

BYŁY SPORTOWIEC W NOWEJ ROLI W SPORCIE
Case study – Bartłomiej Lassek

**New Opportunities for Drop-out Young Athletes
to Continue in Sports – New Opps**

Seminarium Łódź, 23.01.2025



**Co-funded by
the European Union**



Jakie czynniki wpłynęły na to, że nie zakończyłem wyczynowej kariery sportowej?



Co-funded by
the European Union



- Dyscyplina: pływanie
- 18 lat doświadczenia treningowego
- Wielokrotny medalista Mistrzostw Polski Seniorów
- Wielokrotny Akademicki Mistrz Polski
- Uczestnik meetingów międzynarodowych:
National Interclub Swimming Championchips
(Francja), Chemnitz Swim-Cup (Niemcy),
- Mistrzowska klasa sportowa, wieloletni członek
kadry narodowej Seniorów



Jakub Pecio Fotografia

- Przełamywanie własnych słabości,
- Kompetetywność,
- Przebywanie w grupie – nawiązywanie znajomości/przyjaźni,
- Relacja na linii zawodnik – trener (**autorytet**),



Kontuzja w roku olimpijskim jako punkt przełomowy dla progu rezygnacji z kariery wyczynowca:

- Aktywacja punktów spustowych w okolicach mięśnia dźwigacza łopatki wskutek przetrenowania
- Zakończenie sezonu w kwietniu 2016 i pytania co dalej?
- Powrót do zdrowia i zredefiniowanie celów sportowych
- Znaczenie wsparcia klubowego i osób znaczących



2017-2019 (NOWE ROZDANIE)



Co-funded by the European Union



SYSTEM AKADEMICKI:

- Indywidualna organizacja studiów
- Wsparcie finansowe z programu ACSS (sprzęt sportowy, fizjoterapia, suplementy diety) oraz stypendium sportowe na UŁ
- Wsparcie wykładowców
- Możliwości i szanse, które stwarza studiowanie

SYSTEM KLUBOWY:

- Otwarta komunikacja
- Zagraniczne zgrupowania

SPONSORING:

- Współpraca barterowa ze sklepem pływackim oraz firmą kosmetyczną

PROWADZENIE DZIENNIKA TRENINGOWEGO:

- Dziennik myśli swoich i koleżanek/kolegów z grupy treningowej
- Motywacja w chwilach zwątpienia
- Zapisywanie planu treningowego



Jakie czynniki wpłynęły na to, że zakończyłem wyczynową karierę sportową?



AZS
ŁÓDŹ



Co-funded by
the European Union



- Rozważenie **pros/cons** na starcie sezonu we wrześniu 2019
- Pandemia COVID-19
- Coraz większa potrzeba rozwoju zawodowego:
 - Szkoła doktorska + drugi kierunek studiów (zarządzanie)
 - Menedżer akademii pływania + Instruktor pływania (kurs instruktora honorowany przez Polski Związek Pływacki)
 - Opiekun kolonijny
 - Spiker podczas zawodów pływackich (również w j. angielskim)
 - Obsługa techniczna podczas zawodów pływackich
 - Wolontariat (EUSA Games – koszykówka)
- Czynniki ekonomiczne (finanse, usamodzielnienie, rozwój)
- **Motywacja** (chęć odejścia w zgodzie z samym sobą/z poczuciem braku wypalenia sportowego)
- Koncentracja na perspektywicznych priorytetach

W jakich rolach pozostałem w sporcie?



AZS
ŁÓDŹ



Co-funded by
the European Union



W JAKICH ROLACH POZOSTAŁEM W SPORCIE?



Co-funded by
the European Union



- Wykładowca akademicki (przekazywanie doświadczenia sportowego poprzez zajęcia dydaktyczne oraz działalność badawczą)
- Trener/instruktor pływania (upowszechnianie sportu wyczynowego i amatorskiego oraz rekreacji ruchowej)
- Emerytowany zawodnik (starty w AMP, MPPSWwS + MP Masters)
- **SPORT TO ZDROWIE I STYL ŻYCIA!**