

Witamy was już w 21 numerze naszej szkolnej gazetki " Byle do dzwonnka" a w nim:

- => Tego się słucha czyli najnowsza playlista :D
- => Recenzje ciekawych książek i filmów
- => Wycieczki szkolne - Czy warto na nie jeździć?
- =>Targi Edukacyjne 2013 - gimnazjaliści podejmują ważną decyzję życiową...
- =>Taniec jedną z pasji życiowych

Dla zabicia nudy... - ciekawostki z dziedziny nauki :)

USA szkoli ludzi na wypadek ataku zombi! Studenci epidemiologii przeprowadzili na Uniwersytecie Michigan w USA ćwiczenia na wypadek ataku zombie. Symulacja miała na celu przygotowanie się na wypadek nawet najbardziej nieprzewidywalnych zagrożeń i katastrof.

Pingwiny i walenie wyewoluowały pod wpływem ochłodzenia klimatu! Pojawienie się czapy lodowej w Antarktyce przed 30 mln lat wpłynęło w zdecydowany sposób na ewolucję pingwinów i waleń informują naukowcy na łamach tygodnika Science.

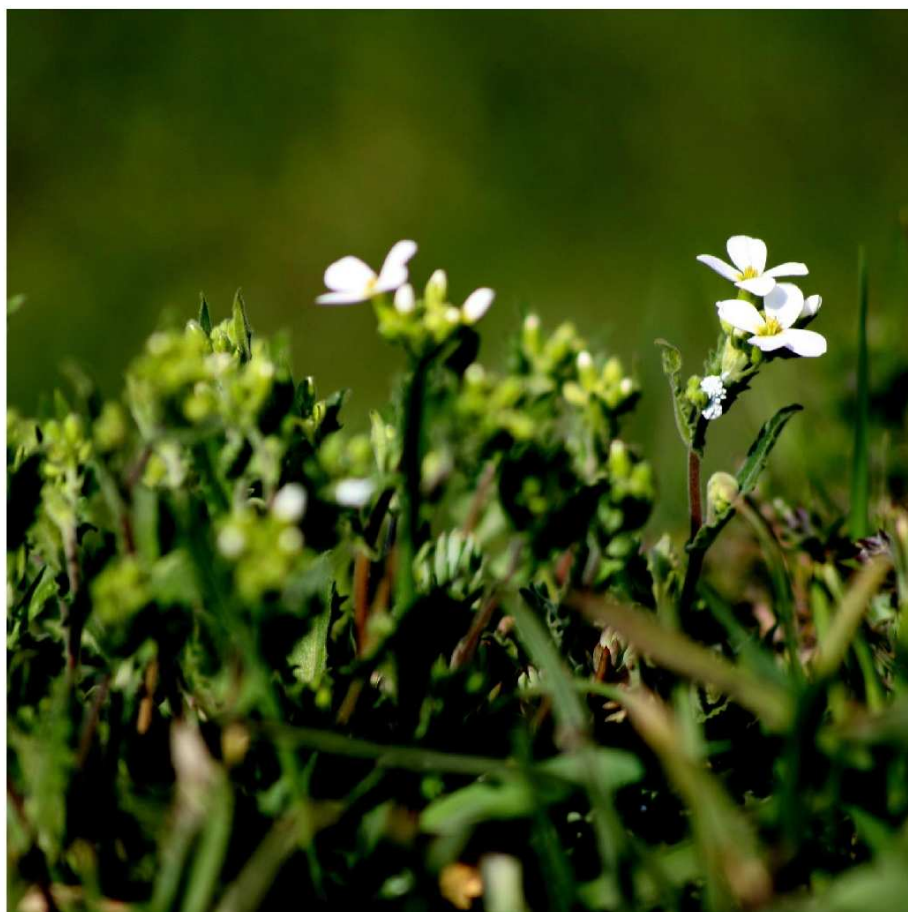
Greccy Neandertalczyki! Kości neandertalczyków, wymarłych krewniaków człowieka, odkryto w greckiej jaskini Kalamakia.

Florydę zalewa plaga ślimaków! Południe Florydy walczy z plagą wielkich, afrykańskich ślimaków, dorównujących wielkością szczurom i niezwykle żarłocznych. Ich menu obejmuje ponad 500 gatunków roślin - podaje Reuters.

Pluskwy powstrzymane przez fasole inspirują naukowców! Naukowcy - zainspirowani ludowym sposobem rodem z Bałkanów - potwierdzili, że mikroskopijskie włoski na liściach fasoli faktycznie powstrzymują pluskwy. Teraz pracują nad materiałem, którego powierzchnia będzie przypominała geometrię tych liści.

Odnaleziono spaghetti sprzed 500 mln lat! Skamieniałość stworzonka sprzed 500 mln lat, przypominającego kawałek spaghetti, znaleziono w Kanadzie.

W peruwiańskiej dżungli odkryto nowe gatunki jaszczurek! Dwa nowe gatunki jaszczurek odkryto w peruwiańskiej dżungli. Samce tych gatunków są fantastycznie barwne i posiadają charakterystyczny, zielony wzór, wyróżniający je na brązowym albo czarnym podłożu. Opisano je w "Zookeys".



Tego się słucha! :D

1. One Direction - "One Way Or Another (Teenage Kicks)"
2. Arash, Sean Paul - "She Makes Me Go"
3. Amelia Lily - "Shut Up (And Give Me Whatever You Got)"
4. Macklemore, Ryan Lewis - "Thrift Shop"

5. Rihanna, Mikky Ekko - "Stay"
6. Pitbull, Christina Aguilera - "Feel This Moment"
7. LemON - "Napraw"
8. David Guetta, Taped Rai - "Just One Last Time"
9. Taylor Swift - "I Knew You Were Trouble"
10. Tiesto, Allure - "Pair Of Dice"

Anna Frączek



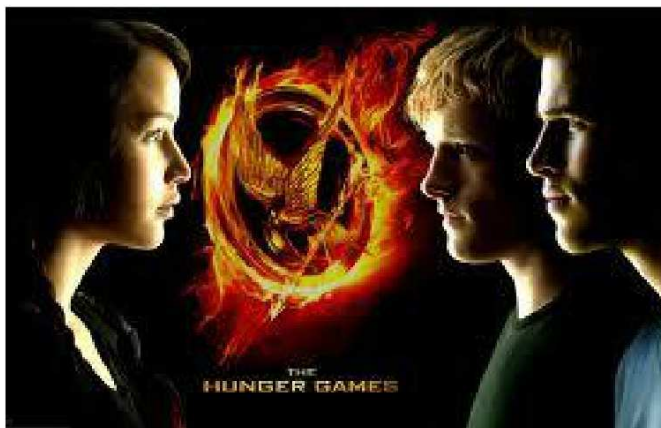
Bo rodzina jest dla mnie najważniejsza

- Igrzyska Śmierci , Suzanne Collins.

Dawna Ameryka Północna zamienia się na państwo Panem, które dzieli się na Kapitol oraz 12 dystryktów. Nastoletnia Katniss mieszka w ostatnim czyli dwunastym dystrykcie, gdzie panuje ogromna bieda . Po śmierci ojca staje się głową rodziny. Każdego dnia musi zdobyć pożywienie, aby zapewnić przetrwanie chorej mamie oraz młodszej siostrze . Kapitol co roku organizuje Głodowe Igrzyska Śmierci, jest to jedno z najważniejszych wydarzeń w państwie. Z każdego dystryktu zostaje wylosowana dwójka dzieci w wieku

12-18 lat . Igrzyska polegają na zamknięciu 24 uczestników w ogromnej przestrzeni, gdzie toczy się zawzięta walka o życie. Aby wygrać, trzeba pokonać wszystkich przeciwników oraz

związane z pobytem na arenie. Wydarzenie jest transmitowane na żywo w TV. Tegoroczna walka nie zapowiada się dobrze dla rodziny Katniss , gdyż wylosowana zostaje jej młodsza siostra , która nie ma szans wygrać . Aby ją uchronić , nastolatka zgłasza się jako ochotniczka i wraz z swoim kolegą Peetą udaje się na pole bitwy . Przygotowania do Igrzysk trwają tygodniami. Na ten czas dzieci znajdują się w Kapitolu , gdzie są wyjątkowo traktowane,



a wszystkie ich potrzeby zostają zaspokajane . W końcu nadchodzi czas zmagania . Rozpoczyna się bitwa . Katniss dobrze sobie radzi , może liczyć na pomoc Peety i małej Rue. Reszta przeciwników przy każdej możliwej okazji chce ją zabić. Czyha na nią wiele niebezpieczeństw ze strony organizatorów konkursu . Pomimo wielu trudności daje sobie radę i razem z Peetą docierają do finału. Pokonując najgorszego z przeciwników - Cato, sądzą, że wygrali, ponieważ regulamin został zmieniony i jak ich poinformowano teraz dwoje osób z tego samego dystryktu

może zwyciężyć . Jednak organizatorzy chcąc zwiększyć rozrywkę, ponownie dokonują zmian w zasadach. Teraz tylko jedno z nich musi zwyciężyć. Młodzieńcy nie godzą się na to i chcą się otruć.

daje im się wywołać refleksje u prowadzących Igrzyska i obydwójce wygrywają zapewniając byt swoim rodzinom oraz dystryktowi

Teraz mogą spokojnie powrócić do domu i nie przejmować się zagrożeniem aż do następnych igrzysk.

Weronika Semik

ALEKSANDER KAMIŃSKI



Nasza Księgarnia

Kamienie na szaniec Spod kurzu warstw

To nie jest książka o superbohaterach, opowieść typu zabił go i uciekł czy powieść fantastyczna. Kamienie na szaniec to czysta prawda o realnych postaciach i ich losach. Maturzyści Batorego należący do drużyny harcerskiej Buki wdają się w działalność konspiracyjną i działają w walce z okupantem w czasie II Wojny Światowej. Kamiński w bardzo ciekawy sposób, lecz jednocześnie bez zbędnych opisów opowiada

akcje przeprowadzane przez chłopców. Książka uczy historii lepiej niż stopy przygrubych podręczników historycznych, wzrusza lepiej niż niejednym melodramat, budzi patriotyzm u pozbawionych miłości do kraju nastolatków. Mimo dawnej daty wydania, warstwy kurzu i tytułu lektury szkolnej jest jedną z najlepszych polskich książek. Po przeczytaniu chce się do niej wracać i ponownie przeżyć losy Alka, Rudego i Zośki

Beata Matusiak

HIT CZY KIT? - Wycieczki szkolne :)

Dobra zabawa zawsze wiąże się z miłymi wspomnieniami. A któż nie lubi dobrej zabawy? Szczególnie teraz, kiedy na dobre rozpoczęła się długo oczekiwana wiosna, a wraz z nią szkolny sezon wycieczkowy. :) Wspólne wyjazdy są dla nas przede wszystkim chwilą odpoczynku, a żeby każdy mógł się dobrze bawić, atrakcje powinny być zajmujące, ciekawe i dawać dużo rozrywki.



SAMODZIELNE WYPRAWY = HIT
Podczas wycieczek szkolnych powinno się organizować czas bardzo aktywnie. Spływ kajakowy, czy wspinaczka górską dostarczą dużo więcej pozytywnych emocji niż

mnogość zabytków. Takie doświadczenia są potrzebne, ponieważ rozwijają i przynoszą nam wiedzę o samych sobie.



Co więc na szkolnych wycieczkach jest HITEM, a co nie?

MUZEA + NUDNY PRZEWODNIK = KIT
Żaden z uczniów nie będzie zachwycony długim, mało interesującym wykładem w muzeum, na którym poczuje się jak na lekcji. Taki pobyt powinien być dużo bardziej urozmaicony w myśl stwierdzenia: "Mniej gadania, więcej podziwiania."

ZWIEDZANIE MIASTA = HIT
Zatrzymując się na dłużej w określonym mieście chcielibyśmy je przede wszystkim dobrze poznać,

a szczególnie to co ma nam do zaoferowania (czytaj: wszystkie możliwe atrakcje :)). Warto jest również przyjrzeć się jego historii, byleby tylko została ciekawie opowiedziana.

BRAK WOLNEGO CZASU = KIT
Sztynie ustalony harmonogram pobytu, przepełniony wizytami w muzeum, to żadna zabawa.

Oczywiście zwiedzanie jest podstawowym elementem wycieczki, która mimo wszystko musi mieć charakter edukacyjny. Wśród wszystkich planowanych atrakcji powinno się jednak znaleźć miejsce na czas wolny, żeby każdy mógł odwiedzić to, co go najbardziej interesuje.

Anna Frączek

Podejmując życiową decyzję Targi Edukacyjne Wadowice 2013

Nie od dzisiaj wiadomo, że wybór szkoły ponadgimnazjalnej jest bardzo trudny. Każdy musi wybrać coś dla siebie. Ofert jest wiele, a czasu na podjęcie decyzji coraz mniej. Specjalnie z myślą o gimnazjalistach, jak co roku zostały zorganizowane Targi Edukacyjne.

Mieliśmy niebywałą okazję zapoznać się z tegoroczną ofertą powiatowych szkół. Gospodarzem targów był Zespół Szkół nr 3 im. ks. J. Tischnera, czyli popularny ekonomik. To, co działo się na miejscu

przerosło nasze oczekiwania. Każda z 27 szkół przygotowała niesamowicie efektowne zachęty dla gimnazjalistów. W kolejnych klasach wystawione były stoiska poszczególnych placówek. Uczniowie i nauczyciele z prezentowanych szkół opowiadali o ofercie edukacyjnej i o różnych plusach swoich szkół. Przywieźli ze sobą wiele plasz, plakatów, filmów, zdjęć oraz kilogramy ulotek, którymi nas zasypywali. Było też wiele bardziej wymyślnych form zachęty, np. technika fryzjerskie oferowały gimnazjalistom czesanie, makijaż i malowanie paznokci. Technika gastronomiczne częstowały kawą, koktajlami i różnymi wypiekami. Technikum elektrotechniczne prezentowały swoje wynalazki, zaś przedstawiciele liceów mundurowych pokazali się w pełnym umundurowaniu. Szkoły prezentowały też



dostępne koła zainteresowań. Byliśmy bardzo zaskoczeni, gdy po wejściu do klasy przywitano nas układem hiphop, a później tańca towarzyskiego ze szkolnego koła tanecznego, czy przy innym stoisku sztuką kółka teatralnego. Mogliśmy sobie także zrobić zdjęcia przy stoisku technikum organizacji reklamy. W każdym miejscu działo się coś fajnego, coś co pozwalało "zapunktować" poszczególnym placówkom.



Targi Edukacyjne były niesamowitym ułatwieniem w podjęciu decyzji o wyborze szkoły. Informacje w pigułce, stopy ulotek i dobre wrażenie - zostały w naszej pamięci po 17 kwietnia. Teraz pozostaje nam tylko trzymać kciuki za wyniki egzaminu gimnazjalnego, składać papiery i czekać na wyniki rekrutacji

Beata Matusiak

Trochę uśmiechu... :->

Jasiu, jak jest twój wymarzony skąd? - pyta pani.
Zamkniję proszę pani!

Panoci matematyki pyta Jasia:
Coto jest kąt?

Tonajbrudniejsza część mojego pokoju - odpowiada Jasiu.

Mama obija:
Conejbardziej lubisz wszędzie?
Dawonek mama.



Blondynka dzwoni do warsztatu samochodowego.
Zauważyłem, że coś mi kapie pod autem.
Nim mi Pani powie jak to wygleda - proszę chwilec.
Jest tak i dno me igeste.
Todej - stwierdza mechanik.
Ok, to dodej - odpowiada blondynka rozłączając się.

Przychodzi blondynka do księgarni:
Ile kosztuje ta książka?
Która?

wybor kawałków - Dominik Wajpłak

"Podczas każdego tańca, któremu oddajemy się z radością, umysł traci swoją zdolność kontroli, a ciałem zaczyna kierować serce." - Paulo Coelho

Moją największą pasją jest taniec. Od 6 lat tańczę w miejscowym zespole, ale dopiero od 2 lat, kiedy pani Ania dołączyła do nas jako nasza nowa instruktorka, zrozumiałam co to znaczy tańczyć naprawdę. Oczywiście, jestem wdzięczna poprzedniej instruktorce, pani Janinie, dzięki której przetałam pierwsze szlaki na parkiecie. Przyznaję, iż miałam czasem chwile

zwątpienia, myśli o rezygnacji, ale dzięki Justynie Ż. nie poddałam się. Pani instruktorka poprzez

ciekawe układy sprawia, że z przyjemnością przychodzę na zajęcia i z radością rozwijam swoje umiejętności. Teraz wiem, iż nie byłabym w stanie zrezygnować z mojego hobby. Przeważnie tańczymy wspólnie hip hop, house oraz



freestyle. Jeździmy na różne konkursy taneczne oraz występujemy na uroczystościach szkolnych i miejscowych. Wiele osób chce, aby ich dzieci tańczyły już od najmłodszych lat. Zajęcia rytmiczne pomagają w naturalny sposób wyczuć rytm i kształtować sprawność fizyczną. Dla wielu osób taniec nie oznacza tylko układu, gdzie

tancerz rusza rękami i nogami. Ludzie którzy naprawdę kochają taniec znajdują w nim wszystko i odkrywają

siebie. Mam nadzieję, że będzie on moją pasją na całe życie.

Magda Warmuz

W tańcu możesz sobie pozwolić na luksus bycia sobą.

Paulo Coelho



Połamania długopisów!

Są w roku szkolnym takie dni, które mogą w dość zdecydowanym stopniu wpłynąć na przyszłość uczniów. W tym roku są nimi 23, 24, 25 kwiecień. To właśnie wtedy uczniowie klas 3 gimnazjum przystępują do jednego z najważniejszych egzaminów w swoim życiu. Od ich wyniku zależeć będzie to, do jakiej szkoły zostaną przyjęci - czy ilość zdobytych punktów (procent) sprawi, iż będzie to ta wybrana, po której będą mogli podjąć takie studia, które pozwolą im zdobyć wymarzony zawód. W pierwszy dzień gimnazjaliści przystąpią do testów z historii i WOSu oraz języka

polskiego. W środę zmierzą się z chemią, fizyką, biologią, geografią i matematyką. W ostatni dzień przystąpią do egzaminu z języka obcego. Wszyscy uczniowie podchodzą do tego raczej na "luzie," gdyż wiedzą, że w ciągu kilku dni przed samymi testami nie nadrobią wszystkich zaległości. Do podobnego egzaminu przystąpiła klasa 6 SP. Test ten jednak trwał tylko jeden dzień i w jednym arkuszu zostały zamieszczone pytania z wszystkich przedmiotów. Życzę wszystkim koleżankom i kolegom oraz sobie najlepszych wyników.

Anita Garus

POŁAMANIA PIÓR! :D

Są w roku szkolnym takie dni, które mogą w dość zdecydowanym stopniu wpłynąć na przyszłość uczniów. W tym roku są nimi 23, 24, 25 kwiecień. To właśnie wtedy uczniowie klas 3 gimnazjum przystępują do jednego z najważniejszych egzaminów w swoim życiu. Od ich wyniku zależy będzie to, do jakiej szkoły zostaną przyjęci - czy ilość zdobytych punktów (procent)

sprawi, iż będzie to ta wybrana, po której będą mogli podjąć takie studia, które pozwolą im zdobyć

wymarzony zawód. W pierwszy dzień gimnazjaliści przystąpią do testów z historii i WOSu oraz języka polskiego. W środę zmierzą się z chemią, fizyką, biologią, geografią i matematyką. W ostatni dzień przystąpią do egzaminu z języka obcego. Wszyscy uczniowie trwają podchodzą do tego raczej na "luzie," gdyż wiedzą, że w ciągu kilku dni



przed samymi testami nie nadrobią wszystkich zaległości. Do podobnego egzaminu przystąpiła klasa 6 SP. Test ten jednak tylko jeden dzień i w jednym arkuszu zostały zamieszczone pytania z wszystkich przedmiotów. Życzę wszystkim koleżankom i kolegom oraz sobie najlepszych wyników.

Anita Garus

hot ploty - plotki

- Uciezka gryzoniał!
Chomik znowu zwał!
- Żółw Teodor lubi pozować do zdjęć. Trzeba przyznać, że jest niezwykle fotogeniczny.

- Słyszałam plotki, że już niedługo testy!!!
- Skandal! Testy do bierzmowania, 2 dni po testach gimnazjalnych

w dodatku w odpust?
<egzamin został przeniesiony na dzień poświęcenia nowego wozu strażackiego)

Daria Grzywa

ŚWIATOWY DZIEŃ ZIEMI 2013- Szkolne akcje



Światowy Dzień Ziemi to największe ekologiczne święto świata, obchodzone od 1970 roku, obecnie w 192 krajach świata. Obchody Światowego Dnia Ziemi, w 2013 roku odbywać się będą podczas realizacji ogólnopolskiej kampanii edukacyjnej w zakresie właściwego postępowania ze zużytym sprzętem elektrycznym i elektronicznym pt. "Elektroodpady - proste zasady"

Od kilku lat uczestniczymy w ekologicznym programie Ekoprzyjacieli, w ramach którego dwa razy w roku prowadzimy akcję zbiórki surowców wtórnych. Oto PODSUMOWANIE WIOSENNEJ ZBIÓRKI: zebrałiśmy: 1369 kg makulatury i 26 kg plastiku
I miejsce KLASA II SP 293 kg 19,5 kg/osobę
II miejsce KLASA I SP 209 kg 13,1 kg/osobę
III miejsce KLASA VI 195 kg 12,2 kg/osobę

KLASA III SP 145 kg 12,1 kg/osobę
KLASA IV - 188 kg 9,9 kg/osobę
KLASA I GIM 112 kg 7,5 kg/osobę
KLASA V SP 119 kg 5,7 kg/osobę
KLASA II GIM 96 kg 5,3 kg/osobę
KLASA III GIM 80 kg 3,3 kg/osobę
UCZNIOWIE, KTÓRZY ZEBRALI
NAJWIĘKSZĄ ILOŚĆ SUROWCÓW
WTÓRNYCH:

I miejsce MADZIA ZAJĄC 110 kg
II miejsce KLAUDIA CIECIAK 95 kg
III miejsce EMILKA JERDANEK 66 kg
IV miejsce ANIA WAJDZIK, KARINA WAJDZIK, DOMINIK WAJDZIK po 65 kg
wyróżnienie JAKUB NIEMIEC 44 kg makulatury i 11 kg plastiku

Pani Lucyna Grochol

Test, test i jeszcze raz test...

Już od kilku lat przed absolwentami szkół podstawowych ważny egzamin - Sprawdzian szóstoklasisty. Uczniowie przygotowują się do niego właściwie przez wszystkie lata podstawówki, z większym lub mniejszym zaangażowaniem. Służą temu często dodatkowe zadania, zajęcia, testy próbne. W tym roku nasi koledzy i koleżanki także musieli się z nim zmierzyć. Z niepokojem czekali na niego. Gdy nadszedł dzień 4 kwietnia - 16 osób w galowych strojach, stało niecierpliwie przed salą gimnastyczną czekając na moment wejścia, otrzymania zalakowanych kopert i ... zobaczenia jaki on jest: trudny, taki sobie, a może łatwy? Prawdopodobnie było to jedno z najważniejszych wydarzeń w ich szkolnym

życiu. 60 minut wyczerpanego myślenia, skupienia, obliczeń samodzielnej pracy twórczej, zaznaczenia odpowiedzi

i. "kończymy!" - brzmiał głos przewodniczących komisji. Po godzinie, gdy należało opuścić salę niczego nie dało się już zmienić, odpowiedzi zostały zaznaczone, rozwiązane testy spakowane i wysłane do sprawdzenia. Chcecie wiedzieć jak czuli się szóstoklasiści w tym szczególnym dla nich dniu? Część z nich obawiała się, że sobie nie poradzi, część w ogóle się nie denerwowała i była pewna, że da radę. Znalazły się też osoby, które podchodziły do testu na przysłowiowym luzie i z dystansem. Dobrym przykładem jest tu moim zdaniem wypowiedź



Adriana: - Nie denerwowałem się, gdyż wiedziałem, że jest on tylko tak na próbę. Uczniowie szóstej klasy zgodnie stwierdzili, że egzamin był łatwy, ponieważ podobne zadania rozwiązywali z nauczycielami podczas lekcji. Natomiast na pytanie co sprawiło im największą trudność, większość odpowiedziała, że zadania z matematyki, a także napisanie listu. Z kolei Dawid Żwawa powiedział nam, że test nie sprawił mu żadnych trudności. Tak



więc szóstoklasistom nie pozostało już nic innego, jak tylko czekać na wyniki. Miejmy nadzieję, że będą one jak najlepsze. Powinni też podziękować nauczycielkom, które przygotowały ich do tego ważnego dla nich sprawdzianu :)

Aleksandra Wróbel

"LOL" jako film godny polecenia :)

W swoim życiu widziałam wiele filmów, które zrobiły na mnie wrażenie, "LOL" jest jednak dziełem, którego nigdy nie zapomnę. Film został wyreżyserowany przez Lise Azuelos w 2012 roku. Główną rolę zagrała w nim Miley Cyrus "Lola". Film ten opowiada o życiu nastolatki. Wraz z rozpoczęciem nowego roku szkolnego, Lola zostawia chłopaka. Lola nie tracąc



w nowy związek ze swoim najlepszym przyjacielem. Dziewczyna ma trudny okres w swoim życiu, bunt, sięga po narkotyki, pociąga ją sex, jednocześnie nie może się porozumieć z samotnie wychowującą ją matką (Demi Moore). Film mnie bardzo zaintrygował i polecam go każdemu, bez względu na wiek. Jak już wspominałam nigdy nie zapomnę tego filmu i bardzo

często do niego wracam.

Daria Grzywa

Pasja całym życiem...

Pasja stała się Jej całym życiem. W dniu, w którym zaczęła jeździć wszystko się zmieniło. Jednak Jej to nie przeszkadza. Zawzięcie chce osiągnąć swój cel, zostając Mistrzynią Świata. Pomimo, że do tego jeszcze długa droga, Gabi nie poddaje się i wciąż zawzięcie trenuje. Na swoim koncie ma już wiele wygranych. Na kilka pytań zgodziła się odpowiedzieć - obecna Mistrzyni Polski w kolarstwie górskim, kategorii Juniorka Młodsza - Gabriela Wojtyła.



przejażdżkę, aby nie doszło do zakwaszenia mięśni. Potem są już same przyjemności. Dzięki miłej atmosferze i ludziom z którymi przebywam, każdy wyjazd jest miłe wspomnienie :)

8) Jakie są twoje najważniejsze osiągnięcia?
Moim największym sukcesem jest zdobycie złotego medalu Mistrzostw Polski 2012 i koszulki z orzełkiem.

9) Czy udaje Ci się pogodzić sport i naukę?
Myślę, że tak. Niekiedy jest to bardzo trudno, ale radzę sobie. W szkole mam bardzo fajnych nauczycieli

i Panią dyrektor mojej szkoły, którzy często idą na rękę hehe. Widać, że chce mi pomagać w dalszym rozwoju.

10) Kto jest twoim idolem w kolarstwie i czy miałas okazję już go/ ją spotkać?

Nie mam swojego idola, na którym bym się wzorowała. Są osoby, które z różnych powodów mi imponują, i których podziwiam np. Julie Bresset czy Gunn Ritta Dahle, ale także polka Maja Włoszczowska, z którą miałam okazję się spotkać.

1) Od jak dawna trenujesz?

Trenuje od zimy 2010/2011 r.

2) Kiedy nauczyłaś się jeździć na rowerze?
Jeździłam na rowerze od dziecka. Myślę, że wciąż się jeszcze uczę, poprawnie jeździć (hehe :)

3) Co skłoniło Cię do podjęcia decyzji, że będziesz jeździć i jak do tego doszło?
Decyzje o tym, że chce trenować kolarstwo była

bardzo spontaniczna. Nie planowałam tego. Wraz z dwoma kolegami pojechałam na spotkanie z prezesem klubu Goodman Zator. Pojechałam tam bezinteresownie, lecz bardzo mnie to zaintrygowało. I zostałam.

4) Jak wyglądają twoje treningi i ile czasu dziennie na nie poświęcasz?

Każdy trening jest inny. Każdy czegoś innego uczę. Najczęściej rozpoczynam go od rozgrzewki, później wykonuję część główną treningu, a na końcu rozjazd. Treningi mam codziennie i muszą być one wykonywane systematycznie. Zawsze staram się je wykonywać na 101% :) Średnio na treningi poświęcam około 2-3h.

5) Czy są osoby, które Cię wspierają, kto to?

Oczywiście, że są. Jest ich bardzo dużo. Na pewno rodzice i cała rodzina. Zawsze mogę liczyć na przyjaciół i oczywiście trenera.

6) Jaka jest rola twojego trenera?

Mój trener nie zajmuje się tylko rozpisywaniem dla nas treningów, ale także wspiera nas we wszystkim. Zawsze możemy z nim porozmawiać, stara nam się doradzić w trudnych sytuacjach.

7) Jak wyglądają twoje wyścigi? Każdy wyścig jest inny. Zanim stanę na linii startu muszę się porządnie rozgrzać wszystkie mięśnie, aby w czasie dużego wysiłku nie doszło do ich uszkodzenia. Później start. Stres zależy od rodzaju wyścigu, przed startem dla mnie najgorsze jest 30 sekund przed startem. Jednak gdy słyszę dźwięk gwizdka szybko o nim zapominam. Po wyścigu zawsze jadę na krótką

11) Jakie jest twoje największe marzenie związane z kolarstwem?

Największym moim marzeniem związanym z kolarstwem jest stanienie na najwyższym stopniu podium Mistrzostw Świata w kolarstwie górskim oraz zdobycie medalu Igrzysk Olimpijskich.

12) Czy dzięki kolarstwu poznałaś jakichś nowych znajomych? Jeżeli rywalizujecie między sobą, możecie być przyjaciółmi? Tak, poznałam i to bardzo dużo nowych znajomych. Niekiedy są mi bardzo bliscy. Najczęściej to właśnie z nimi muszę rywalizować, lecz to nie przeszkadza w naszej przyjaźni.

13) Czy kolarstwo sprawia Ci przyjemność i daje satysfakcję?

Oczywiście, że tak. Na początku kolarstwo traktowałam jak zabawę, lecz teraz jest dla mnie bardzo ważne. Trenowanie i uczestniczenie w zawodach sprawia mi dużą przyjemność. To jest mój świat, który kocham :) Największą satysfakcją jest osiągnięcie celu, który wspólnie z trenerem ustaliliśmy

na początku sezonu. W tym roku udało mi się to idealnie. Zobaczmy, jak to będzie w tym sezonie. :->

14) Ile masz medali, pucharów za swoje osiągnięcia?

Łącznie mam 15 pucharów oraz 15 medali :) mam nadzieję, że moja kolekcja się powiększy.

Gabi dziękujemy za wywiad i życzymy dalszych sukcesów, a także spełnienia marzeń związanych z kolarstwem :D

Weronika Semik

