

Wyższa Szkoła Straży Granicznej

<https://wssg.strazgraniczna.pl/wss/aktualnosci/71509,100-kilometrow-w-12-godzin-nasza-funkcjonariuszka-najlepsza-wsrod-kobiet.html>
30.04.2026, 11:51

100 kilometrów w 12 godzin – nasza funkcjonariuszka najlepsza wśród kobiet!

29.04.2026

26 kwietnia br. podczas zawodów Ultra Wysoczyzna nasza koleżanka mł. chor. SG Natalia Więsek zmierzyła się z wymagającym dystansem 103 kilometrów, osiągając czas 12:32:00 i zwyciężając w klasyfikacji kobiet.

Ryk Jelenia jako najdłuższy dystans ultramaratonu rozgrywanego na malowniczych i wymagających terenach Wysoczyzny Elbląskiej, był nie tylko sprawdzianem przygotowania fizycznego, ale przede wszystkim próbą charakteru, odporności psychicznej oraz umiejętności radzenia sobie z kryzysami, które często pojawiają się w biegach ultra.

Leśne dukty, podbiegi, zbiegi, zmienne podłoże i wiosenna aura sprawiły, że każdy kilometr wymagał pełnego skupienia, rozsądnego rozłożenia sił, kontroli tempa, dbałości o odżywianie oraz zachowania spokoju, gdy organizm zaczynał domagać się odpoczynku. To wspaniały przykład, że systematyczny trening, wytrwałość i umiejętne łączenie służby z aktywnością sportową realnie przekładają się na skuteczność w działaniu.

Gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów!

