



Z przyjemnością informujemy, że nasz instruktor dr Jacek Polechoński zdobył trzy złote medale podczas Otwartych Mistrzostw Polski w Kettlebell BOLT Standard (odmiana giriewoj sport) zorganizowanych 15 czerwca w Gdańsku przez International Kettlebell Lifting Federation przy współdziałaniu Polskiego Stowarzyszenia Kettlebell i Fitness. W swojej kategorii wiekowej i wagowej wygrał w trzech konkurencjach: półrwaniu oburącz (ciężar odważników – 32 kg, 139 powtórzeń), rwaniu jednorącz (ciężar odważnika – 24 kg, 216 powtórzeń) i długim cyklu jednorącz (ciężar odważnika – 28 kg, 120 powtórzeń).

Niewtajemniczonych informujemy, że każda z konkurencji trwa 10 min. W tym czasie należy jak najwięcej razy unieść w górę nad głowę (wyrwać, podrzucić) odważniki kulowe (kettlebells). Wszystkie konkurencje rozgrywane są w ciągu jednego dnia.

Dodatkowym sukcesem zawodniczym dr Jacka Polechońskiego było pokonanie w dwóch konkurencjach (rwaniu i długi cykl jednorącz) aktualnego wicemistrza świata w giriewoj sporcie Rosjanina Alekseja Dornhofa. Obaj zawodnicy startowali w tej samej kategorii wiekowej i wagowej.

Warto nadmienić, że Mistrzostwa Polski były eliminacjami do mających się odbyć 31 sierpnia 2014 w Gdańsku Mistrzostw Europy w Kettlebell BOLT organizacji International Kettlebell Lifting Federation.