

# Piaseczno kocha taniec

## PIASECZNO

Taniec to ulubiona aktywność fizyczna mieszkańców w każdym wieku. Sukcesy międzynarodowe i krajowe zawodników z regionu tylko to potwierdzają.

**M**yślę, że „roztańczyliśmy” miasto – mówi Urszula Strzeżek, założycielka „Grawitacja Sport Academy” – czyli profesjonalnego studia tanecznego, które w tym roku obchodzi 26-lecie funkcjonowania.

Wśród byłych i obecnych zawodników oraz trenerów odnajdujemy wielokrotnych Mistrzów Świata, Europy i Polski. Tylko w 2019 roku, na koncie klubu pojawiło się 377 medali, w takich technikach jak: Jazz Dance, Disco, Disco Freestyle, Hip-Hop, Locking, Modern Contemporary, Dance Show, Disco Show. Osiągnięcia te były doceniane w postaci licznych nagród, odznaczeń i stypendiów sportowych. W ostatnich latach studio „Grawitacja Sport Academy” otrzymało nagrody m.in. od Ministerstwa Sportu i Rekreacji, Polskiego Związku Tańca Sportowego, Polskiej Federacji Tańca, Gminy Piaseczno, Starostwa Powiatowego i GOSiR. Imiennie wyróżnieni zostali m.in. Szymon Kowa-

lewski, Katarzyna Lubianiec, Mateusz Strzeżek i Urszula Strzeżek.

Jaka jest zatem recepta na sukces w tańcu? Odpowiedzieli Szymon Kowalewski i Urszula Strzeżek. – „Przepis” jest jeden bez względu na dziedzinę sportu: najważniejsze są chęci. Trzeba być zdeterminowanym, wyznaczyć sobie cele i sukcesywnie dążyć do ich realizacji. – Trening, trening i jeszcze raz trening. Pokora, samozaparcie i talent oczywiście – dodają tancerze.

Jak wyglądała zatem droga na szczyt Urszuli Strzeżek, która 26 lat temu zrealizowała marzenie o podzieleniu się pasją taneczną ze społecznością Piaseczna? Zaczęło się od zajęć w Szkole Podstawowej nr 6 oraz w KS Piaseczno. Później przeniesiono je do Piaseczyńskiego Ośrodka Kultury, a dyrektorka tegoż, Ewa Dudek stała się dobrym duchem zespołu. Zajęcia z roku na rok cieszyły się coraz większą popularnością. Wszyscy chcieli uczyć się tańczyć rock & rolla lub disco. Powstał wtedy pierwszy zespół „Rapczaki”. Z biegiem czasu zabawa przerodziła się w intensywne treningi i sportową rywalizację. Po jakimś czasie zespół zmienił nazwę na „Grawitacja”. Przyszedł też czas na prezentację umiejętności młodych tancerzy na turniejach i zawodach. Tancerze stopniowo nabierali

coraz więcej doświadczenia i kwalifikacji. W 1998 roku grupa dołączyła do KS Piaseczno, by móc startować w turniejach organizowanych przez Polski Związek Tańca Sportowego. W 2002 roku do zespołu GRW Family, jak mawia Urszula Strzeżek dołączył Szymon Kowalewski, trener i choreograf techniki Hip-Hop. Dynamiczny rozwój sekcji pozwolił na usamodzielnienie się i powołano wówczas Klub Sportowy „Grawitacja”, a treningi zostały wzbogacone o akrobatykę i inne style taneczne.

Szkoła prowadzi zajęcia w Piasecznie i okolicach – Głusków, Gołków, Zalesie Dolne i Górne, Józefosław, Tarczyn i Raszyn. Uczestnicy są podzieleni na zespoły, ze względu na wiek i umiejętności. Początek to udział w Grupie GRW START i nauka techniki Dance Jazz i Hip-Hop. Od podstaw prowadzona jest również akrobatyka GRW AKRO i CA-POEIRA. Najbardziej uzdolnione dzieci trafiają do grup zaawansowanych.

„Grawitacja” może pochwalić się wieloma sukcesami, w tym zajęciem I miejsca w ogólnym rankingu wszechczasów, zorganizowanym przez portal www.tancerze.info. W tym zestawieniu rozpatrywano osiągnięcia 453 klubów i 10151 tancerzy. Zespół z Piaseczna wypadł najlepiej w klasyfikacji ogólnej. W rankingu TOP 200, w pierwszej



„Mała Grupa Jazz Dance” w składzie: Małgorzata Górńska, Katarzyna Lubianiec, Joanna Cudziło, Katarzyna Wis, Patrycja Keller, Marika Uszyńska – jedna z pierwszych mini formacji „Grawitacja Sport Academy”. Siedlce rok 2009

dwudziestce jest aż 4 zawodników „Grawitacji”. Liderką została Anna Poręcka, 8 miejsce zajęła Julia Borowicka, 9 – Edyta Szczęsna, 14 – Melania Makowska.

Oprócz „Grawitacji” są oczywiście także inne kluby taneczne, związane z gminą Piaseczno: Szkoła Tańca i Baletu Akademia Sztuk Maestro, Szkoła

Tańca Małgorzaty Kulczyk i Arkadiusza Nowakowskiego, Akademia Tańca I Am Dance, Studio Tańca Inspiration Dance Center, Akademia Tańca Paso, CABRAS, CABRAS MINI, PASOS LOCAS.

**Janusz Wierchosławski**

Na podstawie książki Agnieszki Cudały „Sportowe dzieje Piaseczna”.

## PIASECZNO

### WIELKIE TANECZNE SHOW

Tancerze Grawitacja Sport Academy zaprezentowali zgromadzonym niesamowity pokaz taneczny. Znakomite zakończenie sezonu!

W niedzielę 19 czerwca w hali Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Piasecznie odbył się długo wyczekiwany przez wszystkich fanów tańca sportowego pokaz grup tanecznych Grawitacja Sport Academy – GRW SHOW 2022. To uroczyste zakończenie sezonu, podczas którego swoje umiejętności prezentują wszystkie grupy ćwiczące w Grawitacji. Wydarzenie odbyło się w ramach obchodów 100-lecia piaseczyńskiego sportu, a było tym bardziej szczególne, że i sama Grawitacja w listopadzie będzie świętować swoje 25-lecie. Piaseczyńska hala wypełniła się po brzegi sympatykami piaseczyńskiej akademii, która regularnie odnosi wiele sukcesów na arenie międzynarodowej.

– Dziękuję wam wszystkim za wysiłek włożony w treningi. Gratuluję wszystkim sukcesów grawitacjanom i grawitacjankom w ciągu tych właściwie ostatnich dwóch lat, bo była to ciężka sprawa, żeby móc trenować w pandemii. Wyrazy uznania także dla rodziców, którzy są wsparciem trenerskim, logistycznym. Mam nadzieję, że będziecie dalej trenować, reprezentując przy okazji gminę Piaseczno i promując ją wszędzie, gdzie tylko się da, w jak najlepszy sposób – powiedział Burmistrz Miasta i Gminy Piaseczno Daniel Putkiewicz podczas ceremonii otwarcia.

Podczas składał się z dwóch bloków godzinowych. Występowali zarówno ci najmłodsi, jak i najbardziej doświadczeni tancerze, wszyscy oczywiście gorąco wspierani przez swoich instruktorów. Disco, jazz, hip hop, taniec nowoczesny, balet – było naprawdę różnorodnie.

Publiczność żywo reagowała na każdy występ. Na koniec wydarzenia zgromadzeni podziękowali za ciężką pracę wszystkim instruktorom.



FOT. RAFAŁ LIPIŃSKI

# Wszechstronna dyscyplina

Zapraszamy do lektury wywiadu z Panią Urszulą Strzeżek, założycielką Klubu Sportowego Grawitacja, którego tancerze regularnie sięgają po cenne trofea.

### Jakie są największe sukcesy piaseczyńskich tancerzy w ostatnich latach?

Jeśli prześledzimy 25 lat działalności klubu, to tytuły mistrzowskie można liczyć w dziesiątkach, myślę że zbierałoby się ich ponad sto.

W 2019 roku na Mistrzostwach Świata w Tańcu Sportowym International Dance Federation Pula w Chorwacji zdobyliśmy ogółem 7 złotych medali, 5 srebrnych i 4 brązowe. W tym samym roku na World Cup International Dance Organization Disco Dance & Disco Freestyle Decin we Włoszech sięgnęliśmy po 2 złote i 2 brązowe medale. W 2020 roku z powodu pandemii nie zostały rozegrane turnieje międzynarodowe. W 2021 roku na Mistrzostwach Świata w Tańcu Sportowym (IDF) zdobyliśmy 10 złotych medali, 11 srebrnych i 4 brązowe; Mistrzostwa Europy (IDO) Hip-Hop Brzeg Dolny Polska – 2 złote medale; World Cup International Dance Organization Disco Dance & Disco Freestyle Follonica Włochy – 1 srebrny medal i 1 brązowy. W samym 2022 roku by-



FOT. RAFAŁ LIPIŃSKI

ważniejsze są chęci, bo tańczyć może każdy i, co za tym idzie, osiągnąć sukces w tańcu też może każdy. Trzeba mieć tylko odwagę w podjęciu decyzji, a potem systematycznie uczęszczać na treningi. Predyspozycje przydatne w tańcu to cechy motoryczne takie jak: rozciągnięcie, gibkość, siła, wytrzymałość, szybkość i dynamika, oprócz tego poczucie rytmu, dobra koordynacja ruchowa i kreatywność. Poza tym trzeba być wytrwałym, konsekwentnym i nie zrażać się drobnymi niepowodzeniami.

### Dlaczego warto trenować taniec sportowy?

Taniec to niezwykle wszechstronna dyscyplina. Rozwija, uelastycznia i wzmacnia wszystkie partie ciała. Poprawia koordynację, gibkość oraz ćwiczy pamięć ruchową. Zajęcia z muzyką są przyjemne i przynoszą radość, uczą równowagi i polepszają kondycję. Wyrabiają poczucie własnej wartości, pozytywnie wpływają na koncentrację i dobre samopoczucie. Jest to doskonała forma aktywności fizycznej odpowiednia dla każdego wieku.

### Czy taniec sportowy to sport dla wszystkich?

Moim zdaniem taniec to zdecydowanie sport dla wszystkich. W Grawitacji prowadzimy zajęcia zarówno dla przedszkolaków od 3 roku życia, dzieci szkolnych, młodzieży, osób dorosłych, jak i dla seniorów. Tak naprawdę naj-