

## ADAM MICHALIK

Swoją przygodę ze sportem Adam rozpoczął w wieku 5 lat na treningach w klubie judo – KS Gwardia Tychy. Pierwsze dwa lata treningów obejmowały naukę figur gimnastycznych oraz technik bezpiecznego upadania. W wieku 7 lat, po zdaniu pierwszego egzaminu i uzyskaniu stopnia 6 kyu, Adam rozpoczął starty w zawodach judo.

Od tamtej pory, tj. od listopada 2017 roku, Adam wziął udział w 66 zawodach, stoczył 218 walk, z czego 180 wygrał. Zdobył 36 złotych medali, 9 srebrnych oraz 11 brązowych. Na swojej drodze napotkał 145 przeciwników z Polski, Ukrainy, Czech, Słowacji i Austrii.

Największe osiągnięcia Adama to:

2018 r. - I m-ce w zawodach wojewódzkich Silesia Cup Rybnik

2019 r. - II m-ce na międzynarodowych zawodach – International Judo League w Bytomiu

- III m-ce na międzynarodowych zawodach na Słowacji – Bardejov Judo Open

2021 r. - Trzykrotne podium w cyklu międzynarodowych zawodów International Judo League: w Jaśle, Bytomiu i Kątach Wrocławskich

- tytuł najlepszego zawodnika KS Gwardia Tychy 2021 roku (za osiągnięcia i całokształt pracy)

2022 r. - I m-ce na międzynarodowych zawodach z cyklu International Judo League w Kątach Wrocławskich

- II m-ce w Międzynarodowych Zawodach – Bardejov Judo Open na Słowacji

- II m-ce w Mistrzostwach Śląska w Judo w Bielsku Białej



2022r.



2022r.

Od rozpoczęcia treningów Adam osiągnął szósty z kolei poziom zaawansowania w Judo (3,5 kyu), oznaczany pasem koloru pomarańczowo-zielonego.



Adam osiąga również sukcesy w innych dyscyplinach sportowych.

Od 2020 r. startuje z powodzeniem w zawodach Ju-Jitsu, gdzie wywalczył tytuł Mistrza Śląska w Ju-Jitsu Sportowym.



Dodatkiem do treningów technicznych Judo są treningi biegowe.

Adam potwierdza swoją formę startując w wielu biegach dziecięcych oraz w biegach dla dorosłych.

Sz szczególnie upodobał sobie starty w zawodach z cyklu Perła Paprocan. W ostatniej XXXV edycji Perły Paprocan Adam przebiegł dystans 7 km w czasie 00:33:14.6 co dało mu 25 m-ce wśród wszystkich startujących.