

Polski biegun

Cztery godziny, sześć minut i 34 sekundy, tyle zajęło Piotrowi Sucheni zrealizowanie największego sportowego marzenia. Gdynianin, jako pierwszy wbiegł na metę North Pole Marathon, określanego mianem najbardziej zimnego i ekstremalnego maratonu na świecie.

Jakie to uczucie zerwać wstęgę na finiszu?

Piotr Suchenia (P.S): Olbrzymia euforia! Mogę powiedzieć nie przesadzając i nie koloryzując, że łzy cisną się do oczu, a w sporcie jestem już prawie 30 lat.

Jesteś zawodowym biegaczem?

P.S: Od najmłodszych lat uprawiam sport. Nierozzerwalnie związany z aktywnością! Systematycznie startuję, w dorobku są imprezy, którymi mogę się szczycić między innymi drużynowe złoto z ubiegłorocznych Mistrzostw Świata Weteranów w Lekkiej Atletyce, który zdobyłem w australijskim Perth.

Uwierzyłeś, że marzenia da się spełnić niezależnie od wieku i geolokalizacji?

P.S: Zacytuję klasyka, Marka Kamińskiego, „Najgorszy jest brak wiary, on nas zabija, bez niej marzenia obumierają” i uważam, że właśnie ten cytat jest idealnym kierunkowskazem, dla każdego kto marzy o jakimś odległym celu, biegunie, wejściu na wysoką górę, czy przebiegnięciu 1 km, bo dla niektórych osób symboliczny 1 km jest właśnie takim marzeniem. Trzeba wierzyć i iść do przodu. Małymi kroczkami, ale zawsze do przodu. Mimo wielu przeciwności, trudności ja wierzyłem i ta wiara pomogła spełnić moje marzenie.

Jak wyglądały Twoje przygotowania do maratonu?

P.S: Zaplanowałem typowy trening do maratonu jednak z perspektywy czasu bardziej przypominał przygotowania do półmaratonu z uwagi na start właśnie na tym dystansie w Mistrzostwach Świata Weteranów. North Pole był rozgrywany chwilę po. Generalnie nic nie szło po mojej myśli. W lutym złapałem jakiegoś wirusa i „uciekło” mi prawie 200 km z treningu w tym najgorszym okresie. Tak też plan się lekko posypał. Półmaraton ukończyłem z bardzo słabym wynikiem, więc miałem sporo obaw przed znacznie dłuższym biegiem, szczególnie że treningowo moim maksem było 26 km. Nie przebiegłem przed maratonem żadnej trzydziestki... , co to znaczy dla maratończyka, nie muszę mówić. Podsumowując – przygotowania były kiepskie. Mimo chęci i nastawienia bojowego, trening zrealizowałem może w 70 procentach.

Był stres? To były najdłuższe 4 godziny?

P.S: Tak, dopadł mnie na kilka dni przed wylotem na północ. Mimo, że od dawna do maratonu podchodzę na chłodno i element stresu udało mi się wyeliminować, to

teraz wiedziałem, jaka jest moja forma, a raczej jej brak, a dodatkowo wiedziałem, że nie będzie to luźny bieg po ulicy, lecz ciężka harówka przy – 30 czy – 40 stopniach, w bardzo nieprzyjnym podłożu. Może wydać się to dość absurdalne, ja nienawidzę biegać po śniegu. Wolałbym już pobiec 42 km po lodzie, niż po takim podłożu, jakie spotkało mnie na biegunie. Czy to były najdłuższe 4 godziny... chyba tak. Przez te 4 godziny przeanalizowałem całe moje życie, od A do Z i było warto. Nabrałem trochę pokory do życia, dystansu i zacząłem patrzeć na świat z innej perspektywy. Przez takie 4 godziny walki z samym sobą naprawdę można bardzo wiele tematów przemyśleć.

Pomysł na start mocno nietypowy, dlaczego biegun?

P.S: Dawno temu, koleżanka wspomniała mi o maratonie w norweskim Tromsø rozgrywanym w dzień polarny, zapragnąłem tam pojechać. Tromsø jest położone na 69 N, czyli powyżej koła podbiegunowego. To jednak było dla mnie za „nisko” i zacząłem szukać czegoś bardziej na północ. Znalazłem maraton na Spitsbergenie, ale przestał być on rozgrywany na jakiś czas, więc znalazłem w sieci właśnie North Pole Marathon. Nie dość, że biegun północny, czyli początek i koniec świata za razem, to jeszcze maraton, czyli magiczny dystans w magicznym miejscu. Postanowiłem, że muszę tam wystartować, lecz jak zobaczyłem ile wynosi wpisowe, zaczęły robić się schody. Bardzo wysokie schody...

Mimo tego determinacji wystarczyło na wpisowe?

P.S: Przy pomocy najbliższych i sponsorów. Z pewnością jednak w najbliższym czasie na ekskluzywny urlop z ukochaną żoną nie pojedę (śmiech)!

Polska flaga – były łzy na mecie?

P.S: Tak, była Polska flaga, emocje i sople zamiast łez, gdyż kąciaki oczu miałem zamrożone... , ale emocje i uczucie były niesamowite. Ciężko to opisać. Za każdym razem, jak oglądam relację video z tego biegu, czuję to samo.

Co działo się przed biegiem? Jaka panowała atmosfera?

P.S: Wylądowaliśmy w Barneo Camp przed 20, po wyjściu z samolotu położyło nas na łopatki zimno, przeraźliwe, okrutne zimno. Wiedziałem, że będzie mróz, ale nie zdawałem sobie sprawy, że aż taki. Po przylocie, serii zdjęć na płycie lotniska prawie odmroziłem sobie nos i tylko dzięki błyskawicznej reakcji organizatora, udało się temu zapobiec. Widać było wielkie napięcie, adrenalinę, szczególnie w momencie, kiedy organizator powiedział, że za dwie i pół godziny startujemy..., a myśmy w najlepsze zajadali się rybą, ziemniakami i kiszoną kapustą w stołówce. Każdy z nas myślał, że pójdziemy spać i wystartujemy w niedzielę rano, a tu taka niespodzianka.

Biegłeś po to, aby wygrać?

P.S: Chyba każdy sportowiec podejmując rywalizację walczy o zwycięstwo. Chciałem wygrać i gdzieś tam w głowie była taka myśl, ale to jest maraton. Wiedziałem, że to długi bieg w bardzo trudnych warunkach, gdzie wszystko może się zdarzyć. Podchodziłem do tego na chłodno, z dużym respektem, szczególnie że zdawałem sobie sprawę, że rywale w tym roku będą bardzo mocni i przyjdzie mi ścigać się z Nepalskimi ultra maratończykami, którzy z powodzeniem startują w takich ciężkich

biegach, jak Mount Everest Marathon. Nastawiłem się, że muszę być czujny, spokojny, gdyż tylko spokój i opanowanie może być drogą do sukcesu.

Duch rywalizacji drzemie w Tobie od zawsze?

P.S: Tak, od kiedy pamiętam lubiłem się ścigać i rywalizować. Nawet w przedszkolu w wyścigach od płotu do huśtawki.

Co planujesz w najbliższym czasie?

P.S: Trochę odpocznę i pobawię się w bieganie, swoje na wiosnę zrobiłem i będę startował bardziej dla funu w lokalnych imprezach. Żadnego ciśnienia, żadnej presji na wynik. Pierwszy poważniejszy start będzie dopiero pod koniec października, czyli Frankfurt Marathon. Tam powalczę o wynik w granicach 2:34-35. Następnie w listopadzie Curacao Marathon, czyli kolejny bieg w temperaturze + 30 C i wysokiej wilgotności, jednakże moja głowa w tym momencie znajduje się na dalekim południu, na 80 S, czyli na Antarktydzie. W listopadzie 2018 r. planuję pobiec Ice Marathon na Union Glacier i tym samym zdobyć „północ” i „południe”, ale do tego potrzeba dość dużych środków finansowych.

Czy maratony ekstremalne to jednocześnie ekstremalne założenie, jako mężczyzny? Udowadniasz sobie coś w ten sposób?

P.S: Lubię wyzwania, ale kocham maraton. Ten dystans to coś, co mnie w życiu nakręca. Ma dla mnie magię. Bieg maratoński rozgrywany w tak ekstremalnym miejscu, jak biegun północny, gdzie temperatura odczuwalna wynosi – 50 C, w każdej chwili możemy wpaść w lodową szczelinę, czy może przyjść załamanie pogody sprawiając że momentalnie przeniesiemy się na inny świat to pewnego rodzaju hołd dla matki natury. To brutalna rywalizacja z siłami przyrody i pokazanie sobie, że człowiek momentalnie staje się małym nic nie znaczącym punktem. To nie jest udowodnienia sobie męskości, czy pokazywanie, jaki to jestem kozak. Na biegunie nie ma nic. W każdej chwili wszystko może zniknąć i nikt nam nie pomoże. To coś mistycznego. Tylko człowiek i natura. To trzeba przeżyć.

O czym myślałeś biegnąc?

P.S: Początkowo o rywalach, wkurzałem się na nich, że nie dają mi zmian, i sam muszę wytyczać optymalną trasę, myślałem o strategii, o tym czy zatrzymać się przy punkcie z piciem, czy nie za mało wzięłem żeli i czy na pewno jestem dobrze ubrany. To były takie błahostki. Później, wraz z dystansem i upływającym czasem, kiedy zmęczenie narastało i robiło się naprawdę ciężko zacząłem się motywować wracając myślami do fajnych chwil. Tych mniej i bardziej osobistych. Myślałem o moich bliskich, o żonie, rodzinie i o osobach, które mi pomogły być tam, gdzie byłem. To pomagało zwalczyć trudy biegu i nie skupiać się na myśli, jak jest ciężko i zimno. Jak zacząłbym myśleć, że nie dam rady, że jest zimno, że wieje, czy że zapadam się w śnieg i lepiej zwolnić, pewnie bym odpuścił, ale takie myślenie u mnie nie działa. Tak nie można myśleć, bo człowiek z automatu się podda i odpuści i potem jak spojrzysz sobie w oczy przed lustrem ? Motywacja, silna głowa i utożsamienie się z bólem i cierpieniem poprzez zaprzętanie sobie głowy fajnymi myślami, miłymi sytuacjami wziętymi z życia to recepta do sukcesu.

To jedyna recepta na sukces według Piotra Sucheni?

P.S: Dodam jeszcze wiarę w siebie i spokój, trzeba pamiętać że pośpiech jest złym doradcą i lepiej wszystko przemyśleć trzy razy, szczególnie w sporcie nie mówiąc o maratonie

Biegasz, bo lubisz? Czym zajmujesz się na co dzień?

P.S: Lubię biegać, chociaż ostatnio bardziej lubię trenować, niż startować. To sprawia mi cały czas przyjemność i cały czas mnie nakręca. Na co dzień pracuję w Gdyńskim Centrum Sportu organizując imprezy sportowe w mieście, prowadzę własną firmę zajmującą się szkoleniem biegaczy i triathlonistów, prowadzę treningi personalne dla osób indywidualnych i dla firm, czyli nie narzekam na nadmiar czasu wolnego. Zazwyczaj doba jest za krótka, żeby wszystko ogarnąć, ale to jest fajne. Jest co robić.

Oddech rywali, poczucie ryzyka i przerażające zimno – byłeś gotowy aby pokonać swoje słabości? Gdzie i kiedy zatrzyma się Mistrz?

P.S: Nie do końca zdawałem sobie sprawę, jak tam będzie zimno i w jak ciężkich warunkach będę musiał rywalizować, ale odpowiednie myślenie, koncentracja i poustawianie sobie w głowie tego, co wydarzy się po strzale startera uspokoiło mnie. Od momentu startu byłem w 110% gotów. Jakbym się zawahał na starcie powiedział sobie, że jestem gotów w 90% , że rywale są silniejsi i jest zimno na pewno przegrałbym ten wyścig.

Mistrz... żaden ze mnie mistrz. Jestem średniej klasy maratończykiem z pasją i marzeniami i chciałbym, żeby tak zostało. Moim celem jest przebiegnięcie maratonu na każdym kontynencie, oraz na biegnie północnym, więc powoli z roku na rok będę zbierał swoje kontynenty, a co będzie potem? Nie wiem. Często do głowy przychodzą mi szalone pomysły, więc coś pewnie wymyślę. Zacytuję jeszcze na koniec Marka Twaina... „Za dwadzieścia lat bardziej będziesz żałował tego, czego nie zrobiłeś, niż tego, co zrobiłeś. Więc odwiąż liny, opuść bezpieczną przystań. Złap żagle pomyślnie wiatry. Podróżuj. Śnij. Odkrywaj.” Może to sprawi, by więcej ludzi ruszyło w pogoń za własnymi marzeniami...