

Bezpłatny biuletyn sympatyków gliwickiej piłki



Ostatni mecz:
Piast VS Borussia
1:1
udany sparing



Najbliższy mecz:
Piast VS Lechia Gdańsk
wyjazd
15 września 2012



CIĄGLE NAM MAŁO

W poprzednim numerze Piasta Gliwice napisałem, że kiedy mój syn jest na stadionie - Piast nie przegrywa. Dlatego trochę wahałem się przed zabraniami go na pojedynek z Borussią. Po co kusić los? Uparł się, przyjechaliśmy na mecz i wszystko wskazywało na to, że szczęścia Piastunkom jednak nie przynosi. I co wyszło z tego braku wiary w zespół i własnego syna? Nic. W ostatniej sekundzie meczu padła bramka i wszystko dobrze się skończyło. Morał z tego taki, że póki piłka w grze, nie ma sensu załamywać rąk.

Oczywiście mecz towarzyski z Borussią Dortmund to nie to samo, co pojedynek ligowy, ale i tak warto było przyjść na mecz. Wiele się działo na murawie i trybunach. Kibice przeszli samych siebie pokazując, że ich drużyna może liczyć na fantastyczny doping w każdych warunkach. Zresztą fani Borussi Dortmund też nie szczędzili gardel. W efekcie kibice i piłkarze opuszczali gliwicki stadion zadowoleni.

Na boisku piłkarze dali radę, po raz kolejny udowadniając, że mogą rywalizować z najlepszymi. Nie tylko odważnie stawili czoła Borussi Dortmund, ale też dominowali w spotkaniu, stwarzali więcej niebezpiecznych sytuacji i częściej trafiali do bramki (choć nie wszystkie gole zostały uznane).

Oczywiście sparing rządzi się swoimi prawami i pozwala trenerom na dowolne eksperymentowanie. W efekcie na boisku bywa różnie, a ważniejsze od wyniku stają się wnioski, które można po spotkaniu wyciągnąć. Po meczu z Borussią od razu pojawiło się kilka ciekawych komentarzy i pomysłów (czytaj str.3).

Dla mnie najważniejsze, że powoli tworzy się moda na piłkę nożną w Gliwicach, tworzy się moda na Piasta. Chociaż narzekamy na frekwencję (czytaj str. 5), bo marzy nam się wypełniony 10 tysiącami widzów stadion, to przecież statystycznie nie wygląda to źle. A przekonanie ludzi, że kibicowanie, tak jak dawniej, może być rodzinną, bezpieczną rozrywką zabiera nieco czasu. Wystarczy jednak przejrzeć galerie zdjęć, żeby przekonać się, że rodzin i dzieci na stadionie nie brakuje. Niby dlaczego piszę o moim synu, czterolatku, który jest niemal na każdym meczu rozgrywanym u siebie? Mam nadzieję, że wreszcie ludzie przełamią obawy, odejdą od telewizora i przyjdą na stadion przy Okrzei. Jestem przekonany, że po pierwszej wizycie będą tutaj wracać, bo warto.

Żaden mecz w telewizji nie odda atmosfery na stadionie. Na miejscu, nawet te panie, które nie przepadają za piłką nożną, a które niemal siłą przyciągnęli na stadion partnerzy, narzeczeni lub mężowie przyznają, że... nie było tak źle. I niektóre wracają na mecz, kolejnym razem już z własnej woli.

Przed nami mecze wyjazdowe, więc do kolejnego spotkania przy Okrzei mamy czas się przygotować. Tym razem nie zostajemy w domu. Po raz kolejny serdecznie zapraszam na Arenę Orłów.

Krzysztof Turzański
redaktor naczelny



Piast zagrał pierwszy międzynarodowy mecz na nowym stadionie miejskim w Gliwicach. W pojedynku z Borussią Dortmund gospodarze dominowali, ale na bramkę, która tę przewagę potwierdziła czekaliśmy do ostatnich sekund spotkania. Chociaż był to mecz sparingowy, mógł się podobać kibicom, których na stadionie nie brakowało.

 Osiedle Ogród

JESIENNA OFERTA

mieszkania powyżej 85 m² do końca września w atrakcyjnej cenie!



ZAPYTAJ
O SZCZEGÓŁY

609 537 141

607 928 445

Osiedle Ogród
Gliwice
ul. Kozielska

www.radan.com.pl

RADAN[®]



+



=

koncerty

festyny

eventy

targi

impresy firmowe

...

Kompleksowa obsługa audiowizualna każdego wydarzenia

www.ssm.silesia.pl tel. (32) 441-90-19

PIAST VS BORUSSIA

W pierwszym meczu międzynarodowym wynik 1:1

Czy po hiszpańskich piłkarzach w gliwickim klubie zagrają Niemcy?

W pojedynku Piasta Gliwice z Borussią Dortmund padły cztery bramki. Trzy z nich strzelili niebiesko-czerwoni wojownicy, ale mecz zakończył się remisem. Dwukrotnie piłka trafiła do siatki ze spalonego i radość kibiców okazywała się przedwczesna. A o pozytywny rezultat nasi piłkarze walczyli dosłownie do ostatniej sekundy meczu. Zaraz po bramce sędzia odgwizdał zakończenie spotkania.



Niebiesko-czerwoni wojownicy po raz kolejny udowodnili, że są groźnym zespołem. Podczas tego meczu oddali aż 17 strzałów, w tym 6 celnych. Dwukrotnie sędzia odgwizdał spalonego, co uratowało gości przed utratą bramek.

Mecz mógł się podobać, bo chociaż był to tylko sparing, to emocji nie brakowało. W końcu graliśmy z niebyłym rywalem. Był to zresztą pierwszy międzynarodowy mecz rozegrany na nowym stadionie miejskim w Gliwicach.

Od pierwszego gwizdka sędziego było widać, że żaden z zespołów nie traktuje tego meczu „na luzie”. Tylko przez pierwsze kilka minut Piastunki były nieco zagubione, by potem przejąć inicjatywę w spotkaniu. Nasz zespół stworzył więcej sytuacji i oddał więcej strzałów. Niestety, to goście jako pierwsi trafili w światło bramki i przez cały mecz gliwicka jedenastka musiała odrabiać straty.

W 40 minucie publiczność zerwała się z miejsc, bo piłkę w siatce umieścił Damian Zbozień. Entuzjazm kibiców ostudził sędzia sygnalizując spalonego. W 68 minucie meczu bramkarza gości pokonał Ruben Jurado, ale sędzia znów uniósł chorągiewkę. Na bramkę czekaliśmy do ostatniej sekundy meczu, kiedy w 93 minucie piłkę w siatce po raz kolejny umieścił Ruben.

- Potrafimy zagrać skuteczniej i strzelać więcej bramek, ale i tak pokazaliśmy, że zawsze gramy do końca. Końcówka meczu należała do nas i zasłużenie wywalczyliśmy remis - podsumowuje **Tomasz Podgórski**, kapitan Piasta.

Drużyna Borussia Dortmund pokazała dobrą, techniczną grę. Piłkarze potrafili szanować piłkę i rozgrywali ją bardzo dokładnie. Tu nie było nieprzemysłanych, przy-

padkowych zagrań. Trener gości pogratulował jednak piłkarzom Piasta.

- Dzisiejsze spotkanie było prowadzone w szybkim tempie, a Piast Gliwice dominował w tym meczu i częściej był przy piłce. Ale to my zdobyliśmy bramkę. Jestem zadowolony z drugiej połowy, ponieważ Zagraliśmy dobrze w obronie i straciliśmy gola dopiero w doliczonym czasie gry. Myślę, że rezultat był sprawiedliwy - stwierdził **Dawid Wagner**, trener Borussia Dortmund.

Zespołu gości nie wsparł żaden z piłkarzy z pierwszego składu, ponieważ drużyna boryka się z kontuzjami. Mimo to byli to trudni i wymagający rywale.

- Ta grupa rocznikowa dwukrotnie zdobyła mistrzostwo Niemiec, a zawodnicy mimo młodego wieku są bardzo dobrze wyszkoleni technicznie. Większość z nich to reprezentanci kraju w swoich kategoriach wiekowych i to było widać na boisku - mówi **Marcin Brosz**, trener Piasta.

Pojedynek obu zespołów przyciągnął na trybuny sporą grupę widzów, którzy po raz kolejny pokazali, że potrafią stworzyć wyjątkową atmosferę. Okrzykami „druga strona odpowiada” do dopingowania wali cały stadion, na którym nawiasem mówiąc, nie brakowało także kibiców Borussia Dortmund.

- Mimo, że to był tylko sparing, kibice nie zawiedli. Ta fala to było coś niesamowitego. Muszę powiedzieć, że pierwszy raz grałem przy takiej atmosferze i chciałbym za to

podziękować kibicom. Mam nadzieję, że podobny doping będziemy mieli podczas trudnych spotkań ligowych. Wszyscy liczymy na pełne trybuny - mówi **Damian Zbozień**.

Sparing z Borussia miał także drugie dno. Piast chciałby się wzorować na niemieckim zespole, a może nawet nawiązać bardziej wymierną współpracę.

- To nie jest tak, że Borussia zawsze miała rewelacyjną młodzież. To efekt ciężkiej pracy i ogromnych pieniędzy, które są wydawane na jej szkolenie. Jesteśmy na zupełnie innym etapie rozwoju, ale chcielibyśmy podążać tą drogą. Dzisiaj musimy ściągać najmłodszych na treningi, bo w naszym 200-tysięcznym mieście trenuje zaledwie 350 dzieciaków, a powinno być ich koło trzech tysięcy. Im więcej dzieci, tym większa rywalizacja i większe zaangażowanie na treningach. Wtedy jest szansa, żeby wyciągnąć z tego grona takich chłopaków jak Kędziora czy Podgórski - uważa **Marcin Brosz**.

Prezes Piasta Gliwice ma inny pomysł, który mógłby wzmocnić drużynę Piasta i to już w niedalekiej przyszłości.

- Jeśli pojawi się szansa na ściągnięcie zawodników, którzy w Dortmundzie jeszcze okazji do gry nie mają, a u nas mogliby się „otrząść”, to czemu nie? Byliśmy prekursorami kierunku hiszpańskiego. Możliwe, że teraz skierujemy się w stronę Niemiec - stwierdził **Józef Drabicki**.

KT

ZMIANA TAKTYKI

Mówi się, że kto nie robi postępów, ten się cofa. Z takiego założenia również wychodzą w gliwickim Piaście, gdyż gołym okiem widać postępy w grze.

W ubiegłym sezonie w I lidze, Niebiesko-Czerwonych chwalono za bardzo ofensywną i miłą dla oka grę, natomiast fanów martwiła zbyt duża liczba straconych bramek. Trener Marcin Brosz podkreślał, że defensywa jest formacją, nad którą najbardziej pochylać się będzie cała drużyna. Mimo tych słów Piast grając w T-Mobile Ekstraklasie nie ma kompleksów, prezentując swoją piłkę, z niewielkimi tylko modyfikacjami.

W ubiegłym sezonie motorem napędowym gliwiczian były skrzydła. Na bokach pomocy najczęściej kibice oglądali Tomasza Podgórskiego i Pavola Cimana. Wtedy częstym zabiegiem w taktyce była zamiana dwójki skrajnych graczy, co pozwalało stwarzać przewagę liczebną w ataku, gdy do przodu włączali się boczni obrońcy (zamiennie Wojciech Lisowski i Geodiminas Paulauskas / Mateusz Bodzioch / Mateusz Matras).

Powyższy manewr zaczął stawać się coraz bardziej czytelny, więc sztab szkoleniowy opracował nowe schematy rozgrywania akcji. Cieszy fakt, że zawodnikom Piasta nie przeszkadza piłka. Gliwiczanie potrafią rozgrywać akcje na małej przestrzeni, by w ostatniej fazie przyspieszyć i rozmontować defensywę przeciwnika. W grze piłkarzy Brosza widać powtarzalność i wyuczone fragmenty gry, co można było zaobserwować podczas pierwszych trzech meczów ligowych.

Grający na lewej obronie Paweł Oleksy ma wiele swobody w akcjach ofensywnych, a do-

WYJAZD

Przed nami jeden z najważniejszych wyjazdów tego sezonu. Już 15 września jedziemy do Gdańska. Zbiórka kibiców udających się do Trójmiasta odbędzie się w dniu meczu (sobota), o godzinie 0:30 na dworcu PKP. Jedziemy pociągiem rejsowym. Całkowity koszt wyjazdu to 100 zł. Dla osób jadących własnym środkiem transportu jest to 30 zł. W powyższej kwocie znajduje się składka na wyjazd do Białegostoku. Zapisy odbędą się w kasie stadionowej przy Okrzei w następujące dni: wtorek, środa, czwartek w godzinach 15:30 - 17:30, piątek: 14:30 - 15:30.

Serdecznie zapraszamy!



datkowo miejsce na tej stronie boiska robi mu Podgórski, który dostał nowe zadania. Kapitan Piasta bardzo często operuje w środku pola, gdzie próbuje rozgrywać piłkę i uderzać z dystansu, schodząc z lewego skrzydła do swojej lepszej, prawej nogi. Dodatkowo podwieszony pod najbardziej wysuniętego na boisku Wojciecha Kędziorę Ruben Jurado Fernandez dostał teraz więcej swobody. Hiszpan może operować na całej szerokości boiska, jednak często zbiega w wolny fragment na lewej stronie, który zwalnia Podgórski.

Gra Piasta może się podobać, bowiem piłkarze nie wybijają piłek na popularną „pałę” czy też „aferę”, tylko starają się rozgrywać ją na tyle, ile potrafią. A czas gra na ich korzyść, bo z meczu na mecz widać coraz lepszą dyspozycję. Trzeba pamiętać, że dla wielu z piłkarzy, to dopiero pierwsze kontakty z Ekstraklasą.

Kamil Mościcki
www.piastrgliwice.eu

PIAST GLIWICE

Bezpłatny biuletyn

Redaguje zespół
redaktor naczelny:
Krzysztof Turzański
0509-234-972
zdjęcie: Ireneusz Dorożański

Redakcja:
ul. Okrzei 20
Gliwice 44-100

Wydawca:
Gliwicki Klub Sportowy „Piastr” S.A.
Gliwice 44-100
ul. Okrzei 20

Druk:
Polskapresse
ul. Baczyńskiego 25A
41-203 Sosnowiec-Milowice

Nakład: 15 000 egzemplarzy

Materiałów niezamówionych
- redakcja nie zwraca.
Redakcja zastrzega sobie prawo
do skracania i redagowania
nadesłanych tekstów.

Zapraszamy do współpracy.

Kontakt:
redakcja@piastrgliwice.eu
0509-234-972

RAZ NA WOZIE, RAZ POD...

W młodej ekstraklasie Górnik rozgromił Piasta 7:0

Bilans spotkań niebiesko-czerwonych to 3 zwycięstwa i 3 porażki.



W pierwszym pojedynku z Górnikiem Zabrze w młodej ekstraklasie wojownicy Piasta poradzi sobie, biorąc odwet za porażkę pierwszej drużyny. W rewanżu rozegranym awansem ponieśli jednak drużogącą porażkę 0:7.

Drużyna Piasta w Młodej Ekstraklasie jest całkowicie nieprzewidywalna. Potrafi wysoko wygrywać spotkania, ale z jeszcze większą łatwością przegrywa, dostając "worki bramek".

W zaległym meczu 4. kolejki Młodej Ekstraklasy, Piast Gliwice zanotował trzecie zwycięstwo w sezonie, tym razem pokonując warszawską Polonię 2:1. Nasza drużyna szybko objęła prowadzenie, konsekwentnie grała w obronie, a rywale nie potrafili wykorzystać stworzonych przez siebie sytuacji, choć

ich nie brakowało. Za to po bardzo dobrym wykonaniu stałego fragmentu gry Piast ustalił wynik spotkania.

Niestety, w rozgrywanym awansem meczu z 16. kolejki z Górnikiem Zabrze nie było już tak kolorowo. Zawodnicy gliwickiego Piasta nie sprościli lepiej dysponowanym graczom z Zabrza, przegrywając aż 0-7.

- Górnik był po prostu mocniejszy, drużynie wzmocnili zawodnicy z pierwszego składu, a my powieliliśmy błędy indywidualne w grze obronnej. Będziemy musieli pomyśleć o zmianie ustawienia i przesunięciu zawodników z innych formacji na najbardziej

newralgiczne punkty - komentuje Krzysztof Szumski, trener drużyny.

Mimo wszystko, jak do tej pory, bilans nie jest zły dla gliwickiej drużyny, która przegrała i wygrała po trzy spotkania i ma na swoim koncie 9 punktów.

- Z punktów się cieszymy, ale martwi mnie to, że tracimy za dużo bramek - komentuje Szumski.

Najbliższy mecz w Młodej Ekstraklasie Piastunki zagrają w sobotę o 11.00. Na własnym boisku podejmą Lechię Gdańsk. Niewykluczone, że mecz odbędzie się na głównym obiekcie Piasta.

JEST MI PRZYKRO

Rozmawiamy z Jakubem Freitagiem, bramkarzem Piasta w Młodej Ekstraklasie.



- Jakie to uczucie, kiedy musisz w jednym meczu siedem razy wyciągać piłkę z siatki?

- To przykre, zwłaszcza, że niektórych bramek nie musieliśmy stracić. Popelnilem błędy, za które zapłaciła cała drużyna. Na pewno jest to wysoka przegrana. Mam jednak nadzieję, że będzie lepiej.

- Nie każdy strzał można obronić...

- Można. Każdy strzał można obronić, ale trzeba się w całej sytuacji dobrze zachować. Niestety, każdy popelnia błędy. I taka właśnie jest piłka. Wygrywa ten, kto popelnia ich mniej.

- Masz dopiero 17 lat. Jak długo grasz w piłkę?

- Już prawie 10 lat. Od pierwszej klasy podstawówki.

- Od początku jako bramkarz?

- Zawsze mi się podobała ta pozycja. Bramkarz to wyróżniający się zawodnik na boisku, każdy na niego patrzy i można się wykazać. W pewnym sensie to najważniejsza osoba, bo często od niej zależy wynik spotkania. Jestem wysoki, 195 cm i chyba jeszcze rosnę, więc predyspozycje mam.

- Jak trafiłeś do Piasta?

- Na pierwszy trening zaprowadził mnie tata i już zostałem. Trenowałem, aż znalazłem się w młodej ekstraklasie.

- Czuć różnicę?

- To coś zupełnie innego

niż juniorzy. Wyższy poziom zawodników w polu. Są starsi, lepiej wyszkoleni technicznie i posyłają w moją stronę zupełnie inne piłki. Trudniejsze do obrony. Są też wyżsi - a to dodatkowe utrudnienie przy wrzutkach na pole karne.

- Co dalej? Marzy ci się kariera piłkarska?

- Fajnie by było, ale to boisko zweryfikuje co dalej. Rodzice mnie wspierają, w przyszłym roku matura. Nie mam problemów ze szkołą, potrafię wszystko dobrze zorganizować.

- W przeciwieństwie do kolegów masz czas dla dziewczyny.

- Znamy się już trzy lata. Ola chodzi na mecze pierwszej drużyny, jak jest okazja także na moje. Wspiera mnie w trudnych chwilach. Po ostatniej porażce mi współczuła, bo wie, jakie to przykre przegrywać w takim stylu.

- Trener powiedział wam kilka ostrych słów?

- Był spokojny i rzeczowy, ale pokazał nam co zawiodło. Teraz musimy udowodnić w Gliwicach, że jesteśmy dobrzy. Moim marzeniem jest pierwsza drużyna, ale jest jeszcze na to czas...

BUDROL - PROJEKT
www.budrol-projekt.pl

**BIURA DO
WYNAJĘCIA
KATOWICE
ZABRZE**

tel. 32 258 56 31 660 424 835

Marek i Jolanta Błaszczuk

GR

GOSPODARSTWO
ROLNE

tel. 32 235 77 66

CO Z TĄ FREKWENCJĄ?

Nie potrafimy zapełnić gliwickiego stadionu

Niemal 10 000 osób oglądało mecz o awans. Teraz kibiców jest połowę mniej

Choć obawialiśmy się, że nasz stadion okaże się zbyt mały na ekstraklasę, jak do tej pory nie udało się go wypełnić po brzegi. Wiele mówi się o frekwencji, której średnia po dwóch meczach wynosi ponad 6100 widzów. Nie było kompletu na derbach z Górnikiem (8000 widzów), a podczas meczu z Pogonią frekwencja była już znacznie poniżej oczekiwań (4219 widzów). Tylko jak się mają oczekiwania do realiów?

- Nie ma mody na piłkę, nie ma mody na Piasta - uważa Jan Buryan, obrońca Piasta Gliwice.

Ale to nie do końca jest tak. W ubiegłym sezonie (jeszcze w I lidze) Piast miał wysoką frekwencję sięgającą średnio 5294 widzów na mecz. Nieco wyższą miał tylko Zawisza (5423 osoby). A średnia w samej lidze była o wiele niższa. Podobnie jest teraz. Średnia widzów na meczu I ligi wynosi 2300 osób. W ekstraklasie średnia jest wyższa i wynosi 8529 (8849 w poprzednim sezonie). Piast ze swoją średnią (podobną do tej w poprzednim sezonie), przekraczającą 6100 widzów, mieści się w połowie stawki. O wiele mniej widzów niż u nas, było na meczach Widzewa, Jagielloni, Podbeskidzia, czy Belchatowa. Znacznie wyższą frekwencję notują natomiast Legia, Lech, Wisła, czy Śląsk.

A to oznacza mniej więcej tyle, że zainteresowanie piłką nożną w Gliwicach jest nienajgorsze i utrzymujące się na podobnym poziomie. Jak do tej pory nie doszło jednak do skoku zainteresowania, którego spodziewaliśmy się po awansie do ekstraklasy.

- Frekwencja jest niska i to nas martwi. Liczyliśmy na to, że na najważniejszych spotkaniach będziemy mieli komplet widzów. Moim zdaniem frekwencja na pozostałych meczach również powinna być wyższa - uważa Jarosław Kołodziejczyk, wiceprezes Piasta.

Wracając jednak do tezy, że nie ma mody na Piasta, to trzeba zwrócić uwagę, że klub tę modę konsekwentnie kreuje. Z jednej strony dobrymi wynikami sportowymi, z drugiej strony współpracą z ki-



bicami i promocją drużyny. W bazie jest coraz więcej kibiców, podobnie jak fanów facebooku.

- Piłka nożna bez kibiców nie miałaby sensu. Mamy nowy stadion, w pełni bezpieczny, a nasi kibice zachowują się bardzo dobrze i nigdy nie było incydentów znanych z innych stadionów. Staramy się przekonywać mieszkańców, że tak jak w dawnych czasach, można przychodzić na mecze całymi rodzinami i po prostu dobrze się bawić. I coraz więcej osób łapie piłkarskiego bakcyła co widać na zdjęciach - uważa Jarosław Kołodziejczyk.

Widowiska sportowe przy Okrzei tworzą piłkarze i kibice. Pierwsi swoją grą do ostatniego gwizdka, a drudzy wyjątkową oprawą meczową. Nie mniej ważne jest to, że niebiesko-czerwoni wojownicy nie zamykają się w szatni, tylko mają świetny kontakt z publicznością.

Podsumowując: nie taki diabeł straszny jak go malują. A frekwencja, chociaż z pewnością może być wyższa (i na pewno będzie wyższa), już dziś wcale nie jest taka zła. Po prostu nasze oczekiwania są wysokie.



ZBOZIĘŃ NAJLEPSZY

Damian Zbozień

- „jeden z cichych bohaterów pierwszego zwycięstwa Piasta Gliwice. Grał twardo i nieustępliwie. Dzięki niemu, obrona zagrała po raz pierwszy na zero z tyłu.”

Taki komentarz po ubiegłej kolejce zamieścił serwis ekstraklasa.net.

Jednocześnie zawodnik niebiesko-czerwonych został nominowany do najlepszej jedenastki kolejki. Nasz obrońca w pełni na to zasłużył.



Grający z numerem 25 obrońca Piasta Gliwice został uznany jednym z najlepszych zawodników ekstraklasy w trzeciej kolejce.

NIE TYLKO O DIECIE

Dietetyk Piasta Gliwice Grzegorz Zydek jest współautorem najnowszej profesjonalnej publikacji dotyczącej żywienia i suplementacji w sporcie. Czy książka wydana przez Akademię Wychowania Fizycznego w Katowicach dokona rewolucji w naszym sposobie jedzenia?

Książka napisana przez pięciu autorów, w tym nowego rektora AWF Katowice Adama Zająca, przeznaczona jest dla profesjonalnych sportowców, ale także dla amatorów.

- Po lekturze tej książki każdy będzie wiedział jak skutecznie, a przede wszystkim zrowo się odchudzić. Jaką zastosować dietę i jak przy tym wszystkim trenować - mówi Grzegorz Zydek.

Profesjonaliści znajdują w niej konkretne przykłady diety i suplementacji w swojej dyscyplinie oraz wiele ogólnych informacji o żywieniu.

- W książce wykorzystałem swoje doświadczenia z naszego klubu, na przykład stosowane przeze mnie na zgrupowaniach i wyjazdach piłkarzy jadłospisy. Z drugiej strony podczas pracy nad książką poszerzyłem swoją wiedzę, którą wykorzystuję teraz w codziennej pracy w Piaście - mówi Zydek.

Pierwsze egzemplarze książki trafiły już do klubu. W pierwszej kolejności do sztabu szkoleniowego i zawodników.

W poszczególnych rozdziałach omówione zostały podstawy metabolizmu mięśniowego, ogólna charakterystyka podstawowych składników pokarmowych, charakterystyka



węglowodanów i ich rola w wysiłku fizycznym, białko jako materiał budulcowy i funkcjonalny w organizmie człowieka, rola tłuszczów w wysiłku fizycznym, znaczenie witamin i soli mineralnych w wysiłku fizycznym, najważniejszy składnik organizmu - woda, suplementy i odżywki pomocne w sporcie i rekreacji, istota masy i składu ciała w sporcie wyczynowym, środki i metody treningu fizycznego, analizy diety sportowców, przykładowe rozwiązania dietetyczno-suplementacyjne oraz nadwaga i otyłość, a także dieta i suplementacja w kuracjach odchudzających.

- Myślę, że to bardzo ciekawa pozycja na rynku, w której każdy znajdzie jakieś wartościowe informacje, które będzie mógł wykorzystać. To ważne, bo takich opracowań brakowało na rynku - przekonuje autor.

Książka ukazała się w nakładzie 1000 egzemplarzy i w pierwszej kolejności trafi do studentów uczelni wyższych związanych ze sportem i żywieniem.

AK

UNDICOM.PL - BUSINESS CLUB

Piast Business Club jest młodą organizacją biznesową skupiającą przedsiębiorstwa z całego Śląska. Głównym zadaniem jest stymulowanie kontaktów gospodarczych pomiędzy członkami klubu oraz stworzenie platformy biznesowej dającej firmom możliwość rozwoju. Pragniemy przedstawić Państwu Partnera Piast Business Club: firmę Undicom.pl.

W Piast Business Club od: 1.09.2012 r. Branża: Reklama, Tworzenie stron internetowych, E-commerce Pakiet: Pakiet Czerwony. Adres: Ul. Kościuszki 1c, 7 piętro 32 232 15 25 wew. 150; 517 744 771; 518 070 993

e-mail: biuro@undicom.pl, www.undicom.pl

Specjalizujemy się w dostarczaniu interaktywnych, skutecznych rozwiązań reklamowych. Naszym zadaniem jest kompleksowa obsługa firm w zakresie projektowania stron, budowy portali i tworzenia sklepów internetowych.

Jesteśmy grupą profesjonalistów. Każdy z nas posiada unikalny zakres kompetencji. Na swoim koncie mamy liczne realizacje oraz grono zadowolonych Klientów.

Undicom.pl tworzymy z pasją.

Kim jesteśmy? Jesteśmy grupą profesjonalistów. Każdy z nas posiada unikalny zakres kompetencji - wspólnie tworzymy zespół wyspecjalizowany w kreowaniu rozwiązań na potrzeby szeroko pojętej reklamy w Internecie. Tworzymy zespół ludzi kreatywnych i zaangażowanych w realizowane projekty. Lubimy swoją pracę. Tworzymy z pasją!

Każdego Klienta traktujemy indywidualnie.

Rozwiązania przygotowujemy w ścisłej współpracy z Pań-



stwem - tak, by najlepiej odpowiadały na potrzeby i oczekiwania. Zależy nam na budowaniu trwałych relacji, dlatego stawiamy na partnerstwo i pełną przejrzystość działań - to sprawdzony system, który pozwala na tworzenie skutecznych rozwiązań w optymalnym dla nas i Państwa czasie.

Stała współpraca - to się oplaca.

Działamy na rynku od paru lat. Za sukces poczytujemy fakt, iż z wieloma naszymi Klientami współpracujemy od początku naszej działalności. Dziękujemy i zapraszamy do powierzania nam kolejnych zadań. Jeśli jeszcze nie korzystali Państwo z naszych usług - prosimy o kontakt.

Będzie nam niezmiernie miło powitać Państwa w gronie naszych Klientów.

Zapraszamy do zapoznania się z ofertą Piast Business Club. www.piast-gliwice.eu

Kontakt z Piast Business Club:
Kamil Kogut
kamil.kogut@piastbc.pl;
784 051 071

Rozmowa z bramkarzem

Piasta Gliwice

Dariuszem Trelą

LUBIĘ INTERWENIOWAĆ



W ekstraklasie nie brakuje okazji, żeby Dariusz Trela mógł się wykazać. W bramce niebiesko-czerwonych do tej pory spisuje się znakomicie, czasami zyskując miano... bohatera spotkania.

- Nie specjalnie byłeś chętny do udzielania wywiadu...

- Nie lubię tego całego zamieszania, wypowiedzi dla mediów i wywiadów. Wolę być w cieniu, a niech ludzie piszą co myślą. Co mogę powiedzieć odkrywczego. Na każdym meczu tak samo jak koledzy dają z siebie wszystko, a resztę mówi wynik spotkania.

- Ale ten wynik często zależy od Ciebie. Możesz uratować zespół lub go pograć. Ostatnio, chyba to przyznasz, miałeś dość dużo pracy między słupkami.

- W meczu im więcej jest sytuacji, im więcej mam interwencji - tym pewniej się czuję i nie mam problemów ze skupieniem się na meczu. Po prostu jest łatwiej grać, choć z perspektywy publiczności pewnie wygląda to bardziej dramatycznie...

- Nie denerwujesz się na kolegów, że dopuszczają do takich sytuacji, że musisz interweniować?

- Jestem zadowolony, że mogę pomóc drużynie i są efekty w postaci trzech punktów. Faktycznie, trzeba jednak pracować nad tym, żeby takie sytuacje się nie powtarzały, żeby panował spokój na boisku i nie było nerwowości, zwłaszcza w końcówkach spotkań. Z drugiej strony trzeba zrozumieć, że to jest piłka nożna, a ona rządzi się swoimi prawami. Nie wszystko można przewidzieć i przetrenować.

- Ostatnio na boisku trochę jednak na nich krzyczałeś...

- Czasami bramkarz musi stanąć na wysokości zadania, wzbudzić emocje i pobudzić kolegów z zespołu żeby lepiej pomagali w obronie...

- Co jest najgorsze dla bramkarza?

- Najgorsze jest puścić bramkę i przegrać mecz. To jest najgorsze...

- Nawet jak nie ma w tym twojej winy?

- W meczu z Lubinem bramka wpadła akurat z mojej winy. Temu co się stało mogłem i powinienem zapobiec. Analizowaliśmy to później na treningach.

- Nie wszystko można obronić.

- Nie, ale zawsze pozostaje taka sportowa złość, że się nie udało strzelać obronić. Może trzeba było się bardziej postarać?

- Debiutowałeś w ekstraklasie i ten debiut nie był przyjemny...

- Przegraliśmy pierwszy mecz, drugi tak samo. Nie ukrywam, że był duży niedosyt, bo mogliśmy zdobyć punkty już wcześniej. Nie udało się i dopiero w trzecim meczu się przełamaliśmy. Teraz piłka jest w grze. Pewnie będzie różnie, ale zawsze będziemy dawać z siebie wszystko.

- Miałeś też trochę szczęścia. W ostatnim meczu ligowym widzieliśmy słupki, poprzeczkę...

- Faktycznie wyglądało to nieco dramatycznie, ale... tak naprawdę cała obrona wykonała kawał dobrej roboty. Ja też byłem potrzebny i nie popełniłem błędów. W mojej pracy najgorsze jest popełnić błąd, bo nikt go już nie naprawi i może zadecydować o wyniku spotkania. Dlatego nie stać mnie na popełnianie błędów.

- Mówiłeś, że na treningu przygotowujecie się pod konkretne mecze. Na czym to polega?

- Nie chcę zdradzać szczegółów, ale każdy bramkarz ma swoje mocne i słabe strony. Analizujemy grę, omawiamy sposób zachowania się w bramce, ćwiczymy różne sytuacje. Najcięższy jest początek tygodnia, to naprawdę intensywna praca. Im bliżej meczu, tym jest lżej.

- W meczu z Pogonią miałeś dość mocne starcie z rywalem i konieczna była interwencja lekarza.

- Taka jest piłka nożna. Moją rolą jest bronić bramki, jeśli trzeba całym ciałem. Trzeba było wejść, nie zawahałem się i to ja wygrałem

ten pojedynek. Na szczęście rywal zrobił to z głową i nie wszedł we mnie z całym impetem, bo to mogłoby się źle skończyć.

- Obroniłeś też sytuację 100 procentową...

- To raczej kwestia błędu rywala niż moich umiejętności. zasłoniłem bramkę, uderzyłem piłkę i udało się ją wybić w poprzeczkę. Miałem dużo szczęścia.

- Zdarzyła ci się kiedyś taka wpadka, że do dzisiaj jest ci wstyd?

- O tym wolałbym nie mówić...

- Czyli się zdarzyła?

- Wybiłem kiedyś piłkę prosto w plecy piłkarza przede mną.

- I wpadła do bramki?

- Niestety, wpadła... Piłka nożna to gra błędów, ale akurat tego wolałbym nie popełniać.

- To się na szczęście nie zdarzyło w ekstraklasie.

- Po takim błędzie byłbym bohaterem YouTube, a jak mówiłem, nie lubię zamieszania wokół siebie, więc będę takich błędów unikał.

- Jest różnica w grze między I ligą a ekstraklasą?

- W ekstraklasie gra się dużo

po ziemi, nie ma chaotycznej gry i dalekich podań od obrońcy do napastnika. Rywale są bardziej precyzyjni, uderzenia dokładne, a strzały trudniejsze do obrony. Najczęściej są to zagrania techniczne, a nie na siłę. Mimo to, nie mam obaw przed rywalami z ekstraklasy. Jesteśmy przygotowani.

- To zostawmy bieżącą sytuację i przyjrzyjmy się twojej historii. Jak to się stało, że zostałeś bramkarzem?

- Mam 188 cm wzrostu, a to już jest coś... A wszystko zaczęło się na podwórku przed domem. Potem mój bram Michał (3 lata starszy) zabrał mnie na pierwszy trening do MKS-u Skawinka, gdzie sam grał jako środkowy pomocnik. I tak zostałem piłkarzem.

- A brat?

- Żeby było śmiesznie, on przestał grać w piłkę i postawił na naukę. Teraz pracuje w garniturze na stanowisku kierowniczym, a biegam w krótkich spodenkach?

- Nie zazdrości ci trochę?

- Raczej nie. Wspiera mnie, dopinguje, przyjeżdża na wszystkie mecze.

- Rodzice nie denerwowali się, że ty zostawiłeś naukę?

- Nigdy. Dali mi wolną rękę i zawsze mnie wspierali. Zresztą to nie tak, że się nie uczyłem. Zawsze sobie radziłem i miałem dobre oceny. Tata nie może mieć do mnie pretensji, bo sam dołał oliwy do ognia. Przeczytał w gazecie o trampkarzach Wisły i pojechał ze mną na trening. Zagraliśmy mecz trampkarze młodszy na starszych, a po meczu trener zaproponował mi treningi. I tak trafiłem do Wisły.

- Byłeś wtedy w trzeciej klasie podstawówki...

- I dojeżdżałem 20 kilometrów do Krakowa. Autobusem, bussem, czasami z tatą. Różnie. Tak przechodziłem każdy szczebel piłkarskiej kariery, od trampkarza do juniora, a jak nadszedł czas seniorski trzeba było podjąć decyzję co dalej. Przeszedłem do Olkusza, potem do Brzeska, gdzie byliśmy bliscy awansu do I ligi. Nie udało się bo zabrakło... jednego punktu. Potem przyjechałem do Gliwic i zostałem tutaj do dziś.

- I jak oceniasz klub?

- Jest profesjonalny. Nie mam nic więcej do dodania.

- W Gliwicach mieszkasz z narzeczoną.

- Znamy się cztery lata, w zeszłym roku się oświadczyłem, ale jeszcze nie udało nam się pobrać.

- Jak wytrzymuje twoje piłkarskie obowiązki?

- Na początku było ciężko. Jak się zaczęła seniorska piłka to skończyły się wolne weekendy, zaczęły się wyjazdy. Na szczęście oboje się do tego przyzwyczailiśmy.

- Kibicuje?

- Jak tylko może, to jest ze mną na każdym meczu. Jest wiernym kibicem Piasta.

- A co dalej planujesz robić w życiu?

- Mam 23 lata, a już czuję się staro (śmiech). Marzy mi się dobrze grać i zostać w drużynie jak najdłużej. Piłka to jest to czym chcę się zajmować w życiu. Kosztowało mnie to wiele wyrzeczeń i już z tego nie zrezygnuję.

- A jak atmosfera w szatni?

- Bardzo dobrze. Jesteśmy zgrani na boisku i poza nim.

- Czasami na meczach pojawia się Jurek Dudek. Aż się prosi o pytanie, czy masz jakiegoś piłkarskiego idola?

- Nie mam specjalnego wzoru i podpatruję zachowania różnych bramkarzy. To jednak bardzo miłe, kiedy tacy ludzie, którzy osiągnęli w piłce naprawdę dużo, przychodzą na nasze mecze, przywitają się i powiedzą coś miłego. To daje kopa.

- Czego możemy się spodziewać w tym sezonie?

- Wielu emocji.

KRÓTKO

Oddaj krew z Piastem

W poniedziałek, w godz. 10.00 - 17.00, na placu dworcowym w Gliwicach odbędzie się comiesięczna akcja pobierania krwi, organizowana przez Centrum Krwiodawstwa w Katowicach. O godz. 13.30 pojawią się piłkarze Piasta Gliwice, zachęcając do oddawania krwi. Dla wszystkich, którzy w tym dniu zdecydują się oddać krew, mamy specjalne zaproszenia na jeden z ligowych pojedynków z udziałem niebiesko-czerwonych.

Wizyta komendanta

Rafała Kochańczyk, były zastępca komendanta miejskiego ds. prewencji odwiedził Piasta Gliwice. Kochańczyk, związany z gliwicką policją od 19 lat, w kwietniu objął stanowisko zastępcy Świętokrzyskiego Komendanta Wojewódzkiego Policji. Komendant był odpowiedzialny m.in. za zabezpieczenie imprez masowych na stadionie przy ul. Okrzei 20.

Rok 2003 był początkiem współdziałania Klubu i komendanta Kochańczyka w obszarze organizacji imprez masowych na gliwickim obiekcie. W trakcie dziewięcioletniej współpracy przeprowadzono wiele imprez masowych, które pomimo trudności infrastrukturalnych, odbywały się w bezpiecznej atmosferze i w tym czasie nie zanotowano poważniejszych incydentów. Ów stan rzeczy został osiągnięty dzięki czynnikowi ludzkiemu i sprawnej, skutecznej organizacji. Stosowano nowatorskie rozwiązania, nie



naruszając obowiązujących przepisów ustawy o bezpieczeństwie imprez masowych.

- Współpraca i współdziałanie z komendantem Kochańczykiem było oparte na dużej fachowości i doświadczeniu. – mówi prezes Drabicki.

- Serdecznie dziękuję za te wszystkie lata Zarządowi Klubu, pracownikom, kibicom i policjantom. Bez dobrej współpracy wszystkich podmiotów, osiągnięcie zamierzonego efektu byłoby niemożliwe. – podkreśla Kochańczyk.

Komendantowi Rafałowi Kochańczykowi życzymy samych sukcesów na nowym stanowisku.

Reklama w gazecie Piasta

Warto skorzystać z okazji i zareklamować się w naszej gazecie. To najlepszy sposób na dotarcie do kibiców, których w naszym mieście nie brakuje. W każdy poniedziałek 15 000 gazet Piasta Gliwice trafia do rąk mieszkańców naszego miasta. Wykorzystaj okazję i za niewielkie pieniądze rozreklamuj swoją firmę.

Reklama już od 250 złotych! Projekt wykonamy dla Was za darmo. Sprawdź naszą ofertę.

Kontakt: **Andrzej Oksztul: 501-431-100**

PIAST GLIWICE

sprawdź
naszą
ofertę
www.piast-gliwice.eu



szukamy
sponsora TYTULARNEGO



Nazwa stadionu może należeć do Twojej firmy.

Wraz z nią prawa komercyjne oraz wizerunkowe stadionu wraz możliwością wykorzystania łoża VIP.

FUNDACJA RadAÑ[®]

WSPIERAJ SPORT W GLIWICACH
KRS 0000283966

1%

RadAÑ[®] RadAÑ[®] RadAÑ[®]



Wojownicy w grze



Twierdza Okrzei 20

PIAST

www.piast-gliwice.eu

15.09.2012 - wyjazd
Piast Gliwice - Lechia Gdańsk
22.09.2012 - wyjazd
Piast Gliwice - Jagiellonia Białystok

zostań
12 zawodnikiem

