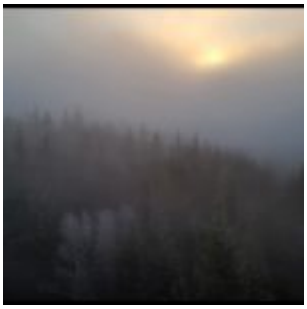
40-tka i dlaczego warto dbać o jajka

Etap 1 – tam

O 6 rano dojeżdżam do Złotego Stoku. W trasie towarzyszyły mi gęste mgły, a klimatu dopełniał album Alternative 4 Anathemy (kawałek 8.Regret – ACH!). Wychodzę na szlak i pierwsze kilometry pokonuję w świetle czołówki. Potem się przejaśnia i to właśnie wtedy jestem świadkiem najpiękniejszych zjawisk. Czasem biję się z myślami czy robić zdjęcia czy sobie odpuścić, ponieważ od początku marszu mam zmarznięte ręce. Wynika to z tego, że często sprawdzam na telefonie trasę – nie chcę się pomylić. I tak wiem, że coś dorobię w marszu, bo nie ma siły, żeby idąc przez 8h być w 100% skupionym na szlaku. Widoczki, jakie mi towarzyszyły były wspaniałym i wystarczającym urozmaiceniem samotnego marszu.



Widok z Borówkowej

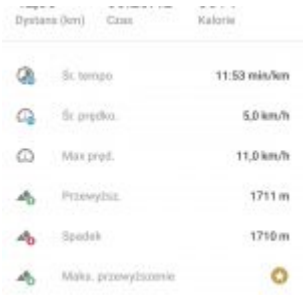
Rześki, lecz przepiękny poranek

To był piękny widok na żywo

Ej jak na szlaku widzę małe ninjago pokazujące mi drogę to mogę jeszcze iść czy juz zawrócić? Albo powinienem więcej jeść a mniej pić…

Pamiętam jak nic, że w tym momencie nie chciało mi się robić zdjęcia, bo miałem zmarznięte łapy. Warto było!

Protest dzięciołów przeciwko poprowadzeniu szlaku przez ich tereny łowieckie.



A cel był dla mnie życiowy – 40 km szybkiego marszu, do tego 1710 m przewyższenia w górę i tyle samo w dół. Zważywszy, że jeszcze stosunkowo niedawno kulałem po paru kilometrach to było się czym stresować. Dystans jednak łykałem w wymarzonym tempie, szło się równo i przyjemnie, więc ani się nie obejrzałem, jak zszedłem do Lądka Zdrój, czyli połowa trasy była za mną. Gdy przeszedłem na drugą stronę miasteczka zobaczyłem ławeczkę i stwierdziłem, że to dobre miejsce by sobie troszkę dłużej odpocząć (czytaj 10 minut) ponieważ jak do tej pory nie przystawałem ani na chwilę. I wtedy zobaczyłem TO.

Widzieliście kiedyś zarzygane ciuchy? Takie po imprezie, co to się żarło łychą sałatkę – bo jak zjesz to mniej wóda sieka – a potem się człowiek obudził rano i wmawiał sobie, że wcale pijany nie był tylko się czymś zatruł albo, że było o ten jeden kieliszek za dużo. W moim plecaku wyglądało, jakby kto tam takie ciuchy upchał. Jajka, jakie niosłem by zjeść z dziczyzną na szybki obiad w marszu były rozgniecione na miazgę i były wszędzie – kawałki znalazłem nawet w termosie. Jak przez 25 km miałem świetny humor tak teraz jakby się popsuł. Straciłem nieco animuszu, że tak delikatnie to ujmę i zabrałem

się za sprzątanie. Tutaj muszę podziękować sponsorowi, czyli Sołtysowi Malerzowa, który prowadząc sklep zasponsorował mi na ten marsz 2 nowiutkie woreczki foliowe. Ich przeznaczenie miało być inne ale w tym momencie odratowały resztki mojego morale ponieważ to do nich schowałem puchówkę i inne oczyszczone z jajka rzeczy.

Etap 2 – z powrotem

Ze zwieszoną głową ruszyłem w dalszą drogę, czyli rozpoczynający się w tym miejscu etap powrotny. Mijając domostwa wrzucałem do kubłów na śmieci resztki po jajowych porządkach. Jak już myślałem, że mam to za sobą to zobaczyłem upieprzony kołnierz kurtki. Co ciekawe to nie puści to nawet po wypraniu w pralce (z praniem wstępnym!). O tym, jak duży wpływ na morale miała ta akcja z jajkiem niech zaświadczy to, że kiełbasę z dzika zawiozłem z powrotem do domu. Wszystko dlatego, że sama myśl, że mam do plecaka wkładać rękę powodowała, że przez resztę trasy traciłem chęć do jedzenia.
Być może dlatego, a być może nie – w okolicy 33-go kilometra złapał mnie kryzys. Taki dziwny, bo nic mi niby nie dolegało ale jednak czułem się źle. I ten kryzys jak się pojawił tak szybko zniknął, w efekcie czego do 40-go kilometra czuję się tak świetnie, jak czułem się na początku trasy.

40 kilometrów przechodzę w mniej jak 8h, z czego jestem bardzo usatysfakcjonowany. Równo po minięciu 40-go kilometra siada mi kolano, więc ostatnie 2 km kuleję do auta. Nie jest to jednak żaden problem, bo satysfakcja jest ogromna.

Choć plan przejścia tego dystansu pojawił się zaledwie tydzień temu to był on dla mnie niezwykle ważny i myślę, że będzie on miał wpływ na moje dalsze plany.

Przejście miało miejsce 19 grudnia 2020 roku.
Finalny wynik to 42,38km w 08:23:42

Co jest potrzebne na taki marsz?

Pakowanie na taką akcję trwa kilka minut, a to co należy zabrać to:
Na sobie:
1. czapka
2. rękawiczki polarkowe
3. koszulka termoaktywna z merino
4. polar
5. spodnie (materiałowe lekkie)
6. adidaski
7. majtki
8. skarpetki

Przy sobie:
1. chusteczki higieniczne
2. kanapki
3. herbata
4. woda
5. mleczko w tubce
6. kiełbasa z dzika
7. nawigacja (telefon)
8. kurtka przeciwwiatrowa (użyłem sporadycznie, obeszłoby się)
9. kurtka puchowa (nie użyłem, ale była na wypadek kontuzji, spadku mocy)
10. czołówka

Unikać:
1. jajka

(Und keine Eier… przypomina mi się kawałek Tool – Die Eier von Satan)