**Relacja za 2016 rok**

Sekcja Biegów Górskich, którą powołaliśmy w marcu 2017 roku, przy klubie Mafia Team Lubliniec, skierowana jest przede wszystkim do miłośników biegania w górach, którzy lubią góry, lubią wysiłek. Bieganie w górach jest w pewien sposób bieganiem ekstremalnym, gdyż wysiłek w to wkładany jest nieporównywalnie większy od biegania "po płaskim". Ponadto jest to bieganie w trudnym terenie, po ścieżkach i bezdrożach, po kamieniach, skałach i korzeniach, a także na znacznie większych wysokościach nad poziomem morza. Bieganie w górach poprawia wydatnie wydolność organizmu.

Jak wspomniałem na wstępie sekcje powołaliśmy w tym roku, lecz wspólne wyjazdy na treningi i zawody jako Mafia, rozpoczęliśmy już w 2016 roku.

Co prawda wielu z nas wcześniej już startowało w zawodach rozgrywanych w górach, lecz za dzień debiutu przyjmujemy 22 maja 2016 roku.

W tym dniu Leszek Swoboda, Krzysiek Wysota i ja pokonaliśmy w upalnej pogodzie 40 km w Beskidzie Śląskim.

W 2016 roku jeszcze 3 razy robiliśmy wypad w góry na trening i zawsze był to Beskid Śląski, okolice Ustronia i Brennej. Do naszej trójki na wyjazdy dołączali inni klubowicze: Sebastian Kaczmarczyk, Marcin Trzepizur, Marcin Grabiński, Marek Kapela.

W zawodach w biegach górskich startowaliśmy jednak częściej, bo aż 13 razy w tym jeden raz za granicą. Zaliczyliśmy 24 osobostarty. Debiut zagraniczny- Perun SkyMarathon w Czechach. Debiutowaliśmy również po raz pierwszy w Mistrzostwach Polski w biegach górskich w Międzygórzu.

Najczęściej w zawodach startowali: Marek Grund (7x), Kazik Kordziński (6x), Leszek Swoboda (3x), Krzyś Wysota (2x), Sebastian Kaczmarczyk (2x) i jeden raz Monika Tol.

Trzy razy barwy klubowe reprezentował członek honorowy naszego klubu Andrzej Zyskowski, który raz zawody wygrał i raz był drugi.

Nie udało nam się jeszcze w tym roku potrenować w górach, ale już w lutym Marek Grund i Kamil Tol zaliczyli start w Zimowym Pólmaratonie Gór Stołowych.

Mam nadzieję że w tym roku tych startów będzie więcej. Więcej osób zechce się z nami wybierać na górskie treningi.

Jeżeli chodzi o Koronę Gór Polskich to w zeszłym roku nasi zawodnicy zdobyli:

Śnieżkę (1602), Śnieżnik Kłodzki (1425), Radziejową (1262), Szczeliniec Wielki (919).

Plany startowe na ten rok;

Perun SkyMarathon, MP w Międzygórzu, Chyża Durbaszka, Biegi 7 Dolin w Krynicy, Półmaraton Wiślański, Maraton i Półmaraton Karkonoski, a także inne biegi górskie.

Więcej o naszych górskich startach w zakładce <WYNIKI> /kolor zielony/ na stronie www.mafiateam.pl/wyniki/starty-2016r

Kazimierz Kordziński