



MMA. Wygrana Damiana Kowalskiego na NFN! A młodzież z Arrachiona była na mistrzostwach Polski [ZDJĘCIA]

data aktualizacji: 2026.03.29



- To był bardzo fajny dzień dla naszego klubu. Od rana nasi młodzi zawodnicy walczyli dzielnie podczas Mistrzostw Polski, które odbywały się w Warszawie, natomiast wieczorem dużo bardziej doświadczeni fighterzy startowali w gali NFN w Nowym Mieście Lub. Jeszcze kilka lat i ci młodszy pójdą drogą tych starszych, właściwie już idą - tak sobotę 28 marca 2026 podsumowuje w rozmowie z nami Dawid Tarasiewicz, założyciel i główny trener MMA w ławskiej sekcji Arrachiona.

W sobotni wieczór w hali nowomiejskiego **OSiR** odbyła się kolejna gala lokalnej (ale już chyba coraz bardziej znanej w kraju) federacji **NFN**. Wśród pojedynków w różnych formułach, nie tylko w mieszanych sztukach walki, były trzy z udziałem zawodników trenujących na co dzień w **Arrachionie Iława**. To trenujący na stałe **Damian Kowalski i Krystian Sikorski** oraz przygotowujący się w klubie z ul. Sienkiewicza specjalnie do wczorajszego pojedynku **Paweł Kendzierski**.

Zdecydowanie najlepiej z tej trójki spisał się ławianin Damian Kowalski.

"Damiano" zrealizował plan numer „3”



Obóz Damiana Kowalskiego (pierwszy z lewej) tuż po wczorajszej, wygranej walce (fot. Arrachion Hawa)

W jednej z pierwszych walk gali **Nowomieszczenie Fight Night**, Kowalski pojedynkował się z **Niko Gogua** (**Ankos MMA Poznań**), limit wagowy wynosił **77 kg**. Pojedynek ten był zapowiadany jako rywalizacja preferującego zapasy Gruzina z lubiącym zwłaszcza techniki brazylijskiego jiu-jitsu Polakiem.

- Mieliliśmy przygotowane trzy etapy, fazy, plany na tę walkę.

Pierwsza zakładała walkę w stójce, okopywanie przez Damiana nóg przeciwnika oraz wyprowadzanie kopnięć na głowę. **Druga** zakładała, że Niko będzie próbował przewrócić Damiana na matę, jednak nasz zawodnik miał wówczas uciekać z tej pułapki i wracać do pionu

- relacjonuje **Dawid Tarasiewicz**.

- Trzeci scenariusz - i właśnie on się zrealizował - mówił o tym, że w momencie, gdy przeciwnik sprowadzi Damiana do parteru i będzie próbował technik zapaśniczych, to nasz fighter nie ucieka na siłę z tej pozycji, tylko cierpliwie czeka. A tak się

składa, że "Damiano" **potrafi znakomicie wykorzystać takie sytuacje**, bowiem jest specjalistą w wyłapywaniu lewej ręki rywala pod prawą pachą i w ten sposób **przechodzi do zakładania trójkąta w parterze**.

Jeśli Damian zaczyna wykonywać ten manewr, to rywal już musi się bać. Ja, widząc, że nasz zawodnik wykonuje wszystko bardzo dobrze, byłem już pewny, że rywal odklepie, a Damian wygra. I tak też się stało

- mówi trener zawodniczek i zawodników Arrachiona Iława.

~~galeriaspc~~11467~~

Jako drugi z iławskiego obozu walczył **Krystian Sikorski**, który pochodzi właśnie z Nowego Miasta Lub., jednak od jakiegoś już czasu mieszka w Iławie i trenuje w klubie, którego siedziba zlokalizowana jest dosłownie nad brzegiem Jezioraka.

Krystian pojedynkował się z **Tomaszem Manikowskim**, również w formule MMA (-110 kg). Ostatecznie na punkty wygrał zawodnik reprezentujący barwy **Furii Bytów**.

- To była bardzo bliska walka, jeśli chodzi o punkty i werdykt końcowy. Pierwsza runda dla Tomka Manikowskiego, druga dla naszego zawodnika, a trzecia była najbardziej wyrównana. I właśnie **w ostatniej fazie pojedynku pojawiła się szansa na przechylenie szali zwycięstwa na naszą korzyść, jednak Krystianowi zabrakło sił.** Tu trzeba wyjaśnić, że nie był w stanie w pełni przepracować okresu przygotowań, stąd ten brak mocy na koniec walki

- zauważa Tarasiewicz.

Najmniej przewidywalny charakter i jednocześnie **najbardziej żywiołowy** był pojedynek Pawła Kendziorskiego z **Damianem Klawą**. Obowiązywała formuła **boksu w małych rękawicach (-115 kg)**.

- Tu wygrały emocje i chęć odniesienia jak najszybszego zwycięstwa, mówię to zwłaszcza w

kontekście trenującego m.in. w naszym klubie Pawła.
Ostatecznie, w tym żywiele lepiej odnalazł się **Damian Kława**

- mówi szkoleniowiec.

Bemowo, czyli zbieranie niezbędnych szlifów



Igor Chomka z Arrachiona Hawa na najniższym stopniu podium Mistrzostw Polski w MMA (fot. Arrachion Hawa)

Kiedy fighterzy Arrachiona sposobili się do wieczornych walk, to w tym czasie na warszawskim Bemowie młodzież z Hawy startowała w **Mistrzostwach Polski w MMA**.

- Ten dzień jest bardzo udany dla naszego klubu

choćby pod tym względem, że spina się klamra wiekowa: starsi, dużo bardziej doświadczeni walczą na gali NFN, natomiast nasza młodzież, które **chce iść śladem starszych**, bierze udział w Mistrzostwach Polski i zbiera niezbędne szlify. Szybciej niż później część z nich sama zacznie walczyć półzawodowo lub może nawet zawodowo. **Na to liczymy, po to trenujemy**

- ocenia Dawid Tarasiewicz.

Arrachion zdobył w Warszawie **dwa medale: Igor Chomka** (turniej Pierwszego Kroku junior, 18-21 lat - 70 kg) - **brąz, Wojciech Czubiński** (MMA full contact - 84 kg) - **złoto**. Ławski klub dzielnie reprezentowali także: **Igor Makowski, Kacper Sękowski, Jakub Kowalewski, Cezary Kowalkowski, Dominik Taranowski, Kamil Sajkowski**.

» A już wkrótce pierwsza zawodowa walka kolejnego reprezentanta Arrachiona Ława, **Łukasza Makowskiego**! Rosły, ale bardzo sprawny przy wzroście ponad 2 metrów (!) fighter, który ma na koncie medale Mistrzostw Świata i Mistrzostw Europy w amatorskim MMA, leci do Szwajcarii, gdzie podczas gali „Lions 12” w Neuchatel powalczy z **Eltonem Rochą**.

zico

kontakt@infoilawa.pl

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/81336-mma-wygrana-damiana-kowalskiego-na-nfn-a-mlodziez-z-arrachiona-byla-na-mistrzostwach-polski-zdjecia>