



Terytorials z Iławy Kacper Białek „wycisnął” 2. miejsce na Mistrzostwach Europy w Trójbój Siłowym!

data aktualizacji: 2023.03.28



Kapral Kacper Białek z Iławy, żołnierz 42. Batalionu Lekkiej Piechoty w Morągu „wycisnął” 2. miejsce w Bench Press RAW, zdobywając tym samym tytuł wicemistrza Europy w kategorii wiekowej do 23 lat. Siłacz z Iławy zajął także 1. miejsce w kategorii Służb Mundurowych MPF (military, police, fire fighter).

W wojsku, jako dowódca drużyny, jest przygotowany do działania w różnych, często nietypowych i skomplikowanych sytuacjach. Upór, motywacja, ciężka praca, szereg wyrzeczeń i wyzwania, jakie podejmuje, sprawiają, że codziennie jest silniejszy. Nie tylko w wojsku, ale i na pomoście. Rywalizację w wyciskaniu sztangi oraz działania podczas służby wojskowej określa jako kształtowanie cech charakteru, przełamywanie własnych barier i ograniczeń, a także wyrabianie odporności na stres. Wie, że zarówno żołnierzem, jak i siłaczem się nie rodzi, a staje. Podczas treningu i służby działa szybko, ale precyzyjnie.

Na służbie dynamiczny, skuteczny i maksymalnie skupiony. W sporcie chce piąć się w górę, rywalizować z najlepszymi, podnosić największe ciężary. Podnosi swoje mentalne granice po to, by móc podnosić coraz większe ciężary fizyczne.

Mistrzostwa Europy w Trójbój Siłowym w ramach Pucharu Świata Federacji XPC (Xtreme Powerlifting Coalition) odbyły się ponownie w Siedlcach. W poprzedniej edycji kpr. Kacper Białek zajął 1. miejsce w swojej kategorii wagowej oraz 1. miejsce w kategorii junior MPF. Tegoroczne mistrzostwa, w kategorii Bench Press RAW, zakończył na 2. miejscu, wyciskając 190 kg.

- Rok temu w kwietniu udało mi się wycisnąć 165 kg, nie spodziewałem się takiego progresu. Zawdzięczam to mojemu trenerowi Jakubowi Pączkowskiemu - bez niego bym tego nie osiągnął.

Dziękując trenerowi za przygotowanie i przyjacielskie wsparcie, podzielił się radą dla wszystkich, którzy chcą rozpocząć przygodę ze sportem:

Jeżeli decydujecie się na współpracę z trenerem - słuchajcie się go.

O tym, jak ważne jest wsparcie, nie tylko trenera, przekonał się podczas zawodów:

Dziękuję obecnym osobom za osobiste wsparcie, szczególnie żołnierzom 42. Batalionu Lekkiej Piechoty w Morągu, z którymi służę.

O drugim i ostatnim starcie w tym roku powiedział:

Cel zrealizowany w 100%. Tym akcentem kończę sport siłowy w tym roku, czas przywrócić kondycję i mobilność, ale spokojnie, wrócę silniejszy.





Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/70487-terytorials-z-ilawy-kacper-bialek-wycisnal-2-miejsce-na-mistrzostwach-euro-py-w-trojboju-silowym>