

# W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH



Funkcjonariusz działu ochrony Zakładu Karnego w Łupkowie Oddziału Zewnętrznego w Moszczańcu odnosi sukcesy w Trójboju Siłowym.

Wśród wielu wymogów jakie musi spełniać funkcjonariusz Służby Więziennej, jest też ten odnoszący się do zachowania wysokiej sprawności fizycznej. Niektórzy z Nas jej poziom podnoszą dość wysoko, zachęcając tym samym innych do "trzymania formy". Szeregowy Mateusz Winnicki w Służbie Więziennej pełni służbę od 2023 roku, realizując zadania w dziale ochrony Oddziału Zewnętrznego w Moszczańcu Zakładu Karnego w Łupkowie. Poza wykonywaniem obowiązków służbowych, w czasie wolnym oddaje się swojemu hobby i pasji - trenowaniu Trójboju Siłowego. Już jako uczeń Liceum Ogólnokształcącego w Rymanowie a następnie student Akademii Nauk Stosowanych w Krośnie, poświęcił się uprawieniu tej wymagającej dyscypliny sportowej. Trenuje od 10 lat, a w pierwszych zawodach brał udział w 2021 roku i od razu zdobył swój pierwszy medal w Akademickich Mistrzostwach Polski. Następnie w 2022 roku pierwszy raz wziął udział w zawodach szczebla ogólnopolskiego w randze Mistrzostw Polski. W kategorii Junior do 23 lat, w kategorii wagowej do 93 kg i kategorii OPEN nie miał sobie równych, zajmując pierwsze miejsce. W 2022 roku pobił rekord Polski w jednej z konkurencji tj. w przysiadzie z wynikiem 280 kg i jak dotąd rekord ten nie został pobity. W ostatnich tygodniach, będąc już szereach Służby Więziennej, wystartował w Mistrzostwach Polski Służb Mundurowych w Trójboju Siłowym. W kategorii do 105 kg zajął pierwsze miejsce; bezkonkurencyjny okazał się w kategorii OPEN, uzyskując wynik 750 kg. Te wyniki zawowocowały powołaniem naszego kolegi do Kadry Polski w Trójboju Siłowym. Jak przyznaje Mateusz receptą na takie sukcesy jest samodyscyplina i niestrudzone dążenie do celu, brak używek, właściwa dieta i odpowiednie towarzystwo. Trenuje 4 razy w tygodniu po 3 godziny, żartując, że w siłowni, w której na co dzień trenuje, zaczyna brakować odpowiedniego obciążenia.

Jednym z elementów ważnych z punktu widzenia pełnienia służby w formacji mundurowej jest sprawność fizyczna. Mateusz przyznaje, że dzięki tak sportowemu stylowi życia nie miał najmniejszych problemów ze zdaniem testów sprawnościowych wymaganych przy przyjęciu do Służby Więziennej, a jego sportowe sukcesy motywują część kolegów ze służby do stałego utrzymywania swojej sprawności fizycznej na wysokim poziomie. Dotychczasowych osiągnięć gratulujemy i życzymy dalszych świetnych wyników.

Tekst i zdjęcia: por. Ernest Drozd.

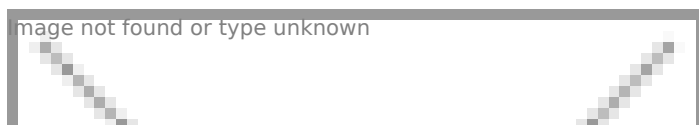


image not found or type unknown



image not found or type unknown



image not found or type unknown

