

# Ze szkoły za koło podbiegunowe

Po ekstremalnym obozie treningowym 17-letnia krakowska licealistka Zuzanna Łukasik jako druga Polka pojedzie w sierpniu na ekspedycję ze słynnym podróżnikiem Mike'em Hornem

ROZMOWA Z

## Zuzanną Łukasik

**ADA CHOJNOWSKA: Jak dowiedziałas się o projekcie Mike'a Horna Pangaea Young Explorers Program?**

**ZUZANNA ŁUKASIK:** Przeczytałam w „National Geographic”. Pierwszy raz usłyszałam o programie, który zakłada udział także osób przed 18. rokiem życia, dokładnie w wieku od 15 do 20 lat. Zainteresowałam się od razu. Osłą tego programu jest 12 ekspedycji w najbardziej niedostępne regiony świata. Ja wybieram się na dziewiątą, czyli do Nunavut, najbardziej wysuniętego na północ regionu Kanady.

**Czy miałaś jakieś doświadczenia z ekstremalnymi wyprawami?**

- Wtedy jeszcze nie. Ale zawsze bardzo interesowałam się ekologią, a jednym z założeń tego programu jest właśnie ochrona środowiska poprzez pokazanie piękna przyrody. Dotychczas tylko brałam udział w różnych akcjach sprzątania świata i pracowałam w schronisku dla bezdomnych zwierząt. Oprócz tego lubię chodzić po górach i przez jakiś czas dużo pływałam. Zaczęłam też ćwiczyć freestyle snowboarding.

**Jak wygląda proces selekcji uczestników, którzy chcą wziąć udział w programie?**

- Pierwszym etapem jest zgłoszenie swojej aplikacji przez internet. Wypełnia się kwestionariusz osobowy i odpowiada na dziesięć pytań. Dotyczą one zainteresowań, do-



Zuzanna nie może już doczekać się wyjazdu do Kanady

świadczenia i stosunku do środowiska. Dodatkowo można wysłać krótki filmik o sobie. Wysłałam swój, stworzony przy dużej pomocy ze strony moich przyjaciół. Po dwóch tygodniach 36 osób przechodzi do kolejnego etapu selekcji, po której zostaje 16 osób. **Czy tych 16 wybranych osób jedzie potem na obóz treningowy?**

- Tak. Jest to tzw. Selection Camp, który odbywa się w Chateau d'Oex w szwajcarskich Alpach. Obóz trwa dziesięć dni i ma za zadanie sprawdzić naszą wytrzymałość fizyczną i psychiczną. Uczestnicy nie ponoszą żadnych kosztów.

**Jak wyglądał obóz?**

- Pierwszy dzień dostaliśmy na zaklimatyzowanie. Uczestnicy przyjechali z RPA, Chin, Wietnamu, USA, Argentyny, a więc ze wszystkich kon-

tynentów. Każdy z innej strefy czasowej, więc potrzebna nam była chwila na przystosowanie. Mogę śmiało powiedzieć, że kiedy ponownie spotkał się z innymi uczestnikami, uściskałam 15 osób, które już były moimi najlepszymi przyjaciółmi. Każdy w ramach prezentu przywiózł ze sobą trochę słodyczy. Nie ukrywam, że polskie, obok szwajcarskich, cieszyły się największą popularnością.

**Jak wyglądały zajęcia?**

- Dzień mieliśmy zaplanowany do 23.30. Zaczynaliśmy o 7 rano od ćwiczeń, jazdy na rowerze, biegania i pływania. Zajęcia były różne, były lekcje ecodrivingu elektrycznym mercedesem, który nie jest jeszcze dostępny na rynku, wykłady o tym, jak łączyć chęć zysku z prywatnej firmy z zasadami sprawiedliwego handlu, nauka

korzystania z kompasu, mapy, GPS i GIS. Uczyliśmy się tego na kilkugodzinnych wyprawach po górach. Zakosztowaliśmy też wspinaczki wysokogórskiej. By sprawdzić naszą wytrzymałość fizyczną, przeprowadzono testy sprawnościowe, na przykład szybki bieg przez 12 minut czy noszenie ciężkich przedmiotów. Najtrudniejszy był jednak test Coopera, który polega na biegu po bieżni, która z każdą minutą przyspiesza i zwiększa nachylenie. Test kończy się, kiedy się poddasz...

**Rdziliście sobie?**

- Zdarzały się omdlenia, jednak wszyscy bardzo się wspieraliśmy. Kiedy ktoś ćwiczył, reszta siedziała wokół i go dopingowała. Muszę przyznać, że sama siebie bardzo zaskoczyłam. Byłam najlepszą z dziewczyn i udało mi się przebić kilku chłopaków. W ogóle naszej grupie udało się kilka razy zadziwić samych lekarzy, którzy testy sprawnościowe oglądają na co dzień, nawet sportowców.

**Czy te testy były podstawą wyodrębnienia ósemki, która pojedzie na ekspedycję?**

- Też, ale najważniejsze były dwa ostatnie dni i rajd Pangaea. Podzielono nas na dwie drużyny. Do wyznaczonego celu musieliśmy dotrzeć pieszo, rowerami górskimi i kajakami. Wszystko oczywiście z ciężkim sprzętem na plecach. Rajd miał sprawdzać nie tylko naszą sprawność fizyczną, lecz także zdolność do działania w zespole - czy pomagamy sobie nawzajem i czy potrafimy dostosować się do tempa najsłabszych. Nauczaliśmy

się kontrolować emocje zgodnie z zasadą, że jeśli ma się coś złego do powiedzenia, to lepiej milieć. Tutaj nie było zwycięzców, bo to była walka z własnymi słabościami i lękami. Byliśmy jedynym obozem, w którym obydwie drużyny skończyły rajd na czas. Nic nie smakowało mi tak dobrze jak kanapki z szynką i z masłem po rajdzie, a ja nienawidzę masła. Na koniec odwiedził nas też sam Mike Horn, co było zarazem wyjątkowe i straszne.

**Dlaczego straszne?**

- Nie gaskał nas po główkach i nie chwalił jak wszyscy, tylko powiedział, że 80 procent z nas wróci do domu i nigdy nie zrobi dla Ziemi...

**Jak będzie wyglądała wyprawa w Kanadzie?**

- W czasie każdej ekspedycji realizowany jest jakiś projekt. Ja zostałam koordynatorką tegorocznego. Będziemy z dr Roswithą Stoltz prowadzić badania nad wieczną zmarzliną, a także kręcić film dokumentalny o Inuitach, czyli rdzennych mieszkańcach Kanady. Przeprowadzimy u nich kurs pierwszej pomocy i postaramy się przełamać dzielące nas bariery przez wspólne uprawianie sportu. Innuici nie mają dostępu do podstawowej opieki medycznej, więc obecnie zbieramy fundusze na zakup apteczek dla nich. Już nie mogę doczekać się wyjazdu... Wszystkim zainteresowanym podobnymi przygodami przypominam, że jeszcze do 8 sierpnia można składać aplikacje na kolejną ekspedycję do kantonu Colorado! ☺

ROZMAWIAŁA ADA CHOJNOWSKA