

„Przyjemnie czasem komuś huknąć”



– Ten sport niesamowicie uzależnia – wielka adrenalina, poczucie wspólnoty w drużynie. Poza tym przyjemnie czasem komuś huknąć na boisku – tak o futbolu amerykańskim wypowiada się Paweł Klawender, trener drużyny Gliwice Lions. W najbliższy weekend najwięksi twardziele wśród gliwickich sportowców rozpoczynają sezon.

lana, w najgorszym wypadku zerwane wiązania albo złamanie. Ale to naprawdę bardzo rzadko się zdarza – uspokaja trener i jednocześnie futbolista Lionsów.

Co jest konieczne, by odnieść sukces futbolu? Zdaniem trenera Gliwice Lions, osoby



Fot. gliwiceions.pl

W skład drużyny Gliwice Lions wchodzi około 40 zawodników w przedziale wiekowym od 17 do 40 lat. Trwające po 2-3 godziny sesje treningowe Lionsi przeprowadzają trzy razy w tygodniu, między innymi na Orliku przy ulicy Jasnej. Już za kilka dni pierwszy mecz w sezonie. Gliwice Lions wyjadą do Szczecina na spotkanie z tamtejszą Husarią. Na treningu trener cierpliwie wyjaśnia założenia taktyczne, futbolisci do znudzenia powtarzają określone zagrania.

amerykańskim do tanich nie należy. Używany strój i sprzęt do gry to wydatek rzędu kilkuset złotych. Za zupełnie nowe wyposażenie zapłacimy ponad tysiąc złotych. Zawodnicy grają w zespole amatorsko, na co dzień studiują lub pracują, a koszty wyjazdów na mecze pokrywają z własnej kieszeni.

– Gliwickie wodociągi troszkę nas wspomogły. Za wyjazdy, stroje, karetkę, boisko zawodnicy płacą jednak sami – wyjaśnia Klawender.



Fot. gliwiceions.pl

zastanawiające się nad wstąpieniem do drużyny powinny wykazać się przede wszystkim ambicją i wolą walki.

Jeżeli będą przychodzić na treningi i ciężko harować, to jest to sport dla nich. Wiadomo, że jak spotkają się dwaj zawodnicy o takich samych umiejętnościach, to wygra ten z większą masą mięśniową. Trzeba jednak pamiętać, że są różne pozycje – w linii ofensywnej są duże chłopaki, a na skrzydle są raczej szybcy i zwinni. Dla każdego coś się znajdzie, o ile jest zaangażowany – tłumaczy Klawender.

Futbolistom amerykańskim w rozpoczynającym się sezonie z Gliwic życzymy jak najmniej i rosnącej rzeszy fanów.

Michał Pac Pomarnacki



Fot. Lukasz Gawin

Sezon futbolu amerykańskiego trwa od kwietnia do połowy lipca. Lionsi rozpoczynają treningi już w październiku. I liga, w której obecnie znajduje się gliwicka drużyna, podzielona jest na cztery dywizje. W tym sezonie gliwiczanie będą rywalizować z zespołami z Tychów, Bielawy oraz Szczecina.

Futbol amerykański nie jest dyscypliną dla „mięczaków”. Jak to bywa w sportach bardzo kontaktowych, zawodnikom czasami przytrafiają się urazy i kontuzje.

– Jakoś tak się dzieje, że wszystkie poważniejsze kontuzje odnosimy w głupi i przypadkowy sposób. Najczęstsze urazy to skręcone kostki i ko-

– Mówi się, że futbol amerykański to sport dla wszystkich. Coś w tym jest. To sport dla niskich, wysokich, chudych, grubych – o ile są zaangażowani.



Po kilkuletnich występach w Orontowicach, Lionsi wracają do Gliwic, na stadion w Wilczym Gardle. Wstęp na rozgrywki jest dla wszystkich wolny. Na stadionie panuje rodzinna piknikowa atmosfera, a mecze urozmaicane są różnymi występami. Na poprzedni obiekt regularnie przychodziło 200-300 fanów. Wszyscy w klubie liczą, że domowe spotkania Lionsów w Wilczym Gardle będą przyciągały więcej kibiców.

– W końcu jesteśmy w Gliwicach, mamy nadzieję, że frekwencja dopisze i kibiców będzie sporo. Może uda nam się w końcu ten sport wypromować w Gliwicach? – zastanawia się trener Lionsów.

Być może wśród nowych kibiców znajdą się tacy, którzy zamarzą o wstąpieniu do drużyny? Przygoda z futbolem



Fot. gliwiceions.pl

Na czym polega futbol amerykański?

Reguły tej skomplikowanej i stosunkowo mało znanej w Polsce dyscypliny wyjaśnia trener Lionsów.

– Gra w meczu trwa 4x12 minut. Czas jest zatrzymywany, więc jeden mecz może potrwać nawet do trzech godzin. Gra się po jedenastu zawodników. Są trzy formacje – specjalne, ataku i obrony. Gra polega na tym, że formacja ataku, która ma piłkę, musi z nią dojść do końca boiska. Ma na to kilka prób. W czterech próbach musi zdobyć dziesięć jardów tj. około dziewięciu metrów. Jeżeli formacji ataku się uda, dalej jest przy piłce i ma kolejne cztery próby. Jeżeli się nie uda, formacja ataku opuszcza boisko, a wchodzi obrona. Wtedy następuje zamiana ról – druga drużyna się broni.

– W momencie, gdy zakładam ochraniacze, to już czuję mecz – aż chce się grać. Szukam kontaktu na boisku, by było go jak najwięcej. Na drugi dzień, gdy wstaję obolały po meczu, to wiadomo, że to jest to. O to chodzi! – z uśmiechem stwierdza Paweł Klawender.