



Aneta Lamik

prywatnie pracująca mama dwójki energicznych dzieciaków.
Z pasji i zamiłowania rowerzystka.

Na rowerze jeżdżę

- szybko i bez pośpiechu
- wyczynowo i przygodowo
- po utartych ścieżkach i przecierając nowe szlaki

Rower towarzyszy mi praktycznie od zawsze. Kocham jazdę na każdym. Rower daje wolność, którą kocham. Uczy pokory. Swoją przygodę z wyścigami zaczęłam na studiach od startów w maratonach MTB. Miałam szczęście być członkiem drużyny **GMG (Grupa Maratończyków Gliwickich)**.







3 cie miejsce Akademickich Mistrzostwach Polski



9 miejsce - Klasyfikacja generalna



1-sze miejsce - Klasyfikacja drużynowa

Kiedy na świecie pojawiły się Dzieci rower mtb zamieniłam na krosowy a treningi i wyścigi na turystykę rowerową z sakwami, fotelikiem, przyczepką i doczepką WeeRide.

To był niesamowity czas. Nigdy nie zrezygnowałam z dłuższych dystansów i gór. Wtedy jeszcze nie myślałam o ultrakolarstwie ale jazda z dodatkowym obciążeniem przygotowała mnie do startów w ultra.



Kilkudniowe wyprawy rowerowe sakwiarsko –fotelikowe 😊

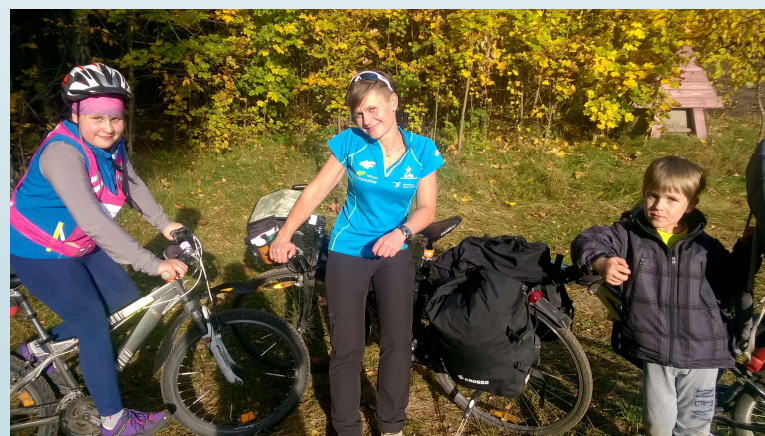


Weekendowa Jura czy 2 tygodniowa Ściana Wschodnia
– obecnie Green Velo

Krajoznawcze wycieczki z doczepką

Austria-Węgry-Słowacja

Lanckorona



Jura Krakowsko-Częstochowska



Pustynia Błędowska

Wyprawy górskie z doczepką



Prokletije,
Durmitor,
Śnieżnik,
Sanjeevini



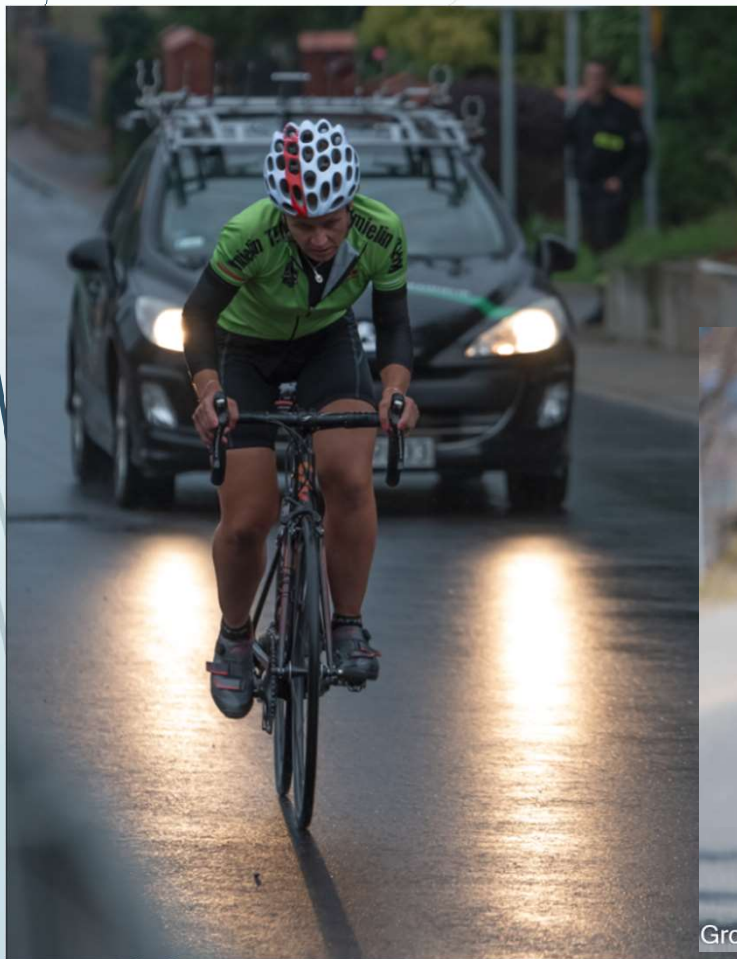


Moja przygoda z kolarstwem szosowym rozpoczęła się niespełna 4 lata temu, kiedy to córka została zawodniczką UKKS Imielin Team. Wspólne rowerowe wyprawy od najmłodszych lat zaszczerpiły w niej pasję. Więc przygodę z kolarstwem szosowym rozpoczęła się od wspólnych treningów z córką, później sama wyznaczałam sobie coraz ambitniejsze cele.

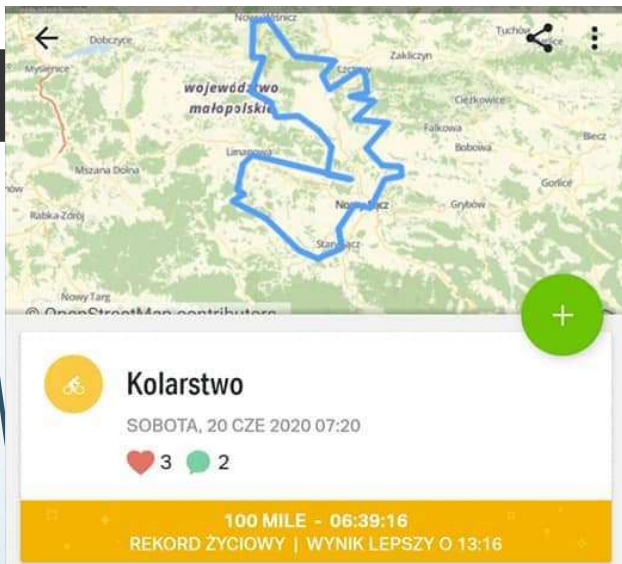
Start w TdP Amatorów w 2019r w Bukowinie Tatrzańskiej (niespełna miesiąc po zakupie roweru szosowego) gdzie z czasem 2h12min zajęłam 7m w swojej kategorii K3.



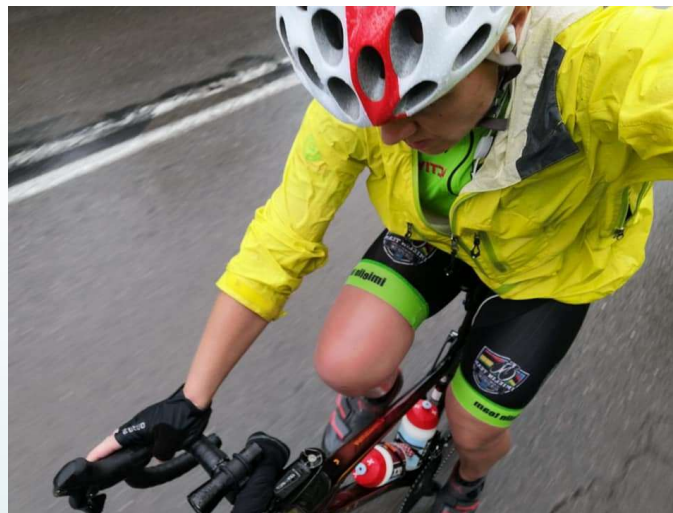
Starty w klasykach i kryteriach ulicznych gdzie zawsze stawałam na podium.



Z czasem pojawiła się chęć pokonywania coraz dłuższych dystansów



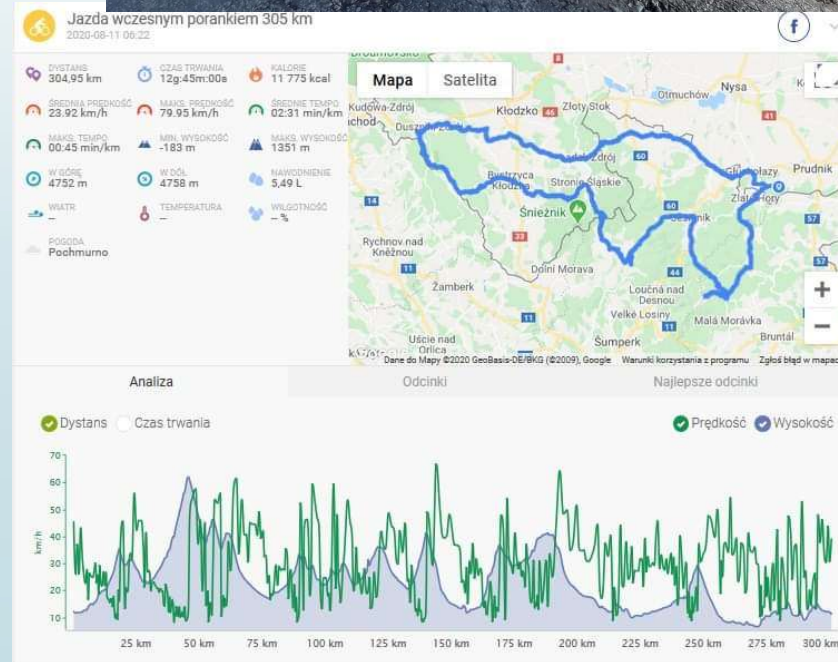
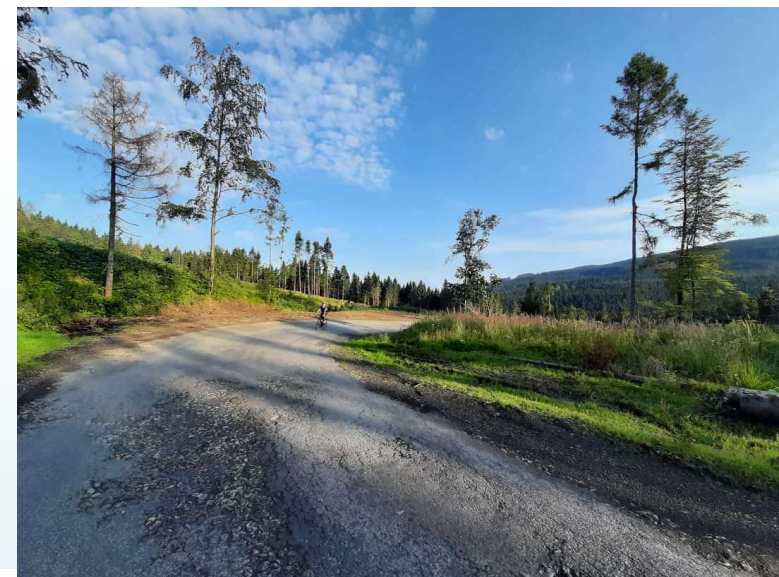
Podsumowanie



2020r to 200km wokół Limanowej



czy 300km pętla Sudecka

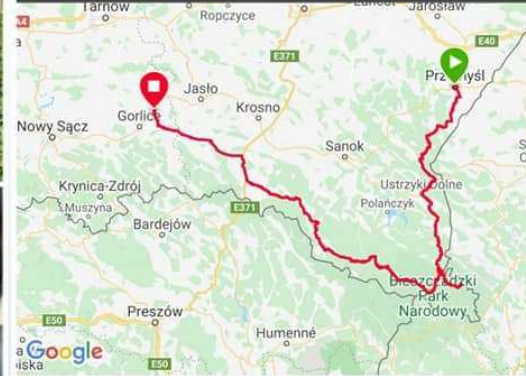


rok 2021 to 4x300km Przemyśl – Ustrzyki – Świnoujście w 4 dni



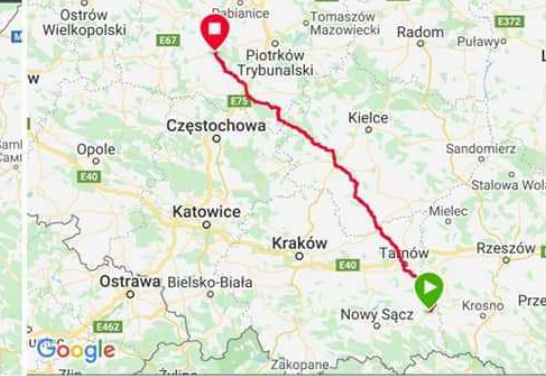
Przemyśl Kolarstwo przewyższenie 3557m

| | | |
|-----------|----------|-----------|
| 293,87 km | 12:18:56 | 23,9 km/h |
| Dystans | Czas | Prędkość |



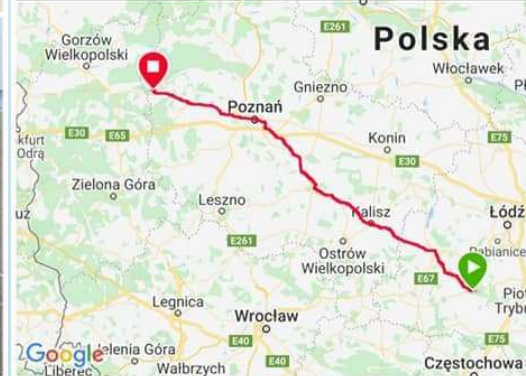
Biecz Kolarstwo przewyższenie 1777m

| | | |
|-----------|----------|-----------|
| 290,36 km | 11:14:24 | 25,8 km/h |
| Dystans | Czas | Prędkość |



Szczerców Kolarstwo przewyższenie 1587m

| | | |
|-----------|----------|-----------|
| 301,75 km | 12:40:01 | 23,8 km/h |
| Dystans | Czas | Prędkość |

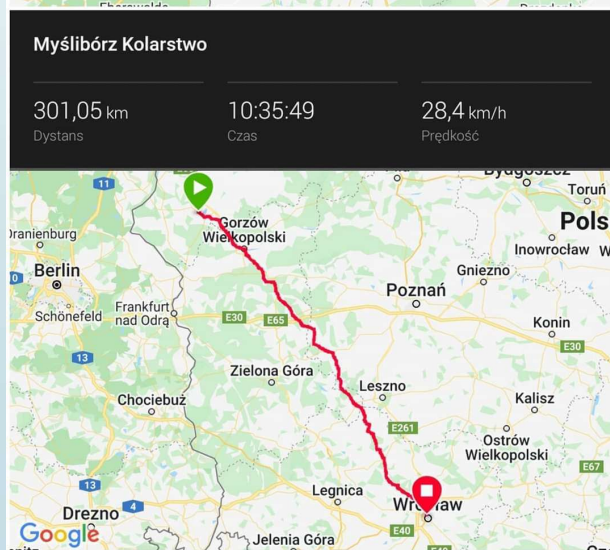
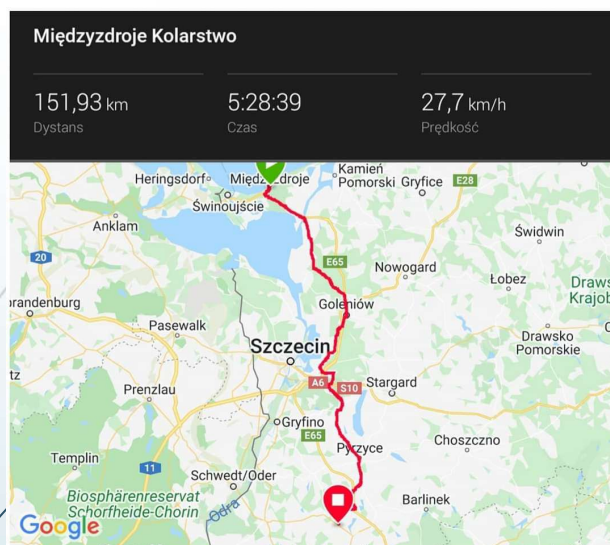


Międzychód Kolarstwo przewyższenie 1164m

| | | |
|-----------|---------|-----------|
| 237,31 km | 9:57:54 | 23,8 km/h |
| Dystans | Czas | Prędkość |



Rok 2022 Międzyzdroje-Wrocław w 2 dni 500km. Wtedy już wiedziałam, że za parę dni wystartuję w pierwszym w swoim życiu ultramaratonie rowerowym Piękny zachód 501 km non stop



W 2022 roku wystartowałam w 3 znaczących wyścigach:

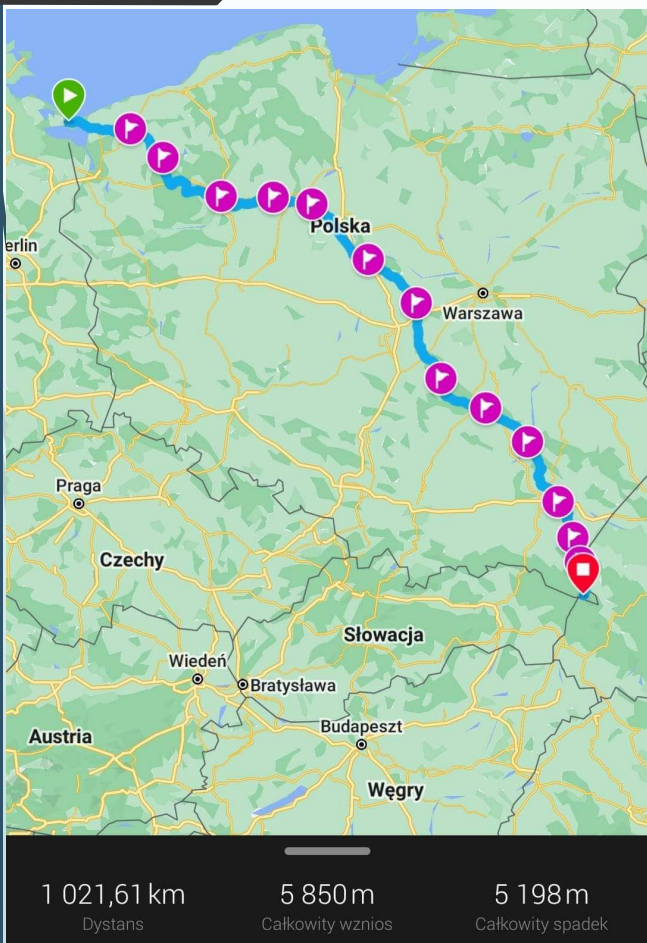


Z Markiem Rupińskim – I m. wśród mężczyzn w kat OPEN.

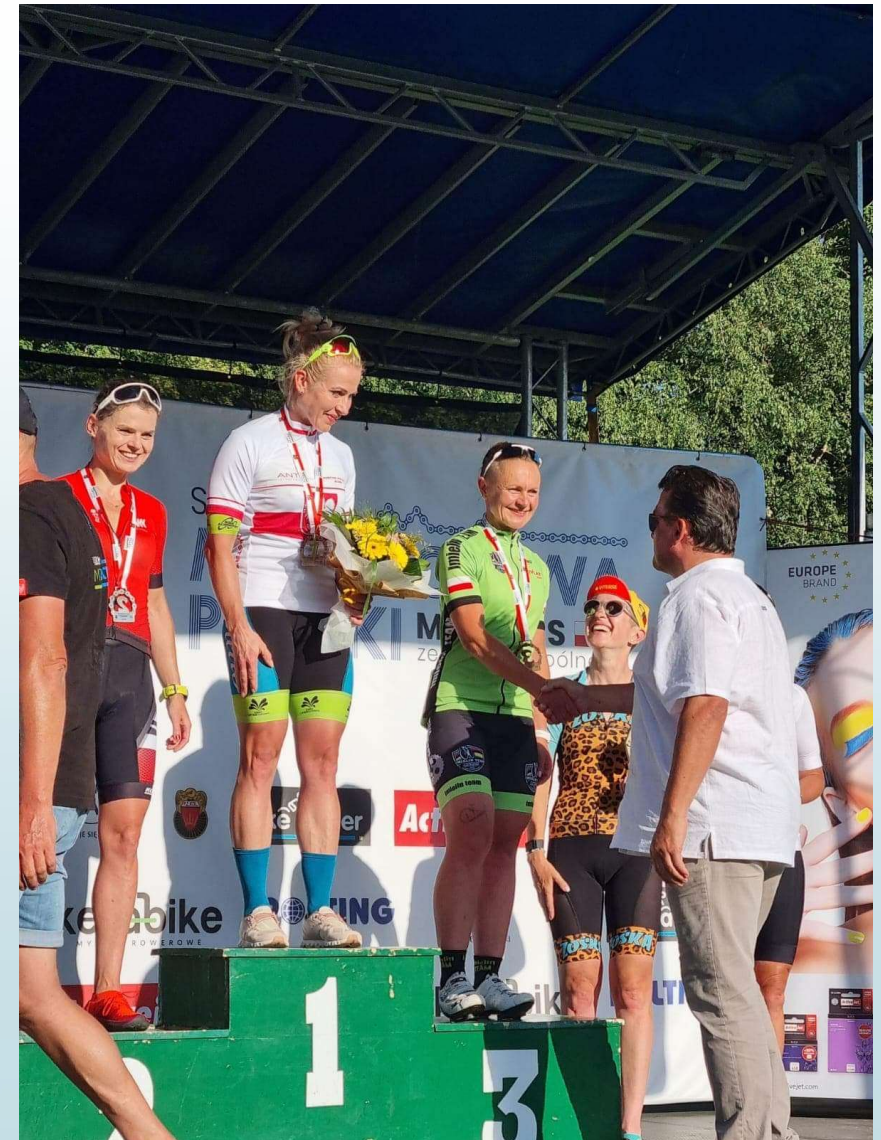
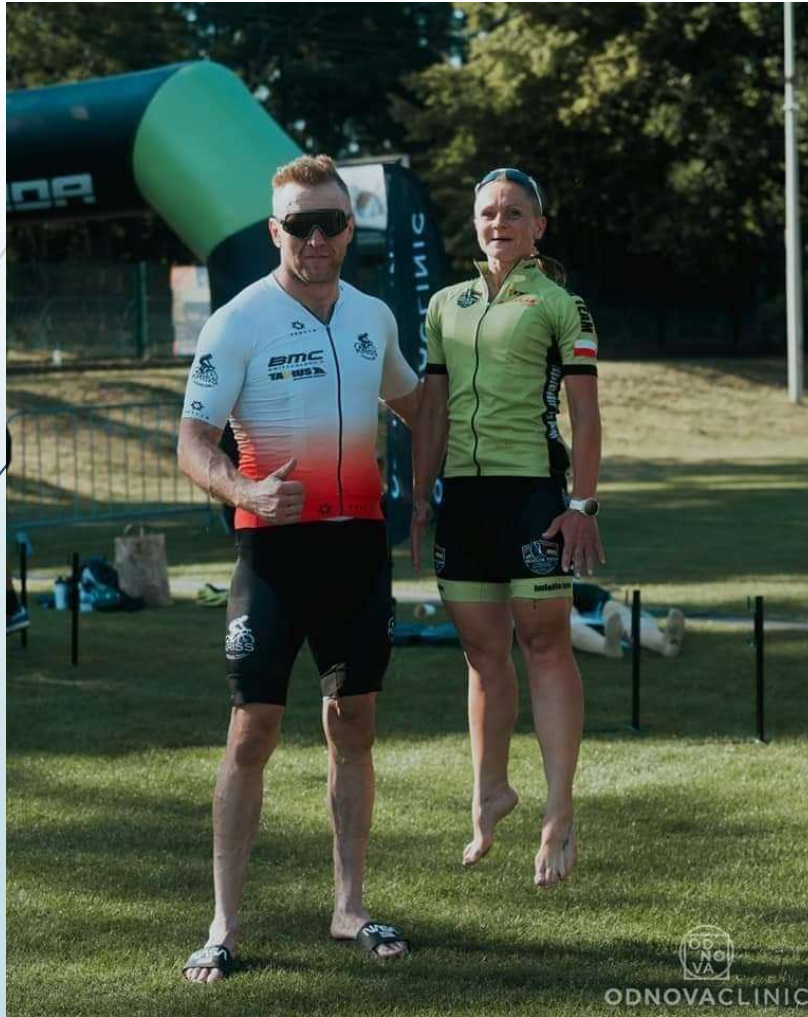


„Piękny Zachód 501 km” dystans 528 km w czasie 19h 22min –
1sze miejsce wśród kobiet oraz 10 miejsce ogólnie w kategorii Open

„BBT1008” Bałtyk Bieszczady Tour na dystansie 1028km w czasie 42h 41min –
1sze miejsce wśród kobiet oraz 16 miejsce ogólnie w kategorii Open



Mistrzostwa Polski Masters (26.06 w Psarach) - 3cie miejsce wśród kobiet w swojej kategorii wiekowej



Już w trakcie wyścigu BBT1008 pojawiła się myśl o kolejnych startach w Ultramaratonach. Połknęłam bakcyła. Pytanie tylko jaki wyścig będzie kolejnym wyzwaniem.



Jesienią już mnie nosiło więc 6 stycznia wystartowałam w Wataha Ultra Race, wyścig określany przez organizatora jako „maraton ultra-extreme Wataha Ultra Race "Zima" poprowadzony drogami zimowych lasów i wzgórz, pociętych gravelową trasą”, na dystansie „Krótka Łapa” 140km (na pożyczonym rowerze przełajowym) - 1sze miejsce wśród kobiet, 14-ty czas na 85 zawodników

Nocna Tour de Silesia 22-23 kwietnia na dystansie 300km w kategorii SOLO (jazda bez możliwości łączenia się w grupy zawodników) dojechałam na metę jako pierwsza spośród startujących (mężczyzn i kobiet) w kategorii SOLO pokonując dystans 318km w 11 godz 27 min co dało 4-ty czas w klasyfikacji generalnej (czasy SOLO + OPEN), pierwszy wśród

III EDYCJA NOCNA TdS 2023 - 300 KM (SOLO)

| MEJSCIE | NUMER | IMIĘ | NAZWISKO | CZAS |
|---------|-------|----------|-------------------|----------|
| 1 | 402 | Aneta | Lamik | 11:27:38 |
| 2 | 408 | Mariusz | Zieliński | 11:42:52 |
| 3 | 404 | Piotr | Gębala | 12:37:50 |
| 4 | 406 | Marcin | Mrochen | 12:38:06 |
| 5 | 403 | Joanna | Rumińska-Pietrzyk | 12:50:51 |
| 6 | 407 | Waldemar | Chodań | 13:18:57 |
| 7 | 410 | Jarosław | Kędziołek | 13:33:36 |
| 8 | 401 | Teresa | Jedynak | 18:08:38 |
| 9 | 405 | Daniel | Porwolik | 20:21:57 |

III EDYCJA NOCNA TdS 2023 - 300 KM (OPEN)

| MEJSCIE | NUMER | IMIĘ | NAZWISKO | CZAS |
|---------|-------|----------|---------------|----------|
| 1 | 335 | Tomasz | Borszcz | 10:36:00 |
| 2 | 337 | Jarosław | Kolodziejczyk | 10:50:00 |
| 2 | 336 | Szymon | Jęczmionka | 10:50:00 |
| 4 | 302 | Dariusz | Ślusarz | 11:05:00 |
| 5 | 334 | Marcin | Kubica | 11:32:00 |
| 5 | 326 | Wojciech | Gawliczek | 11:32:00 |
| 5 | 331 | Wojciech | Mleczo | 11:32:00 |
| 5 | 332 | Marek | Cieślak | 11:32:00 |
| 9 | 303 | Roman | Bulka | 12:27:00 |
| 10 | 304 | Paweł | Wystrach | 12:32:00 |
| 11 | 315 | Jarosław | Stajszczyk | 12:33:00 |
| 12 | 317 | Dariusz | Filipczak | 12:36:00 |
| 13 | 307 | Jacek | Feliks | 12:46:00 |
| 14 | 339 | Rafał | Stempel | 13:00:00 |
| 14 | 340 | Grzegorz | Krempeć | 13:00:00 |
| 14 | 343 | Adrian | Milczarek | 13:00:00 |
| 17 | 348 | Dariusz | Stasiak | 13:25:00 |
| 18 | 322 | Maciej | Orszulski | 13:42:00 |
| 19 | 330 | Damian | Grabowski | 13:47:00 |
| 19 | 328 | Andrzej | Kurzawa | 13:47:00 |



Ultramaraton Piękny Wschód 29-30 kwietnia w kategorii OPEN ukończyłam z 3-cim czasem w klasyfikacji OPEN, pokonując dystans 516,9km w 16 godz 40 min docierając do



**PIĘKNY WSCHÓD
ULTRAMARATON**
KLASYFIKACJA GENERALNA
29-30.04.2023


| Miejsce | Numer | Imię | Nazwisko | Grupa | Kategoria | Start | Meta | Wynik | Strata |
|---------|-------|------------|-------------|-----------|-----------|----------|----------|----------|---------|
| 1 | 441 | Cezary | Wójcik | Grupa 17 | SOLO | 08:20:00 | 00:19:19 | 15:59:19 | |
| 2 | 164 | Rafał | Wrożyna | Grupa 2 | OPEN | 07:05:00 | 23:07:34 | 16:02:34 | 0:03:15 |
| 2 | 171 | Przemysław | Niemiec | Grupa 2 | OPEN | 07:05:00 | 23:07:34 | 16:02:34 | 0:03:15 |
| 2 | 174 | Michał | Buczek | Grupa 2 | OPEN | 07:05:00 | 23:07:34 | 16:02:34 | 0:03:15 |
| 3 | 52 | Marcin | Celiński | Grupa 13 | SOLO | 08:00:00 | 00:18:14 | 16:18:14 | 0:18:55 |
| 4 | 378 | Marek | Rupiński | Grupa 5 | OPEN | 07:20:00 | 23:55:07 | 16:35:07 | 0:35:48 |
| 5 | 261 | Aneta | Lamik | Grupa 4 | OPEN | 07:15:00 | 23:55:07 | 16:40:07 | 0:40:48 |
| 6 | 125 | Jarosław | Cebula | Grupa 1 | OPEN | 07:00:00 | 23:55:07 | 16:55:07 | 0:55:48 |
| 7 | 444 | Tomasz | Madzia | Grupa 17 | SOLO | 08:20:00 | 01:20:04 | 17:00:04 | 1:00:44 |
| 8 | 123 | Wojciech | Mieczko | Grupa 1 | OPEN | 07:00:00 | 00:03:32 | 17:03:32 | 1:04:13 |
| 9 | 490 | Szymon | Koziatek | Grupa 18S | SOLO | 08:40:00 | 02:23:20 | 17:43:20 | 1:44:00 |
| 10 | 50 | Dawid | Bogdanowicz | Grupa 13 | SOLO | 08:00:00 | 01:43:36 | 17:43:36 | 1:44:17 |
| 11 | 58 | Krzysztof | Tiaga | Grupa 14 | SOLO | 08:05:00 | 02:05:47 | 18:00:47 | 2:01:28 |
| 12 | 290 | Robert | Dawidek | Grupa 6 | OPEN | 07:25:00 | 01:35:25 | 18:10:25 | 2:11:06 |
| 12 | 291 | Karol | Ignasiak | Grupa 6 | OPEN | 07:25:00 | 01:35:25 | 18:10:25 | 2:11:06 |
| 13 | 439 | Andrzej | Tercjak | Grupa 17 | SOLO | 08:20:00 | 02:38:25 | 18:18:25 | 2:19:06 |
| 14 | 176 | Tomasz | Górnjak | Grupa 3 | OPEN | 07:10:00 | 01:35:25 | 18:25:25 | 2:26:06 |
| 15 | 120 | Adam | Pryjmski | Grupa 1 | OPEN | 07:00:00 | 01:34:33 | 18:34:33 | 2:35:14 |
| 16 | 63 | Jacek | Cichorz | Grupa 15 | SOLO | 08:10:00 | 02:45:54 | 18:35:54 | 2:36:34 |
| 17 | 283 | Marek | Giefert | Grupa 5 | OPEN | 07:20:00 | 02:38:25 | 19:18:25 | 3:19:06 |
| 17 | 284 | Dariusz | Kopka | Grupa 5 | OPEN | 07:20:00 | 02:38:25 | 19:18:25 | 3:19:06 |
| 17 | 282 | Bartłomiej | Bobola | Grupa 5 | OPEN | 07:20:00 | 02:38:25 | 19:18:25 | 3:19:06 |
| 18 | 57 | Emil | Jurkowski | Grupa 14 | SOLO | 08:05:00 | 03:28:21 | 19:23:21 | 3:24:02 |
| 19 | 266 | Joanna | Balawajder | Grupa 4 | OPEN | 07:15:00 | 02:38:25 | 19:23:25 | 3:24:06 |
| 19 | 279 | Krzysztof | Fechner | Grupa 4 | OPEN | 07:15:00 | 02:38:25 | 19:23:25 | 3:24:06 |
| 20 | 181 | Jarosław | Kozłowski | Grupa 3 | OPEN | 07:10:00 | 02:38:25 | 19:28:25 | 3:29:06 |
| 21 | 53 | Piotr | Gdowski | Grupa 13 | SOLO | 08:00:00 | 03:41:03 | 19:41:03 | 3:41:44 |
| 22 | 267 | Filip | Bialecki | Grupa 4 | OPEN | 07:15:00 | 02:57:16 | 19:42:16 | 3:42:57 |
| 22 | 272 | Janusz | Gołąb | Grupa 4 | OPEN | 07:15:00 | 02:57:16 | 19:42:16 | 3:42:57 |
| 22 | 281 | Krzysztof | Ópara | Grupa 4 | OPEN | 07:15:00 | 02:57:16 | 19:42:16 | 3:42:57 |
| 22 | 278 | Katarzyna | Marchewka | Grupa 4 | OPEN | 07:15:00 | 02:57:16 | 19:42:16 | 3:42:57 |
| 23 | 162 | Wojciech | Dobrowolski | Grupa 2 | OPEN | 07:05:00 | 02:47:18 | 19:42:18 | 3:42:58 |
| 24 | 438 | Andrii | Goncharow | Grupa 16 | SOLO | 08:15:00 | 04:02:00 | 19:47:00 | 3:47:41 |
| 25 | 440 | Marcin | Kabala | Grupa 17 | SOLO | 08:20:00 | 04:10:00 | 19:50:00 | 3:50:51 |
| 26 | 75 | Paweł | Grabowski | Grupa 15 | SOLO | 08:10:00 | 04:00:10 | 19:50:10 | 3:50:51 |
| 27 | 443 | Andrzej | Wiszniewski | Grupa 17 | SOLO | 08:20:00 | 04:25:24 | 20:05:24 | 4:06:04 |
| 28 | 337 | Maciej | Karłowicz | Grupa 11 | OPEN | 07:50:00 | 04:00:10 | 20:10:10 | 4:10:50 |
| 29 | 368 | Kamil | Karolak | Grupa 12 | OPEN | 07:55:00 | 04:05:42 | 20:10:42 | 4:11:23 |
| 30 | 327 | Marta | Gryczko | Grupa 10 | OPEN | 07:45:00 | 04:00:10 | 20:15:10 | 4:15:51 |
| 30 | 328 | Kamil | Michalik | Grupa 10 | OPEN | 07:45:00 | 04:00:10 | 20:15:10 | 4:15:51 |
| 30 | 331 | Lukasz | Wardak | Grupa 10 | OPEN | 07:45:00 | 04:00:10 | 20:15:10 | 4:15:51 |

Mały Piękny Zachód 201 non stop 6 maja w kategorii OPEN w bardzo niesprzyjających warunkach pogodowych (niskie temperatury i deszcz w czasie całego maratonu) 1-sze miejsce w klasyfikacji generalnej ex aequo z Markiem Rupińskim; pokonanie 230 km zajęło 7godz 20 min



Wyniki "Mały Piękny Zachód -
Huzar Cup 201 km Non Stop" -
06.05.2023

| Pozycja | Numer | Imię | Nazwisko | Punkt kontrolny | Łączny czas |
|---------|-------|------------|--------------|------------------|-------------|
| 1 | 45 | Aneta | Lamik | 04, Meta (231km) | 7:20:51 |
| 2 | 46 | Marek | Rupiński | 04, Meta (231km) | 7:20:51 |
| 3 | 40 | Krzysztof | Matysiak | 04, Meta (231km) | 8:45:22 |
| 4 | 35 | Łukasz | Filipiak | 04, Meta (231km) | 9:07:55 |
| 5 | 2 | Stanisław | Abrachamczyk | 04, Meta (231km) | 9:12:23 |
| 6 | 30 | Jan | Kasowski | 04, Meta (231km) | 9:12:29 |
| 7 | 32 | Michał | Łuczak | 04, Meta (231km) | 9:12:29 |
| 8 | 29 | Michał | Gąsiorowski | 04, Meta (231km) | 9:12:42 |
| 9 | 4 | Łukasz | Chwirot | 04, Meta (231km) | 9:24:07 |
| 10 | 7 | Grzegorz | Litewka | 04, Meta (231km) | 9:32:03 |
| 11 | 36 | Przemysław | Lampa | 04, Meta (231km) | 9:43:13 |
| 12 | 8 | Anna | Buraczewska | 04, Meta (231km) | 10:18:44 |
| 13 | 9 | Tomasz | Buraczewski | 04, Meta (231km) | 10:18:56 |
| 14 | 33 | Rafał | Jeleń | 04, Meta (231km) | 10:25:02 |
| 15 | 5 | Stawomir | Chwirot | 04, Meta (231km) | 10:25:03 |
| 16 | 1 | Stanisław | Piórkowski | 04, Meta (231km) | 11:03:19 |
| 17 | 34 | Michał | Bochenek | 04, Meta (231km) | 11:42:03 |



Jak wspominałam po ukończeniu Ultramaratonu Bałtyk-Bieszczady pojawił się niedosyt oraz ochota na kolejne wyzwanie.

Idealnie wpisał się w to Ultramaraton MRDP Góry czyli Maraton Dookoła Polski podzielony na 3 odcinki. W sierpniu w dniach 26-30 2023 startowała edycja górską. Trasa wzdłuż granic Polski ze Świeradowa do Przemyśla Solo czyli samotnie, bez zorganizowanych na trasie punktów żywieniowo-odpoczynkowych. Dystans 1162km z przewyższeniem ok 15tyś m. pokonałam w czasie 70h 13 min.

A wcześniej trochę przypadkowo w styczniu 2023 trafiłam do Zielonej Góry, gdzie odbywało się spotkanie promujące polskie ultrakolarstwo. Tam osobiście poznałam Remka Siudzińskiego i zakiełkowała myśl o starcie w lipcu 2023 w RAP3600 czyli wyścigu dookoła Polski.

15 lipca 2023r. Wystartowałam w wyścigu Race Around Poland na dystansie 3600km z limitem czasu 12 dni. Pokonując dystans 3600 w czasie 229h 42 min (czyli niespełna 10 dni)

Podczas trzeciej edycji Race Around Poland (RAP) 3600 dla kategorii Solo supported czyli ze wsparciem rozgrywane były Mistrzostwa Świata WUCA w Ultrakolarstwie. Wyścig ukończyłam na 2gim miejscu – zdobywając tytuł V-ce Mistrzyni Świata .

Najtrudniejsza jednak w tym przedsięwzięciu nie była sama jazda na rowerze i pokonanie trasy w wyznaczonym limicie a okres przed polegający na zebraniu zespołu, zorganizowaniu samochodu technicznego i środków na sfinansowanie supportu.

Na szczęście jazda na rowerze to dla mnie nie tylko wyścigi. To sposób na życie, spędzanie wolnego czasu, pasja.

Zgodnie z mottem:

- szybko i bez pośpiechu
- wyczynowo i przygodowo
- po utartych ścieżkach i przecierając nowe szlaki

Mimo wielu barier i przeciwności nie zrażam się do pokonywania długich dystansów na rowerze szosowym.

W czerwcu miałam okazję pojechać z Chrzanowa do Nyekladhaza (Węgry) wraz ze stowarzyszeniem Chrzanowskich Cyklistów (ok 360km w 1 dobę), w długi sierpniowy weekend ze Śląska do nad Bałtyk by trochę podpoczywać nad polskim morzem.

Pokonując bardzo długie dystanse, setki kilometrów w ciągu 1 dnia na rowerze szosowym mam świadomość niedoskonałości infrastruktury rowerowej.

Widzę ogromny rozwój w obrębach miast czy dzielnic, pojawiające udogodnienia dla rowerzystów, ścieżki rowerowe, jednak chcąc pokonać setki kilometrów w ciągu jednej doby widać ile jeszcze pozostało do zrobienia. A największe zaległości mamy w budowaniu świadomości i szacunku do siebie nawzajem.

