

Valentine's
Day

MISTRZ POLSKI

16/2024

SKARB KIBICA

LUTY 2024

AZS UMCS LUBLIN




WALENTYNKOWY HIT KOLEJKI

Drogi Kibicu,

Witamy Cię na ostatnim domowym spotkaniu w Orlen Basket Lidze Kobiet. W swoich rękach trzymasz najnowsze wydanie naszego Skarbu Kibica. Znajdziesz tu statystyki, ciekawe rozmowy oraz najważniejsze informacje przed meczem. Mamy nadzieję, że miło spędzisz z nami czas!

POLSKI CUKIER AZS UMCS LUBLIN VS PSI ENEA GORZÓW WLKP.

DRUŻYNA:	OSTATNIE BEZPOŚREDNIE STARCIA	NAJWIĘCEJ PUNKTÓW W LIDZE	BILANS SPOTKAŃ LIGOWYCH	MIJSCA W TABELI	NAJWIĘKSZE SUKCESY
	3:2 dla AZS UMCS LUBLIN 69-73 65-51 76-60 58-83 92-86	Elin Gustavsson (230pkt)	10 zwycięstw 6 porażek	8.	1x Mistrzostwo Polski 1x Puchar Polski 1x Superpuchar Polski
		Chloe Bibby (381pkt)	14 zwycięstw 3 porażki	2.	2x Wicemistrzostwo Polski

ZATĘSKNIŁAM ZA BYCIEM W DRUŻYNIE

ROZMOWA z Aleksandrą Kuczyńską, koszykarką Polskiego Cukru AZS UMCS Lublin

Wracasz do gry po zerwaniu więzadeł, czyli po bardzo poważnym urazie. Jak przebiegała Twoja rehabilitacja?

Teraz jak na to patrzę, kiedy już zagrałam te pierwsze mecze, to jakoś te 10 miesięcy szybko minęły, a właściwie to dokładnie 316 dni. Pierwsze dni po operacji były bardzo ciężkie, zdecydowanie najgorsze. Później zajęliśmy się wyprostem i zgięciem razem z Pawłem Siembiadą, który mnie prowadził. Następnie zaczęła się siłownia i głównie pracowaliśmy nad tym, żeby moja noga była stabilna i funkcjonalna. Cały ten proces nie należał do najłatwiejszych, bo musiałam włożyć w to dużo pracy i codziennie przez ten okres chodziłam na siłownię. Po kolejnych badaniach mogłam zacząć treningi typowo przedsezonowe i po tym wszystkim byłam gotowa, żeby wejść w mecz. Wcześniej w ogóle nie mogłam grać w kontakcie i moje treningi koszykarskie opierały się na technice, ale w sumie uważam, że było to dla mnie dobre, bo mogłam poprawić się w tym aspekcie.

Kontuzja i powrót do sprawności były dla Ciebie większym wyzwaniem fizycznym czy psychicznym?

W moim przypadku pod względem fizycznym, bo myślałam, że psychicznie będzie gorzej, a tak naprawdę jedynie po operacji były takie dni, że naprawdę było ciężko zarówno psychicznie, jak i fizycznie. Później, kiedy już weszłam w cały proces rehabilitacji, to nie miałam żadnych spadków psychicznych, wszystko szło dobrze. Z moją nogą nie było też fizycznych spadków, nic się nie działo po drodze, żadnych przygód nie miałam, więc moja rehabilitacja przebiegała świetnie. To miało wpływ na mój stan psychiczny, po prostu dzięki temu dobrze się czułam. Wszystko szło po myśli, także nie miałam na tym polu żadnych problemów. Jedynie im bliżej było wejścia na parkiet, pojawiły się obawy – jak to będzie, kiedy wejdę na boisko, czy ja nie będę



za dużo myślała o tej nodze, ale to już minęło.

Ostatnio zagrałaś już w pierwszej lidze ponad 30 minut i udało Ci się rzucić 18 punktów, zaliczyć 7 zbiórek i 4 asysty. Jak oceniasz swoją aktualną dyspozycję?

Oceniam swoją dyspozycję optymalnie. Są za mną pierwsze mecze i widzę po sobie, że nie do końca jestem taka, jak wcześniej. Nie mam pewnych blokad, jeśli chodzi o wejście w kontakt lub rzucanie, ale jestem jeszcze trochę niepewna w niektórych sytuacjach. Sądzę, że z każdym meczem i treningiem będzie coraz lepiej, bo wejdę w rytm meczowy po bardzo długim czasie bez gry.

W śróde rozegracie bardzo ważne starcie z Gorzowem. Jakie są największe atuty tej drużyny i jak będziecie chciały je pokonać?

Gorzów w ataku ma Chloe Bibby i Elenę Tsineke, które są tam czołowymi graczami i na pewno je dwie będziemy musiały zatrzymać. Gra tam też moja siostra, która bardzo dobrze broni, podobnie jak cała drużyna, więc będziemy musiały zwrócić uwagę na to, żeby grać pod naciskiem. Świetnie rzucają za trzy, ale powinnyśmy też dobrze zastawiać, bo przeciwniczki będą chodzić na ziórke, zwłaszcza Weronika Telenga i Stephanie Jones. Kolejną bardzo ważną zaletą Gorzowa jest waleczność, więc nie możemy przez żadną minutę sobie odpuścić i jeśli chcemy wygrać, to spotkanie musimy być skupione cały mecz.

PRZYJDŹ NA NASTĘPNY MECZ!



VS



21.02.2024 R. GODZ. 20:00 KGHM BC POLKOWICE
HAŁA MOSIR AL. ZYGMUNTOWSKIE 4

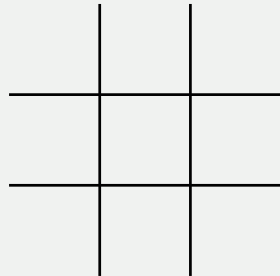
PRZY KASACH

CZAS NA PRZERWĘ...

zagraj w kółko i krzyżyk z kibicem obok! :)

WPADNIJ DO NASZEGO SKLEPIKU KIBICA!

- Koszulki,
- Szaliki,
- Czapki,
- Bluzy,
- Breloczki,



“WIADOMOŚCI SPOD ZEGARA”

RUBRYKA STOWARZYSZENIA KLUBU KIBICA BIAŁO-ZIELONI

Orlen Basket Liga wkracza w decydującą fazę. Pozostały 4 spotkania które zadecydują o rozstawieniu w fazie play-off. Pierwszy niezmiernie ważny już dzisiaj. Do Lublina zawita wicelider tabeli drużyna z Gorzowa.

Zespół ten tylko trzykrotnie schodził z parkietu pokonany, a jego liderki przodują w statystykach Orlen Basket Ligi Kobiet.

W Gorzowie byliśmy świadkami wyrównanego spotkania pełnego walki do ostatnich sekund.

Wtedy to do zwycięstwa zabrakło niewiele. (73:69)

A jak będzie dzisiaj?

Ciężko powiedzieć.

Ostatnio w drużynie Gorzowa kontuzje leczyła Chloe Bibby liderka zespołu i pierwsza punktująca całej ligi. Dużo zależy od tego czy przyjedzie do Lublina. Według naszych informacji raczej jej nie zobaczymy na parkiecie. Ale kto wie. Przed tak ważnymi spotkaniami walka informacyjna toczy się już przed meczem.

WSPIERAJĄ NAS:

Sponsorzy tytularni



Sponsor strategiczny



Partner główny



Sponsor główny



Partner techniczny



Występy koszykarek w EuroLeague objęte są Patronatem honorowym



Partnerzy medialni



Sponsorzy



**MŁODY
FANIE!**

m.lipiec@azs.umcs.pl, 602 379 283

DOŁĄCZ DO AKADEMII AZS UMCS LUBLIN!



LEKKA ATLETYKA



KOSZYKÓWKA



AKADEMIA MISTRZÓW
AZS UMCS LUBLIN

PLYWANIE



SIATKÓWKA



TENIS STOŁOWY



**OFICJALNY SKLEP
AZS UMCS LUBLIN**



EUROLEAGUE
WOMEN

SKLEPAZSUMCS.PL



NOWE
**RENAULT CLIO
E-TECH FULL HYBRID**



RENAULT CARRARA
Lublin, Lwowska 1,
www.carrara.pl

Langiewiczza 22
20-035 Lublin

biuro@azs.umcs.pl
azs.umcs.pl

Chcesz się zareklamować?
napisz do nas: redakcja@azs.umcs.pl