

JESZCZE JEDNA MILA

Pam Reed

Idealna książka dla wszystkich,
którzy szukają dodatkowej motywacji.
„Runner’s World”



GALAKTYKA

Pam Reed

JESZCZE
JEDNA
MILA

Przekład:
Beata Otocka

G A L A K T Y K A

Tytuł oryginalny: *The Extra Mile*

© 2006 by Pam Reed

All rights reserved. Wszelkie prawa zastrzeżone.

Published by arrangement with Rodale Inc., Emmaus, Pa, USA.

Opublikowano na podstawie umowy z Rodale Inc., Emmaus, Pa, USA.

Copyright © for the Polish Edition by Galaktyka sp. z o.o., 2015

Galaktyka sp. z o.o.

90-562 Łódź, ul. Łąkowa 3/5

tel. +42 639 50 18, 639 50 19, tel./fax 639 50 17

e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

www.galaktyka.com.pl

ISBN: 978-83-7579-440-3

Redakcja: *Bogumila Widla*

Konsultacja: *Magdalena Ostrowska-Dolegowska*

Redakcja techniczna: *Marta Sobczak*

Korekta: *Monika Ulatowska*

Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Zdjęcie okładkowe: *David Nelson*

Fotografie na wkładce pochodzące z Badwater: *David Nelson*

Pozostałe fotografie pochodzą z archiwum prywatnego autorki.

Skład: *Garamond*

Okładka: *Jakub Kabala*

Druk: *Drukarnia na Księżym Młynie*

Księgarnia internetowa!!!

Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych

Zapraszamy

www.galaktyka.com.pl

e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody wydawcy książka ta nie może być powielana ani w częściach, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicznych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.

Spis treści

	Wstęp.....	9
PROLOG	Albo Boston, albo kłapa.....	11
CZĘŚĆ 1	LINIA STARTU	
ROZDZIAŁ 1	Po co pisać? Po co biegać?.....	19
ROZDZIAŁ 2	Skąd pochodzę.....	24
ROZDZIAŁ 3	Byłam Olgą Korbut.....	30
ROZDZIAŁ 4	Mój umysł, część pierwsza: wyjątkowa choroba.....	34
ROZDZIAŁ 5	Szkoła średnia.....	40
ROZDZIAŁ 6	Z Michigan do Tucson, z Tucson do Michigan, z Michigan do Tucson... i co dalej?.....	45
CZĘŚĆ 2	NA TRASIE	
ROZDZIAŁ 7	Jim: harmonia i konflikt.....	55
ROZDZIAŁ 8	Nie chcę być chora.....	65
ROZDZIAŁ 9	Mój umysł, część druga: myszy i ja.....	71
ROZDZIAŁ 10	Rodzicielstwo.....	76
ROZDZIAŁ 11	Maraton w Tucson.....	84
ROZDZIAŁ 12	Chuck Giles.....	93
ROZDZIAŁ 13	Niektórzy lubią ostrą jazdę: Badwater 1.....	98
ROZDZIAŁ 14	Moja ekipa.....	110
ROZDZIAŁ 15	Znów Badwater.....	118

ROZDZIAŁ 16	Mężczyzna z Ipanemy	123
ROZDZIAŁ 17	Bieganie po świecie: to tu, to tam.....	126
ROZDZIAŁ 18	Biegaczki i biegacze, których podziwiam.....	135
ROZDZIAŁ 19	Nie lubię biegów długodystansowych.....	140
ROZDZIAŁ 20	Mój umysł, część trzecia: jestem panią sytuacji.....	144
ROZDZIAŁ 21	Nie jesteś tym, co jesz.....	149
ROZDZIAŁ 22	Badwater 3: naprawdę źle.....	157
ROZDZIAŁ 23	Tylko raz jesteś dziewicą	161
ROZDZIAŁ 24	Forrest Gump Picacho Peak: mój bieg na 480 kilometrów.....	170
ROZDZIAŁ 25	Badwater 4: przeboje z baby joggerem	178
ROZDZIAŁ 26	Leadville i Grand Teton.....	187
ROZDZIAŁ 27	Jeden dzień w San Diego.....	194
CZĘŚĆ 3 DO METY		
ROZDZIAŁ 28	Cele	203
ROZDZIAŁ 29	Sfrustrowana kura domowa?	206
ROZDZIAŁ 30	Przyjaciele i rodzina.....	209
ROZDZIAŁ 31	Gdzie kobiety mogą zwyciężyć?.....	212
ZAKOŃCZENIE	Osiągnięcia	217
EPILOG	Zwariowane półtora tygodnia	223
	Najważniejsze wydarzenia i rekordy z kariery Pam Reed	226
	Nagrody i wyróżnienia	227
	Podziękowania	228

Niektórzy lubią ostrą jazdę: Badwater 1

Jeżeli znajdziesz się latem na pustyni, zdany tylko na własne siły, niech ci do głowy nie przyjdzie, żeby cokolwiek robić w ciągu dnia. Jeśli to możliwe, znajdź kawałek cienia i siedź tam, najlepiej bez ruchu. Gdy nie ma cienia, a słońce jeszcze nie weszło, wykop dziurę w ziemi i nakryj się piaskiem.

To żelazna zasada występująca we wszystkich bez wyjątku przewodnikach survivalowych. To również głęboka mądrość, która ewoluowała w ciałach takich zwierząt jak węże, jaszczurki, pająki, żółwie lądowe i wszelkiej maści gryzonie, żyjące w suchym klimacie. Dopóki słońce nie zajdzie, pozostają w ukryciu, zagrzebane w piasku albo pod skałami.

Niektórzy nie mają dość rozumu, którym Bóg obdarzył zwierzęta. Zresztą w Badwater nie biegnie się po to, żeby wykazać się mądrością.

W samym środku lipca 80 biegaczy, w grupach liczących mniej więcej po 25 osób, pojawia się na linii startu w pewnych odstępach czasu – pomiędzy szóstą a dziesiątą rano. Mniej doświadczeni biegacze wyruszają najwcześniej, „faworyci” najpóźniej. (Chodzi o to, że szybsi biegacze wyprzedzą tych, którzy wystartowali na początku).

Jednak bez względu na to, kiedy zawodnicy wystartują, każdy z nich zamierza przebiec, przejść lub przeczolgać się przez Dolinę Śmierci, rozległą, suchą i słoną pustynię znajdującą się poniżej poziomu morza; pokonać strome górskie przełęcze; dotrzeć do Lone Pine, małej osady położonej na wysokości 1136 metrów nad poziomem morza. Stamtąd trasa nadal prowadzi

pod górę, poprzez zapierające dech w piersiach skalne formacje w paśmie Alabama Hills i dalej po zboczu Mount Whitney na wysokość ponad 2500 metrów.

W tym ekstremalnym wyścigu jest coś nienaturalnego, wręcz chorobliwego. Żadne zwierzę przy zdrowych zmysłach by się na coś takiego nie porwało. I o to w tym chodzi. Badwater to policzek wymierzony instynktownym, zdrowym ludzkim odruchom. Właśnie dlatego masz dalej biec, że marzysz tylko o tym, by przestać, a rozsądek podpowiada ci, iż powinieneś to zrobić.

Każdy, kto kończy Badwater, mieszcząc się w czasie nieprzekraczającym 60 godzin, otrzymuje w nagrodę kłamrę do paska; 60 godzin to kawał czasu. Praktycznie możesz przejść całą trasę spacerkiem, a i tak zasłużysz sobie na miły drobiazg, dzięki któremu nie spadną ci spodnie. Ale nawet zwykle przejście całej trasy to nie kaszka z mleczkiem; natura i tak się o ciebie upomni. Im dłużej bowiem wystawiasz się na wściekły upał, tym bardziej narażasz się na halucynacje. Zwycięski przebieg to 25–30 godzin, ale większość zawodników nie startuje z myślą o wygranej. Dla nich to raczej piesza wędrówka niż wyścig. Są szczęśliwi, że w ogóle udało im się ukończyć trasę. To prawdziwy wyczyn i mają pełne prawo do dumy.

W tych okolicznościach przyrody sprawą zasadniczą jest zapewnienie bezpieczeństwa biegaczom. Każdy uczestnik powinien stawić się na zawodach ze swoją ekipą wspomagającą, która zatroszczy się o jedzenie, picie i będzie w stanie udzielić delikwentowi pierwszej pomocy, jeśli zajdzie taka konieczność. Ekipy towarzyszące biegaczom składają się przeważnie z 4–8 osób, przemieszczających się dwoma vanami, które trzymają się w pobliżu zawodnika i dostarczają mu to, czego akurat potrzebuje. Niektórzy decydują się na bardziej spartańską załogę, składającą się tylko z dwóch osób w jednym samochodzie. Członek takiej drużyny nie ma lekko. Pierwsze 27 kilometrów zawodnicy muszą przebiec bez asysty, ale później ekipa towarzyszy biegaczowi do samego końca wyścigu i bywa, że ktoś z załogi przebiega lwią część trasy razem z uczestnikiem

O ekipach wspomagających można opowiadać bez końca i jeszcze do tego wrócić. Zasługują na osobny rozdział. Najpierw chcę, żebyś zyskał ogólne wy-

obrażenie o Badwater oraz udręczkach i ekstazach, które czyhają na takich biegaczy jak ja.

* * *

Uwielbiam biegać w upale. Myślę, że daje mi to ogromną przewagę nad innymi. Odkąd pamiętam, jestem wręcz uzależniona od sauny – im gorętsza, tym lepsza. Jeszcze w Tucson biegałam codziennie przez trzy godziny w temperaturze dochodzącej do 38 stopni Celsjusza. W Badwater bywa o wiele goręcej, co już nie jest aż tak przyjemne, ale i tak znoszę to lepiej od większości ludzi, co mi bardzo ułatwia sprawę.

Gdy temperatura przekracza 38 stopni, niesamowicie, jaką gigantyczną różnicę robi jeden głupi stopień. To śmieszne, lecz pomiędzy 43 a 49 nie ma już żadnej różnicy. A kiedy temperatura sięga 54 stopni, lądujesz na innej planecie.

Jednym z moich drobnych dziwactw jest nieużywanie kremów z filtrem (wyjątkiem jest nos). Od kremu z filtrem mam dojmujące uczucie klaustrofobii: jakbym się dusiła, a moja skóra nie mogła oddychać. Może i takie kremy chronią przed promieniowaniem słonecznym, ale upieczesz się na bank.

Aż do pierwszego Badwater zwykle nie wybierałam się na rekonesans, by obejrzeć trasę, którą będę biegła. To się zmieniło, odkąd stałam się bardziej doświadczoną biegaczką. Teraz przed maratonem czy ultramaratonem lubię mieć pewne wyobrażenie o tym, co mnie czeka. Wcześniejsza wizualizacja wyścigu pomaga mi się przygotować i nastawić psychicznie. Tym razem jednak to Chuck nalegał, bym przed zawodami sama się przekonała, jak wygląda okolica, ja natomiast wolałam nic nie wiedzieć. Pozwoliłam mu się jedynie zabrać na punkt widokowy znany pod nazwą Dante's View. Wycelował palcem w ciągnące się hen bezdroża i rzekł: „To jest właśnie Badwater”. Jakbym oglądała dno wyschniętego oceanu. Przeszyła mnie upiorna myśl, że za kilka godzin będę po nim biegła.

Następnego dnia wstaliśmy wczesnym rankiem i wyruszyliśmy tam, gdzie miał się rozpocząć bieg. Mówi się, że niewiedza jest błogosławieństwem. W tym przypadku oznaczała, że przez cały dzień i całą noc wyścigu będą mnie zaskakiwać jakieś nowe okropieństwa.

* * *

W roku mojego pierwszego Badwater, 2002, w wyścigu brało udział 79 zawodników – 63 mężczyzn i 16 kobiet. W całej tej menażerii – jako mama – nie byłam żadną osobliwością. Na tę dziwną zbieraninę składali się lekarze, prawnicy, biznesmeni, biegacze znani na arenie międzynarodowej, kilku weteranów ultrabiegania (w tym Marshall Ulrich, który zamierzał przemierzyć Dolinę Śmierci, ciągnąc za sobą 90-kilogramową rykszę wypełnioną jedzeniem i wodą; jednym słowem – solista, bez żadnej ekipy). W wyścigu startował również major Curt Maples z Marines, bliżej nieznanego faceta w stroju króliczka (odpadł zaraz na początku) i niemiecki ultramaratończyk Achim Heukemes, który był przekonany, że ma zwycięstwo w kieszeni.

Rozpoczyłam bieg w pierwszej grupie, składającej się głównie z kobiet. Poprzedniego wieczoru dokuczalo mi biodro (jeden z takich bólów, które pojawiają się i znikają), więc Craig, którego dopiero co poznałam po przyjeździe do Las Vegas, zrobił mi masaż. Gdy stałam na linii startu, jeszcze mnie trochę bolało, ale miałam nadzieję, że jakoś to rozbiegam.

Już na samym początku wyścigu, o szóstej rano, było ponad 38 stopni, a w dodatku niewyobrażalnie sucho. Jednym z głównych zadań należących do ekipy jest zapewnienie biegaczom odpowiedniego poziomu nawilżenia za pomocą pistoletów na wodę, spryskiwaczy i czego się da. Aż do 27. kilometra ekipie nie wolno jechać przy zawodniku. Moja drużyna, żeby mnie schłodzić, podjeżdżała kilometr do przodu, ktoś wyskakiwał z furgonetki, spryskiwał mnie od stóp do głów, biegiem wracał i samochód znowu wyrwał się naprzód. Pozostałe ekipy zapędzały się o wiele dalej, może i trzy kilometry przed swoich podopiecznych, kiedy więc zawodnicy doganiali wreszcie samochód, byli już porządnie wysuszeni. Po tym pierwszym roku, gdy moja załoga tak często mnie chłodziła (pomysł Chucka), inne poszły po rozum do głowy i zaczęły nas naśladować.

Wielu biegaczy nosi białe ubrania, które podobno mają odbijać światło, chociaż według Pam bardziej chodzi o burze piaskowe. Można je kupić w sklepie, ale występują tylko w dużych rozmiarach. I ten zawój na głowie, zupełnie jak

w *Lawrensie z Arabii*, że nie wspomnę o goglach – takie same noszą starsi ludzie z zaćmą. Pam pokazała się nam w tym stroju. Jest drobniutka. Wyglądała jak Marsjanin Marvin*. Craig, który miał kiedyś atak serca, bał się, że nie będzie mogła w tym oddychać.

Pam pobiegła w końcu w T-shircie, biustonoszu sportowym i szortach. Wszyscy się stukali po głowach: „Zgłupiałaś! Musisz to założyć, bo szlag cię trafi”. – *Susy Bacal*

Dotarcie do Stove Pipe Wells, malutkiej osady i punktu postojowego, znajdującego się mniej więcej na 60. kilometrze, na odległych krańcach Doliny Śmierci, zajmuje liderom od sześciu do ośmiu godzin. Oznacza to, że zawodnik ma już za sobą cały dzień biegania wśród niezmiernie scenery, na jaką składają się skały wulkaniczne, żwir i osłepiające światło. Nawierzchnia autostrady robi się tak gorąca, że głównym problemem stają się pęcherze. Topią się podeszwy butów, wielu biegaczy zużywa więc podczas wyścigu kilka par. Temperatura w dolinie różni się nieznacznie w poszczególnych latach. Podczas ultramaratonu w 2002 roku osiągnęła 52,8 stopnia Celsjusza. Piekarnik.

Na przełęczy Towne, na 60. kilometrze wściekle wiało, brutalne podmuchy niemal zwały z nóg. Wiatr nie odpuszczał ani na chwilę i wysuszał wszystko na wiór. Ktoś niezwykle trafnie określił, że na tej przełęczy biegacze wpadają prosto pod gigantyczną suszarkę. Towne jest pierwszym dużym wyzwaniem wspinaczkowym. Droga pnie się nieprzerwanie w górę prawie przez 30 kilometrów. Niespodzianka ta czeka biegaczy późnym popołudniem, gdy od wschodu słońca są na nogach, wystawieni na pustynny żar. Tak musi wyglądać piekło. Trasa się ciągnie i ciągnie pod górę; przez całe godziny nie widać końca tej mordęgi.

Ekipa zadbała o mnie, musieli też pomyśleć o sobie. Craig od samego rana próbował znaleźć coś jadalnego. Odżywia się bardzo zdrowo, więc zgadłam, że niczego takiego ze sobą nie zabraliśmy, a przynajmniej nic konkretnego. W Stove Pipe Wells wygrzebał w końcu kanapkę, ale jej nie zjadł – okazało się, że zawierała

* Marsjanin Marvin – postać z kreskówki *Zwariowane melodie* (przyp. red.).

jakieś podejrzenie wyglądające mięso, a poza tym po całym dniu w rozgrzanym samochodzie prezentowała się nie najlepiej. Chuck i Carol Trevey (przyjaciółka Chucka i też rowerzystka, która brała udział jako zawodniczka i członek ekipy w ponad 800-kilometrowym wyścigu kolarskim Furnace Creek) zrobili sobie przerwę. Wzięli jeden samochód i pojechali daleko naprzód, do Panamint Springs Resort, na dobry obiad: rybę z ziemniakami i sałatkę. Craig umierał z głodu, lecz dzielnie się trzymał, czekając na swoją kolej. W końcu pojechali z Susy do restauracji, by zjeść jakiś porządny posiłek, ale na miejscu okazało się, że właśnie zamykają lokal. Od razu włączył mi się instynkt macierzyński i zaczęłam się martwić, czy Craigowi uda się wreszcie coś zjeść.

Tymczasem ja parłam niezmiennie naprzód, starając się nie robić żadnych postojów. Chyba że musiałam zwymiotować. Wiedziałam od innych, i Chuck też mi o tym wspominał, że biegacze zatrzymują się na krótki masaż lub nawet na dłużej, by się zdrzemnąć, odciążyc nogi i ze świeżą energią ruszyć dalej. Traktowano to jako coś zupełnie normalnego. Postanowiłam, że nie będę się zatrzymywać. Raz jednak, niedaleko Panamint Springs Resort, musiałam zrobić postój, poczułam bowiem ból na podeszwie stopy. Fajnie byłoby zatrzymać się na dłużej i zafundować sobie szybką kąpiel w tamtejszym basenie, lecz zdjęłam tylko but i zaczęłam nim potrząsać. Kiedy nie wypadł zeń żaden kamień, domyśliłam się, że tak mnie dręczył ogromny pęcherz. Nie miałam zamiaru go oglądać. Po prostu założyłam but i pobiegłam dalej. Stopa bolała jeszcze przez jakiś czas, ale wreszcie przestała, więc zrozumiałam, że pęcherz pękł.

Upał był wręcz idiotycznie nieprawdopodobny. Nie mówię nawet o temperaturze powietrza. Droga rozgrzewa się do 93 stopni Celsjusza. Wiele osób biega po białych liniach, zgodnie z teorią, że biały kolor odbija światło, więc w tych miejscach jest nieco chłodniej. Ja biegłam poboczem, myśląc, że to właśnie tam będzie chłodniej. Nie sądzę jednak, by rzeczywiście tak było.

W dolinie Panamint miałam dziwaczne przeżycie. Trasa wiodąca do ośrodka wypoczynkowego najpierw przez około 13 kilometrów zbiega dość stromo w dół, by przed samym kurortem znów pięć się przez 7 kilometrów pod górę. Zapadł już zmrok i wydawało mi się, że wcale nie zbiegam ani nie wbiegam i że przez cały czas droga jest całkiem płaska. Dziwne złudzenie.

Pomimo fatalnych warunków, dobrze wspominam ten wyścig. Pamiętam moją rewelacyjną ekipę, jak na zmianę biegli razem ze mną albo jechali obok na rowerze i wciąż opowiadali jakieś historie, żeby mnie zabawić. I ciągle polewali mnie wodą, bym nie padła.

Kolejna zabawna rzecz: w związku z ultramaratonem nie zmienia się organizacji ruchu. Trasa przechodzi przez okolice, gdzie życie toczy się jak gdyby nigdy nic. W ciągu dnia na drodze, którą biegliśmy, testowano nowe modele BMW. Chłopaków z ekipy strasznie to kręciło: „O rany, wdziałeś tę brykę?”

Pamiętam jak dziś, jak mniej więcej na 144. kilometrze, kiedy zbliżaliśmy się do Pine Ridge (gdzie zaczyna się niezbyt trudny, za to wyjątkowo długi, ciągnący się prawie 50 kilometrów odcinek), Susy i Craig naśladowali Bona Scotta i wydzierając się na całe gardło, śpiewali *Highway to Hell* AC/DC. Bardzo mnie to śmieszyło.

* * *

Badwater jest niezwykłym wyścigiem. To absolutne przeciwieństwo innych ultramaratonów, w których brałam udział. W większości wyścigów starsz się sprężyć i przebiec jak najwięcej w ciągu dnia. To dlatego, że w nocy, z dala od cywilizacji, panują egipskie ciemności i musisz biegać z latarką. To po pierwsze niewygodne, a po drugie bardzo spowalnia bieg. W Badwater przez cały czas znajdujesz się na drodze. Nie potrzebujesz latarki, aby trzymać się szlaku. W suchym, wolnym od mgieł powietrzu wystarcza światło gwiazd. Nocą trzeba być przygotowanym na najbardziej niesamowite doznania wzrokowe. W ciągu dnia przynajmniej wiesz, gdzie jesteś. Noc jest kompletnie odrealniona. Widzisz jedynie gwiazdy, księżyc i małą świetlistą kopułę, którą wytwarza twoja ekipa. Poza tym kręgiem światła rozciąga się czerń nocy. Dość wcześnie, bo już po 60. kilometrze, odstępy pomiędzy uczestnikami stają się coraz większe, więc nie masz już poczucia, że bierzesz udział w zawodach i należysz do jakiejś grupy. Przebywasz w swoim własnym małym świecie.

Po Panamint następnym dużym wyzwaniem wspinaczkowym jest znajdujący się na 136. kilometrze punkt widokowy Father Crowley. Jest okropnie stromo, a nachylenie wynosi 6–7 procent. Jak chyba wszystko podczas tego wyścigu, podejście jest długie i ciągnie się bez końca. Craig przez całą pochyłość pedałował

koło mnie na rowerze. Nie mam pojęcia, jak to w ogóle możliwe na tej stromiznie. Posuwał się powoli z włączonymi światłami. Gdy wreszcie wspięliśmy się na szczyt, naszym oczom ukazał się księżyc w pełni – to było takie piękne.

Biegłam na autopilocie, po prostu trzymając się za vanem i odhaczając w myśli kolejne kilometry. Nie bardzo już wiedziałam, gdzie i dokąd biegnę. Od Father Crowley miałam asystę rowerową i towarzystwo Scotta Scheffa, triathlonisty z Boulder, który projektuje przyjazne ludziom, ergonomiczne urządzenia i wielokrotnie spotykali się z Chuckiem w ekipach wspomagających podczas Race Across America. Ponieważ wystartowałam w pierwszej turze biegaczy, trudno nam było oszacować, jaki mam czas w stosunku do innych zawodników, którzy wyruszyli po mnie.

Nagle, około drugiej czy trzeciej w nocy, jak spod ziemi wyrósł koło nas samochód Chrisa Kostmana, szefa ultramaratonu, który sprzedał mojej ekipie szokującą wiadomość, że spoko, jestem na prowadzeniu. Cała moja załoga miała walkie-talkie, więc wieść szybko popłynęła naprzód, do mojego „zajęcia”.

O rany. Do tej pory myślałam, że całą ekipą, solidarnie, czujemy się jak „wyczajni uczestnicy” wyścigu, którzy po prostu starają się dobrze wypaść. I wszystko przebiegało zgodnie z założeniami. Chuck opracował świetny plan, a ekipa z zapalem mnie wspierała. Nie zaliczyliśmy żadnych większych wpadek. Choć jednak biegłam równo i wytrwale, efekt przekroczył nasze oczekiwania.

* * *

Z niewiadomych względów, 144. kilometr nosi nazwę Darwin. Nikt mi tego nie potrafił wyjaśnić. Nic tam nie ma, żadnego miasteczka, w ogóle niczego. Między tym punktem a 195. kilometrem trasa schodzi w dół do osady Lone Pine w dolinie Owens. Na tym odcinku zazwyczaj następuje rozstrzygnięcie i wiadomo już, kto wygra. Oczywiście później wciąż jeszcze można przegrać, gdy na przykład umrze się po drodze, ale zawodnicy nie będą już mieli kolejnej okazji, by nadrobić stracony czas. Cały dowcip polega na tym, że zanim biegacze dociągną do Darwin, są już tak wykończeni, iż nie mają siły, aby wykorzystać tę spadzistość. Udaje się to tylko jednej osobie na dziesięć. Może więc nazwa miejsca odnosi się do teorii Darwina, że przeżywają najlepiej przystosowani.

Gdy zbliżałam się do Lone Pine, Susy biegła ze mną. Wciąż było cholernie gorąco, prawie 38 stopni. Na tym etapie wyścigu większość biegaczy ledwo powłóczy nogami. Droga śmigają samochody – żaden z pasażerów nie ma pojęcia, jak tytaniczną walkę toczą ze sobą ślaniający się na poboczu uczestnicy biegu. W tym momencie, jeżeli zaczniesz się nad tym zastanawiać, możesz nie tylko poczuć się zmęczony, możesz się poczuć jak kretyn. Spróbowałam odganiać te myśli i koncentrować się na sprawach formalnych: Czy zjadłam dość i czy wypiłam dostateczną ilość płynów? Na ile „spoko” prowadzę? Czy ktoś może mnie jeszcze doścignąć?

* * *

Zmierzając do Lone Pine, minęliśmy kilka moteli, pizzerię, McDonalda, stację benzynową, supermarket i sklepy zaopatrujące turystów ciągnących na Mount Whitney. Nie żeby mnie to jakoś szczególnie interesowało, ale przynajmniej było to coś innego niż to, co oglądałam przez cały poprzedni dzień. Chociaż to już nie pustynia, jak w Dolinie Śmierci, ale wciąż jest strasznie sucho. Nawodnienie jest minimalne, ponieważ na początku XX wieku większość wody z doliny Owens skierowano do Los Angeles. Gdy miejsciny po drugiej stronie łańcucha górskiego dynamicznie się rozwijały, znajdujące się po tej stronie miasteczka, takie jak Lone Pine czy Independence, trwały właściwie w niezmienionym stanie. Niedobór wody odpowiada też za jałowy i ponury krajobraz tych okolic.

Prawdę mówiąc, w Lone Pine było nawet paru gapiów. Kwatera główna wyścigu znajduje się zwykle w jednym z moteli i zawsze trafi się kilkoro dopingujących. I kiedy mówię kilkoro, naprawdę jest to kilka osób. Wszystko składa się na nieco surrealistyczną otoczkę wyścigu. Faktem jest, że Badwater to chyba najbardziej znany ultramaraton na świecie; piszą o nim nawet w „New York Timesie”. Z reguły jednak na chodnikach w Lone Pine nie kłębią się dziennikarze „Timesa” ani paparazzi. Co najwyżej może się zaplątać reporter lokalnej gazety. Więcej ludzi zatrzymuje się na stacji benzynowej, żeby uzupełnić paliwo, niż by oglądać jakiś wyścig.

Na tym etapie biegacze mają już za sobą 195 kilometrów, a liderzy są na trasie od 20 do 24 godzin. Jednak wyścig jeszcze się nie kończy. Na zawodników czeka-

ją malownicze tereny Alabama Hills, a na deser wspinaczka pod Mount Whitney na wysokość 2500 metrów.

Turystom, obserwującym biegaczy, którzy z trudem posuwają się do przodu przez Lone Pine, musi się to wydawać absolutnie niewyobrażalne. Większość ludzi przyjeżdża tutaj z powodu Mount Whitney i widzą, jakim wyzwaniem dla ich samochodów i eleganckich SUV-ów jest pokonywanie stromych górskich serpentyn. Sam pomyśl, że ktoś, kto właśnie przebiegł Dolinę Śmierci, teraz z własnej i nieprzymuszonej woli ma zamiar podbiec kawalek po zboczu Mount Whitney, musi się wydawać najgłupszą i najbardziej szaloną rzeczą pod słońcem.

Pojawienie się w Lone Pine na pozycji liderki wyścigu było niezmiernie ekscytujące, ale też cokolwiek zwodnicze. Tylko mąciło człowiekowi w głowie. Podejście do Whitney Portal, gdzie kończył się wyścig, wymagało jeszcze heroicznego wysiłku. Na mapie to tylko 21 kilometrów, a 21 kilometrów to półmaraton. Dla biegacza to pikuś. Wydaje ci się, że powinieneś zrobić taką trasę automatycznie, na luzie, bo przecież czyniłeś to już tyle razy. Oczywiście, nigdy w takich okolicznościach. Ale nawet w idealnej sytuacji trudno nazwać ten dystans „niczym”. Gdy startujesz w półmaratonie, jesteś w stanie go przebiec w ciągu półtorej do dwóch godzin. Tutaj w najlepszym wypadku będziesz na to potrzebował trzech, czterech godzin; 21 kilometrów, zwłaszcza po tym wszystkim, co już przeszedłeś, to nie jest bułka z masłem.

Coraz bardziej stromy szlak wiódł pod górę, a temperatura wciąż oscylowała w granicach 38 stopni. Biegłyśmy razem z Susy, która miała mi towarzyszyć do końca wyścigu, i nagle tuż za zakrętem naszym oczom ukazała się w pełnej krasie prowadząca pod górę droga. Widok był szokujący. „Chyba żartujesz? Mamy tam wbiec?” – spytałam. Trasa jest równie stroma jak każdy prawdziwie górski szlak i bez litości pnie się serpentynami do linii mety. Nad nią wznoszą się tylko nagie, poszarpane skalne szczyty. Sylwetką przypominają zęby rekina. Czyste szaleństwo. Co my tutaj robimy... ?

Na samym początku podejście było jeszcze stosunkowo łagodne, a droga wiodła przez niezwykle i osobliwe formacje skalne Alabama Hills. Całkowicie dziki pejzaż przypominał powierzchnię Księżyca. Nakręcono tutaj dosłownie setki westernów i różnych programów telewizyjnych. Krajobraz niezmiernie malow-

niczy, ale pozbawiony jakichkolwiek form życia. W odróżnieniu do pustyni Sonora w pobliżu Tucson, nie było tu nawet kaktusów, tylko kupa porozrzucanych jedne na drugich skał. Potem, w miarę zbliżania się do podnóża góry, droga stała się coraz bardziej kręta i stroma. Bieg nie wchodził w grę. Szłam ... powoli. Może się nawet ślaniałam.

Co za okrutne doświadczenie. Wiedziałam, że jestem już blisko mety, ale zupełnie nie potrafiłam sobie uzmysłwić, ile mi jeszcze zostało. Przy końcu trasy pojawiły się znaczniki kilometrów: 5 km ... 2 km. A poruszałam się z szybkością trzech kilometrów na godzinę ...

Nareszcie dotarłam. Drogę przecinała taśma.

Gdy się zbliżyłam do linii mety, krajobraz dość gwałtownie się zmienił: pozornie bezkresne obszary skał i żwiru nagle ustąpiły miejsca zieloności drzew iglastych. Byli nawet jacyś kibice – jedni po to, by dopingować finiszujących zawodników, inni w gruncie rzeczy tylko po to, by „odebrać ciało” przyjaciela bądź ukochanej, którym udało się dokończyć bieg. A ponieważ tutaj rozpoczyna się szlak turystyczny na Mount Whitney, niektórzy przybywają tylko w tym celu i wcale nie obchodzi ich wyścig. Co rusz trzeba opuszczać taśmę oznaczającą linię mety, by przepuścić nadjeżdżające samochody.

Gdy ostatkiem sił wciągnęliśmy się z Susy na górę, ekipa zaparkowała furgonetki. Wszyscy wyskoczyli do nas i razem przebiegliśmy przez linię mety.

Przekroczenie linii było dla mnie niczym śmierć i narodziny jednocześnie. Płakałam, pozwalając w ten sposób, by uszło ze mnie całe napięcie. Chociaż starałam się na tym nie skupiać, przez sporą część wyścigu strasznie się bałam. Nie wiedziałam, jak moje ciało zareaguje na ten nieprzytomny upał. Chciałam tylko usiąść. W pobliżu stało kilka składanych krzeseł ogrodowych, więc natychmiast padłam na jedno z nich. Ludzie bombardowali mnie pytaniami, ale chyba po raz pierwszy w życiu, ja – Gaduła, zaledwie coś wymamrotałam.

Podczas biegu nie jadłam nic konkretnego (później okazało się, że schudłam prawie trzy kilogramy, pomimo przyjęcia ogromnej liczby kalorii w płynie), więc umierałam z głodu. Wróciliśmy do hotelu i tam wykąpałam się w wannie – nie miałam siły, żeby ustać pod prysznicem. Potem założyłam czyste ciuchy i poszliśmy na obiad.

A więc wybraliśmy się na obiad. Już nie pamiętam, czy Pam marzyła o hamburgerze czy steku – ale o jakimś solidnym kawale mięcha, najlepiej wołowiny.

Najpierw jednak zdjęła buty i skarpetki. Jej stopy same wyglądały jak hamburgery – całe w ogromnych pęcherzach, dosłownie pęcherz na pęcherzu. Niektóre już pękły; widać było żywe ciało i krew. A ona, jak gdyby nigdy nic, wyciągnęła małą podręczną apteczkę: wodę utlenioną, igły, gazę, jakieś mazidło. I zupełnie zwyczajnie zabrała się do przebijania pęcherzy, osuszała je, odcinała luźną skórę, zupełnie jakby myła zęby. Na widok dwóch pęcherzy normalnie zrobiło mi się słabo. A ona się zachowywała, jakby to była błahostka. A potem założyła buty i poszliśmy na obiad. – *Craig Bellmann*

Tej nocy prawie nie zmrużyłam oka. Byłam wprost skonana, lecz moje ciało wciąż posuwało się naprzód. Nie udało mi się go przekonać, że wyścig się skończył.

Następnego dnia wybrałyśmy się z Susy na małą wycieczkę i przebieżkę, by się wreszcie lepiej przyjrzeć Mount Whitney. Nie mogłam wyjść ze zdumienia, że długo po tym, gdy ja ukończyłam wyścig, zjadłam obiad, poszłam spać i rozkoszowałam się porannym bieganiem, wiele osób wciąż znajdowało się na trasie i wypruwało z siebie flaki, aby dobiec do mety.

Jedno z największych osiągnięć w sportach ekstremalnych w ciągu ostatnich dwudziestu lat.

Chris Kostman, szef ultramaratonu Badwater

Historia kobiety, która w 2002 roku zatrzęsa środowiskiem biegaczy ultra, wygrywając najtrudniejszy wyścig na świecie i wyprzedzając swoich rywali o 5 godzin!



Historie, w których pierwszym zawodnikiem przecinającym linię mety wielkiego wyścigu jest kobieta, zawsze chwytają mnie za serce. Oczy kibiców zwykle są zwrócone na mężczyzn, bo to oni ustanawiają zapierające dech w piersiach rekordy. Pierwsza z nas cieszy się oczywiście szacunkiem, ale zwycięzca może być tylko jeden. Pam Reed pokazała, że potrafimy zostawić za sobą wszystkich twardej i że możemy to zrobić w najtrudniejszych wyścigach na świecie, jak rozgrywany w piekielnym upale Badwater Ultramarathon. Cechy, które pozwalają wygrywać, w życiu codziennym czynią z kobiet niezłe zakapiory. Pam tego nie ukrywa i odsłania wiele swoich mrocznych stron. Opowiada o sprawach, do których wielu sportowców się nie przyznaje. Na przykład o towarzyszcze jej życia – anoreksji, albo o rywalizacji istniejącej między Pam a jej mężem, również sportowcem. Panowie, uważajcie! Pam Reed naprawdę potrafi mocno nadepnąć na odcisk!

*Magdalena Ostrowska-Dołęgowska
biegaczka, autorka książki Szczęśliwi biegają ultra*

Patronat medialny:

Bieganie →
magdzyrbieganie.pl

 **POLSKA
BIEGA.PL**

bbl
BiegamBoLubie

 **BIEGANIE.PL**

ISBN 978-83-7579-440-3



9 788375 794403

Cena: 39,90 zł (w tym 5% VAT)