



# ***MAM TALENT***

## **Mistrzynią Polski została Monika Woźniak (adult, niebieskie -71.5 kg)**

### **Zawodniczka Forca Brawa**

Brazylijskie jiu-jitsu trenuję od ponad 3 lat. Interesowałam się tym sportem dłużej niż trenuje. Zawsze z wielkim zainteresowaniem przyglądałam się sztukom walk. W dzieciństwie bardzo chciałam trenować karate. Wiedziałam, że w Opolu są dwa kluby brazylijskiego jiu-jitsu. Na tamte czasy były to Forca Brava oraz Lutadores. Nigdy nie miałam odwagi pójść na trening, ponieważ w żadnym z klubów nie było sekcji wyłącznie dla kobiet. Sądziłam, że nie poradzę sobie trenując z mężczyznami przede wszystkim dlatego, że są znacznie silniejsi i bez sensu byłoby wychodzić za każdym razem poobijaną z treningu. Dziś to ja pokonuję mężczyzn.

Miałam wypadek, który spowodował poważne uszkodzenia w moim kolanie i wtedy w moim życiu pojawił się człowiek, któremu wiele zawdzięczam. Przede wszystkim to, że trenuję BJJ. Paweł Tomalik był moim fizjoterapeutą, który pomagał mi wrócić do normalnego funkcjonowania na co dzień. Tak naprawdę, to uczyłam się chodzić na nowo... Na każdej sesji dużo rozmawialiśmy o sportach, a o BJJ najwięcej. Pewnego dnia Paweł, który jest właścicielem klubu Next Level w Opolu, poinformował mnie, że otwiera w swoim klubie sekcję BJJ wyłącznie dla kobiet. Zapytał, czy przyjdę. Bez zastanowienia zapytałam kiedy. Bardzo dziękuję Pawłowi za wszystko, co dla mnie zrobił. Jako mój trener i fizjoterapeuta bardzo dbał na treningach, abym z kobiety, która chodząc utykała, zmieniła się w sportowca. Jako trener bardzo chciał, żebym startowała na zawodach, ale jako fizjoterapeuta mówił „jeszcze nie jesteś gotowa”. Na moje pierwsze zawody pozwolił mi pojechać w listopadzie 2017 roku. Tak się rozpędziłam, że wystartowałam w trzech turniejach, w ciągu trzech tygodni, przywożąc dwa złote i jeden srebrny medal. Mało który zawodnik BJJ może pochwalić się takim debiutem. Szybko dostałam niebieski pas od mojego trenera Pawła Tomalika, ponieważ wygrywałam wszystkie zawody, na które pojechałam. Stwierdził więc, że nie ma sensu trzymać mnie dalej na białym pasie. Niebieski pas mam niecałe dwa lata.

Na swoim koncie mam 23 medale, w tym 13 złotych. Walczę w dwóch formułach Gi (kimona) oraz NoGi (bez kimon). Każdy wywalczony medal, czy to na białym, czy na niebieskim pasie, w szczególności złoty, daje mi wiele radości, jednakże najbardziej dumna jestem z obecnego tytułu Mistrzyni Polski kat. adult, niebieskie pasy. Był to jeden z moich szesnastu głównych medalowych

celów na drodze BJJ. Znaczące też było zdobycie złotego medalu wywalczonego we wrześniu roku ubiegłego, podczas Pucharu Polski. Oba medale zdobyte były w formułach NoGi. Nie ukrywam, że brąz z Mistrzostw Polski w Katowicach zdobyty w ubiegłym roku (w formule Gi) także ma dla mnie wielkie znaczenie. Moje ostatnie sukcesy zawdzięczam obecnemu trenerowi Leszkowi Jaremkowskiemu, który na moje przygotowania poświęcił wiele czasu i uwagi oraz kibicował mi całym sercem na zawodach. Jestem pewna, że na jakie zawody nie pojedę, zawsze będzie mnie wspierał.

Oprócz wspomnianych wcześniej sukcesów, z ważniejszych imprez posiadam złoto (NoGi) i brąz (Gi) zdobyte podczas Mistrzostw Europy 2018, w federacji CBJP, złoto (Gi) i złoto (NoGi) zdobyte podczas Pucharu Polski 2018, srebro (NoGi) i brąz (Gi) zdobyte podczas Mistrzostw Europy 2019, w federacji CBJP. Moim największym marzeniem jest przywieźć do Polski złoto z Mistrzostw Europy w Rzymie oraz Mistrzostw Europy w Lizbonie, jednakże start na tych zawodach wiąże się z dużym obciążeniem finansowym. Największą bolączką zawodników brazylijskiego jiu-jitsu w Polsce jest to, że chcąc startować musimy opłacać wszystko z własnej kieszeni. Zawsze powtarzam, że marzenia są po to, aby je realizować, a więc i te kiedyś zrealizuję!!!

