



O prelekcji

- Czy niezależnie od wieku, ilości upadków i podejmowanych już prób, mimo wielu popełnionych błędów oraz na przekór rachunkowi prawdopodobieństwa, **ekspozycja na pasję może całkowicie odmienić nasze życie ?**

Założmy na moment, że jest to możliwe.

- Czy możemy pójść jeszcze dalej i zaryzykować stwierdzenie, że **nasza pasja może wpływać i odmienić życie osób, które spotkamy na swojej drodze ?**

Prelekcja to czas osobistego świadectwa, podczas którego odpowiadam na te pytania.

- Jak to jest pływać w wodzie o temperaturze poniżej 5°C ?
- Co dzieje się z ciałem i umysłem po 87 godzinach ciągłego biegu po górach ?
- Jakie myśli krążą po głowie w trakcie 24-godzinnego pływania ?
- Jak to jest podwoić dystans najcięższego triathlonu na świecie robiąc to jako pierwszy?

Prelekcja to zaproszenie by spojrzeć w głąb siebie i wyzwolić swój pełen potencjał.

Kim jestem ?

SPORTOWIEC. Jestem Andrzej. Ma być albo ultra, albo ekstremalnie. Pierwszy w historii pokonałem podwójną wersję najtrudniejszego triathlonu w Europie. Przywiozłem sześć medali z Mistrzostw Świata w ekstremalnym pływaniu, kilkakrotnie reprezentując Polskę jako członek kadry narodowej. W debiucie triathlonowym zająłem V miejsce w najtrudniejszym triathlonie w Europie. Zwyciężałem w dwunasto i dwudziestoczterogodzinnych maratonach pływackich. Medalista wielodobowych górskich biegów etapowych. Rekordzista górskich szlaków długodystansowych.

WOLONTARIUSZ. Sport to siła nie tylko do zmiany naszego życia, a również życia osób, które spotykamy. Od początku tworzę inicjatywy niosące wiarę, nadzieję i możliwości dla ludzi, którzy znaleźli się na życiowym zakręcie.

EDUKATOR. Uczę jak łączyć ambitne życie z dbałością o dobrostan psychofizyczny. Jako stale edukujący się trener i dietetyk, a przede wszystkim wieloletni praktyk i pasjonata zagadnień odżywiania, aktywności, nawodnienia, regeneracji i suplementacji, wyspecjalizowałem się w czynnikach odpowiedzialnymi za zdrowie, sylwetkę, samopoczucie.

PRELEGENT. Najpiękniejsze uczucie, to bycie wartością dla innych. Czerpiąc z drogi, którą przeszedłem staram się inspirować ludzi, których spotkam do odwagi, pogody ducha, optymizmu i wiary w swoje możliwości.

Do kogo kieruje spotkanie ?

- Z racji poruszanych tematów substancji i uzależnień, spotkanie sugerowane jest dla osób powyżej 12 roku życia.
- Szczególnie wartościowe jest dla młodego pokolenia, jako prewencja przez sięganiem po substancje uzależniające, ale również dla wszystkich osób, które są zakładnikami : uzależnień, prokrastynacji, poczucia braku chęci i sensu.
- Prelekcja opowiada o **całkowitej przemianie**, udowadniając że możemy odwrócić bieg dowolnej historii, niezależnie od punktu wyjścia, dlatego ze spotkania skorzysta każdy, wątpiący w siebie, swoje szczęście i korzystne zmiany w życiu.

Prelekcja skierowana jest do osób poszukujących głębszych, inspirujących treści.

Podczas spotkania opowiadam o swoich karkołomnych próbach sportowych, ale przede wszystkim o drodze, która zaprowadziła mnie na sportowe i trzeźwe ścieżki, pomimo, że przez większość czasu, moja droga nie miała nic wspólnego ze zdrowiem i aktywnością, a wręcz była ich całkowitym zaprzeczeniem.

Przebieg oraz wyposażenie :

Aby przeprowadzić spotkanie potrzebuję :

- **Projektor** z wyjściem HDMI.
- **Nagłośnienie** (mikrofon, głośniki) - w zależności od potrzeb sali.

Podczas spotkania korzystam z autorskiej prezentacji multimedialnej, która stanowi jedynie tło do historii, którą opowiadam. W zależności od ustaleń i potrzeb odbiorców, w trakcie spotkania odtwarzany jest również wybrany film, z moich sportowych wyzwań. Po wszystkim, jestem do dyspozycji uczestników podczas sesji Q&A.

Honorarium :

Ustalane indywidualnie, na podstawie :

- **charakteru spotkania** (np. wydarzenie komercyjne, wizyta w szkole)
- **miejsowości** (dojazd)
- **ewentualnych kosztów delegacyjnych** (np. nocleg, wyżywienie)

Poznaj moją energię



Film ukazujący kulisy mojego samotnego przebiegnięcia ciągiem 235 kilometrów po górach, w niecałe i rekordowe 43 godziny.



Podcast Miasta Tychy, w którym gościłem opowiadając o : sporcie, przekraczaniu granic, wzlotach, upadkach i małych krokach będących kluczem do każdego sukcesu.



Podcast w którym opowiadam między innymi o historycznym pokonaniu podwójnej wersji najcięższego triathlonu w Europie.

Kontakt

Andrzej Kowalczyk

telefon : 536-251-284

e-mail : kontakt@sportowaperspektywa.pl

www : sportowaperspektywa.pl

Social media

