

## Wyjątkowe seminarium u Goryli. Legendarny Zbigniew Raubo w Skierniewicach

data aktualizacji: 2024.05.11 autor:



Wyjątkowe seminarium, wyjątkowy gość. Zbigniew Raubo odwiedził Skierniewice. (fot. Adam Michalski)

**Takiego seminarium w Akademii Gorila przy ulicy Grzybowej w Skierniewicach jeszcze nie było. Salwy śmiechu w połączeniu z ogromnym zaangażowaniem, uwagę i szacunkiem do rad mistrza powodowały, że uczestnicy wydarzenia stworzyli magiczną atmosferę sportowego wykładu połączonego z cenną lekcją praktyczną. W spotkaniu z legendą boks w Polsce Zbigniewem Raubo wzięło udział ponad 60 osób.**

W sobotę (11.05) w siedzibie Akademii przy ulicy Grzybowej na trenujących boks czekała nie lada gratka.

- Mamy kolejne mistrzowskie seminarium. Tym razem odwiedził nas człowiek legenda - Zbigniew Raubo - mówił przed rozpoczęciem spotkania z mistrzem Przemysław Matuszewski. - To trener mistrzów, mentor i jedna z najbardziej barwnych postaci polskich sztuk walki - dodaje.

O tym, że Zbigniew Raubo jest postacią wybitną i barwną uczestnicy seminarium przekonali się

szybko. Już sama rozgrzewka była sygnałem, że miłośnicy boksu mają do czynienia z kimś wyjątkowym. – Dobra rozgrzewka to podstawa, im sprawniejsi będziecie, tym lepszymi pięściarzami się staniecie – mówił w trakcie.

Polecenia, rady i sugestie były zdecydowane, a jednocześnie mówione w tonie wywołującym salwy śmiechu. Atmosfera była znakomita. Zaangażowanie trenera i szacunek do wybitnej postaci uczestników spotkania stanowiły przepis na idealną lekcję.

– Pamiętajcie, każdy, już od pierwszych treningów, ma jedno zadanie, chronić twarz. To jest podstawa – mówił do zebranych, którzy słuchali z taką uwagą, że co jakiś czas prowadzący przypominał. – Możecie oddychać, nie mogę wam niczego kazać, ale mogę sugerować, żebyście oddychali – apelował.

Dwugodzinne seminarium było ogromną dawką podstaw boksu, a uczestnicy wyszli z sali bogaci w cenną wiedzę

Jako zawodnik sobotni gość Goryli reprezentował Polskę w mistrzostwach świata i Europy. Jako trener pracował, między innymi z: Przemysławem Saletą, Maciejem Zeganem, Krzysztofem Włodarczykiem, a w reprezentacji Polski kadetów trenował Artura Szpilkę.

Źródło:

<https://skierniewice.eglos.pl/aktualnosci/item/43623-wyjatkowe-seminarium-u-goryli-legendarny-zbigniew-raubo-w-skierniewicach>