Moskwie pokazał polskiego wała. – Po powrocie do Polski nie mogłem spokojnie przejść ulicą, żeby ktoś nie podszedł do mnie, nie uściśnął mi ręki, nie wziął mnie w ramiona. Ludzie od razu dorobili sobie do mojego gestu głęboką ideologię – zapewniał, że wówczas myślał tylko o wrogim nastawieniu publiczności. Przypomniawszy, że to chyba jedyny przypadek w historii światowej lekkiej atletyki, kiedy to wygwizdano sportowca, który w tym dniu, dwukrotnie pobił rekord świata. O tym, że starszym pokoleniom to wydarzenie na stałe utkwilo w pamięci przekonywał CZESŁAW MAŁYCHA. – Byłem w tym czasie w Leningradzie i założyłem się z dwoma Rosjanami, że wygra Kozakiewicz – zapewniał, że doskonale pamięta emocje towarzyszące tamtemu wydarzeniu. W kolejce po autograf stanęła ELŻBIETA DREWICZ, która przyniosła ze sobą książkę zatytułowaną „1000 olimpijczyków – mistrzowie olimpiad letnich i zimowych”. Tu kolejne zaskoczenie, bo okazuje się, że na jej okładce znajduje się zdjęcie W. Kozakiewicza, podczas gdy wewnątrz…, nie ma o nim ani słowa. Te i inne przypadki z jego życia sportowego oraz prywatnego komentuje w opisywanej biografii. Dodajmy, że dziś W. Kozakiewicz mieszka w Niemczech, gdzie wspólnie z żoną prowadzą klinikę rehabilitacyjną, uczy również wychowania fizycznego.

Tadeusz Krawiec

{gallery}kozakiewicz_2016{/gallery}