

# Komenda Główna Straży Granicznej

<https://strazgraniczna.pl/pl/pozostale-informacje/sport-sg/wydarzenia-sportowe/11445,Kobieca-strona-medalu-SG.html>

30.06.2024, 20:12

## Kobieca strona medalu SG

---

Sylwia Wojtowicz  
09.03.2023

---

Tylko w 2022 roku ponad 10 razy staliśmy na podium, dzięki naszym funkcjonariuszkom startującym w różnego rodzaju zawodach sportowych. Kolarki, triathlonistki, sprinterki czy ultramaratonki. Mistrzyni w sztukach walki, profesjonalistki w sportach indywidualnych i drużynowych - oto sportowa strona medalu naszej formacji.

Zdolne, utalentowane, wytrwałe w dążeniu do obranego celu. Funkcjonariuszki, kobiety, partnerki, oddane mamy, a przy tym - śmiało można powiedzieć „perełki” w szeregach Straży Granicznej. Swoją pasją do różnych dyscyplin, determinacją i hartem ducha mogłyby z pewnością obdzielić co najmniej po jednym licznym plutonie. Nic jednak nie bierze się znikąd, bo nawet wrodzona miłość do aktywności fizycznej wymaga regularności, samodyscypliny mierzenia się z trudnościami, a przede wszystkim podejmowania wyzwań.



O kobiecym akcencie w sportowej rywalizacji w SG, łączeniu pasji ze służbą, nowych doświadczeniach i trwałych fundamentach. Rozmowa z chor. SG Irminą Sikorą-Kołodziej z Centrum Szkolenia Straży Granicznej w Kętrzynie.

Irmina jesteś multidyscyplinarną funkcjonariuszką, bierzesz udział w różnego rodzaju zawodach sportowych, ale co kluczowe kończy je z sukcesem. Często na podium, lub mając je w zasięgu ręki. Skąd u Ciebie ta sportowa natura?

*Sport towarzyszył mi od najmłodszych lat. Moi rodzice ukończyli studia z wychowania fizycznego, tata trenował siatkówkę, mama narty biegowe oraz bieganie. To oni zabierali mnie na pierwsze treningi, które sami prowadzili oraz na zawody w których brali udział. Był to nasz sposób na wspólne spędzanie wolnego czasu.*

W jakich dyscyplinach próbowałaś swoich sił?

*Dominowała siatkówka i narciarstwo biegowe. W wieku 14 lat musiałam zdecydować, którą ścieżką podążać bo nie byłam w stanie połączyć tych dwóch dyscyplin. W jednej i drugiej odnosiłam sukcesy, ale niestety nie szły ze sobą "w parze". Ponadto zawody pokrywały się z rozgrywkami w kat., juniorskiej i II ligi. W narciarstwie byłam mistrzynią województwa lubelskiego i makroregionu. W siatkówce brałam udział w turniejach półfinałowych Mistrzostw Polski w kat., młodzika kadetki i juniorki. Grałam również w II lidze, w swoim macierzystym klubie TKS Tomasovia Tomaszów Lubelski. Na studiach reprezentowałam*

*AWF Warszawa w II lidze. W 2012 roku zakończyłam zawodową grę i przeszłam na amatorskie rozgrywki. Dodatkowo zaczęłam interesować się w większym wymiarze siłownią i bieganiem.*

W 2012 roku wstąpiłaś również w szeregi Straży Granicznej...

*Tak dokładnie, był to czas wyborów. Ja wtedy zawodowo postawiłam na naszą formację i z perspektywy czasu oceniam, że był to dobry wybór.*

Możesz rozwinąć myśl?

*Zawsze lubiłam aktywny tryb życia, wyzwania i nowe doświadczenia. To znalazłam "zakładając mundur". Sport był, jest i będzie zawsze mi bliski, jednak to trudny kawałek chleba, aby się z niego utrzymać. W Straży Granicznej mamy wewnętrzne współzawodnictwo sportowe i to było dla mnie pewnego rodzaju rekompensatą. Już w czasie szkolenia podstawowego w OSSG w Lubaniu startowałam w Biegu Piastów, w klasyfikacji SG.*

W tym roku też startowałaś?

*Tak. Na 50 km. To było wyzwanie ale chciałam się sprawdzić, zobaczyć jak moja forma po urodzeniu dziecka. Taki dystans nie pozostawia wątpliwości, co do własnych mocnych i słabych stron. Poza tym te zawody poniekąd zawsze były wizytówką naszej formacji. Od kiedy pamiętam Straż Graniczna je zabezpiecza i ma swoją klasyfikację.*

Skoro już wspominałaś o szkoleniu podstawowym w OSS SG w Lubaniu... jak wspominasz strzelectwo w tamtym okresie?

*Nie ma co ukrywać... zarówno podczas szkolenia podstawowego, jaki podoficerskiego strzelectwo nie było moją najmocniejszą stroną. Choć ta dyscyplina ciekawiła mnie to zwyczajnie "mi nie szło". Z trudnościami jednak trzeba się mierzyć. Dziś jestem instruktorem strzelectwa i właśnie między innymi staram się przekazać swoim słuchaczom to, że nawet jeśli dziś nam coś nie wychodzi nie oznacza, że nie da się tego zmienić. Trzeba chcieć, pracować nad tym. Czasem nawet na chwilę odpuścić, pozwolić się czemuś ułożyć w głowie, ale zawsze wierzyć we własne możliwości.*

Jaki element w sporcie najbardziej lubisz?

*Myszę, że każdy! Trening to mój sposób bycia i życia. Uwielbiam się zmęczyć. Wtedy dopiero czuję, że żyję. Mawiam często, że dzień bez treningu „dniem straconym”.*

Czym jest dla Ciebie rywalizacja?

*Napędza mnie do treningu, motywuje. Lubię wyzwania, lubię się sprawdzać. Nie mogłabym tylko trenować. Potrzebuje czuć dreszczyk emocji związany z zawodami. Jak wszyscy, nie lubię porażek, ale umiem przegrywać i uznawać siłę wyższą innych.*

Jak udało Ci się połączyć macierzyństwo z aktywnością sportową?

*Z jednej strony zdawałam sobie sprawę, że powrót będzie trudny i trzeba czasu. Z drugiej byłam bardzo niecierpliwa i chciałam jak najszybciej wrócić. Ta niecierpliwość zmusiła mnie do systematyczności, a dzięki temu do szybkiego powrotu. Na pewno nie mogłam przyzwycząć się, że już nie jestem "panią swojego czasu". Tylko mój mały szef decyduje: kiedy i jak długo mogę poćwiczyć. Oczywiście gdyby nie pomoc i wsparcie męża to w ogóle byłoby ciężko o czas "dla siebie". W Kętrzynie nie mamy pod ręką dziadków. Natomiast to, że w Centrum Szkolenia SG mamy bardzo dobrze wyposażone zaplecze sportowe oraz możliwość korzystania z niego w wyznaczonym czasie jest ogromna zaletą. W ramach ciekawostki i szczypty motywacji dla innych dziewczyn dodam, że teraz jestem w dużo lepszej formie, niż przed ciążą.*

Jak według Ciebie wygląda współzawodnictwo sportowe płci pięknej w SG?

*Są dyscypliny, w których ten poziom jest naprawdę bardzo wysoki, chociażby nawet narciarstwo biegowe. Mamy w szeregach naszej formacji takie talenty jak sierż. szt. SG Aleksandra Fundanicz, która była w składzie polskiej kadry narodowej i jej obecność na zawodach zawsze podnosić będzie poprzeczkę. Podobnie jest w bieganiu. Jest wiele dziewczyn, które trenują. Są mocne, szybkie i wytrzymałe. Co za tym, idzie ściganie się z nimi to ogromna satysfakcja, bo nawet jeśli przegrywasz to wiesz, że ta przegrana była godna rywala.*

MTB, pływanie, narciarstwo biegowe, skituring, siatkówka, strzelectwo, biegi z przeszkodami... czego jeszcze nie wymieniłam, w czym mogliśmy Cię oglądać podczas zawodów w SG?

*Bezgranicznie silni!*

Na jakie dyscypliny teraz stawiasz?

*W tym momencie bieganie i trening siłowy to moje ulubione aktywności. Poza tym bieganie po "górkach".*

Biegi ultra to taka „miłość”, która wciąga. Kwestią czasu było zatem, kiedy staniesz na starcie Zimowego Ultramaratonu Karkonoskiego. Jakie są Twoje wrażenia po tych zawodach, w końcu móc ścigać się na takiej trasie to z jednej strony ogromne wyróżnienie, z drugiej jeszcze większe wyzwanie.

*Dokładnie. Główny szlak Karkonoski zimą wymaga ogromnej determinacji ale fakt, że na miejsce podczas tych zawodów się czeka, a Ty je masz i dodatkowo na 400 osób startujących jesteś jedną z 55 kobiet na pewien sposób „popycha” Cię do mety.*

Co Tobie dał sport w Straży Granicznej?

*Specyfika służby w naszej formacji naraża nas na sporo stresu, ale też jest wymagająca*

*pod kątem fizycznym – zwłaszcza jeśli pełni się ją w bezpośredniej ochronie granicy RP. Ja swoją służbę zaczynałam od przejścia granicznego w Medyce. Wschodnia granica jest mówiąc krótko dynamiczna i nieprzewidywalna. Każdy podróżny to inna historia, każdy dzień to nowe wyzwania. Nie da się tak zdać broni, zdjąć mundur i nie myśleć. Sport daje Ci ten bufor. Poprawia samopoczucie, zmniejsza negatywne emocje. Dodaje energii. Poza tym sportowa rywalizacja SG wzbogaciła mnie w doświadczenia i wspomnienia oraz to co bezcenne... przyjaźnie na całe życie.*

*Grafika: S.Wojtowicz-Sander*

Chor. SG Irmina Sikora-Kołodziej: w służbie od 2012 roku, obecnie prowadząca zajęcia ze strzelectwa oraz wychowania fizycznego na szkoleniach kwalifikowanych w CSSG w Kętrzynie. Absolwentka Wyższej Szkoły Edukacji w Sporcie w Warszawie na kierunku wychowanie fizyczne oraz fizjoterapii na Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie. Na swoim koncie ma m.in. Mistrzostwo SG w Biegach Narciarskich, Mistrzostwo SG w międzynarodowym biegu po plaży na 15 km, Mistrzostwo SG podczas zawodów Bezgranicznie Silni, czy dwukrotne Mistrzostwo SG w zawodach Najlepsi w SG.