EKSTREMALNI CEO

ZARZĄDZAJĄ SPÓŁKAMI GIEŁDOWYMI, SĄ PREZESAMI DUŻYCH, ZNANYCH PRZEDSIĘBIORSTW. Wyzwań zawodowych im nie brakuje. Dlaczego porywają się na te ekstremalne w sporcie?

TOMASZ ŚPIEWAK

Rafał Sonik, przedsiębiorca i wyczynowiec, który jako pierwszy Polak wygrał rajd Dakar.

Rafał Sonik osiągnął niedawno coś, co jest marzeniem wielu zawodników w sportach motorowych. Wygrał rajd Dakar. To niebywały sukces, bo wyścig jest morderczy i arcytrudny. Co ciekawe, Sonik jest nie tylko zapalonym sportowcem. Jest też odnoszącym sukcesy przedsiębiorcą.

Sam mówi, że Dakar to dla niego życie, które „przeżywa się w dwa tygodnie". Ale dodaje też, że przedsiębiorcą jest od dziecka. I powtarza słowa swojej mamy, że pierwszy interes zrobił jako szkrab, wymieniając zabawkowy samochód na notes, w którym zapisywał swoje pomysły. W pewnym sensie potem właśnie z nich narodziła się grupa deweloperska Gemini Holding, której Sonik jest właścicielem.

Choć Sonikowi nie można odmówić sukcesów w sporcie, warto podkreślić, że nie jest jedynym milionerem w Polsce, który lubuje się w sportach ekstremalnych. Bo do takich na pewno należy jazda na quadzie.

Zarówno w sporcie, jak i w biznesie efekt opiera się na wyniku. Każdy z nas chce osiągnąć mistrzostwo. I nie tylko w sferze zawodowej, ale także w życiu prywatnym czy w hobby.

Dla przykładu Leszek Czarnecki w 2009 roku pobił rekord Guinessa, ustanawiając najlepszy wynik świata w najdłuższym nurkowaniu jaskiniowym. Jego pasją jest przesuwanie granic. Michał Sołowow od lat natomiast ściga się w rajdach samochodowych. Igra z życiem, pędząc ponad 200 km/h. Na listach startowych maratonów czy triathlonów jest zaś masa nazwisk, które częściej widzimy na okładkach magazynów biznesowych.

Coraz większa rzesza kadry menadżerskiej chce się sprawdzić nie tylko w biznesie, ale też na innych obszarach. Chcą zwyciężać, rozwijać się, poszerzać granice swoich możliwości.

– Trening to dla mnie najlepszy czas pracy koncepcyjnej – mówi Bartek Hojka, CEO Agora SA. – Wtedy wiele mi się porządkuje

Jacek Dziadak, wiceprezes zarządu Domu Kredytowego Notus: Sport uzależnia. Uczy też dyscypliny, organizacji codziennych zajęć.

i układa w głowie: rodzą się kreatywne pomysły, a najtrudniejsze pytania często znienacka znajdują odpowiedzi.

Dodaje, że najtrudniejsza jest walka ze swoimi słabościami, lenistwem, zmęczeniem. Zwycięstwa w tej walce są źródłem ogromnej motywacji, która przenosi się na inne dziedziny życia, także na biznes. – Dla ludzi, którzy potrafią pokonać swoje największe słabości, nie ma rzeczy niemożliwych – mówi Hojek.

Triathlonistą jest też Grzegorz Haftarczyk, wiceprezes Benefit Systems. – To fantastyczna kombinacja 3 sportów. Uprawianie każdego z nich daje sporą frajdę, a połączone razem w trakcie jednych zawodów są fantastyczne i uwalniają ogromne ilości endorfin. Wymagają konsekwencji i systematyczności.

Podkreśla, że nie można uprawiać triathlonu „przy okazji" – staje się on ważną pozycją w kalendarzu i potrafi zająć sporo czasu. – Dlatego wpisanie treningu do kalendarza i potem jego realizacja wymaga pilnowania planu dnia praktycznie co do minuty, co generalnie pomaga w realizacji wszystkich przewidzianych zadań w zaplanowanym czasie. Bo inaczej po prostu nie znajdę czasu na trening – tłumaczy. – No i najważniejsze – mimo że tuż po zawodach jest się raczej zmęczonym, dają pozytywnego kopa na dłuuuugi czas.

Zgadza się z tym Tomek Nowiński, założyciel i partner zarządzający Marketing Wizards Group. – Maratony i triathlony to niezła zabawa, sposób na zwiedzanie świata, a przede wszystkim cel sam w sobie. Ich osiągnięcie daje dużo satysfakcji, a dążenie do nich strukturyzuje czas, motywuje do regularnych i długotrwałych treningów oraz pozwala utrzymać świetną kondycję fizyczną, która jest niezbędna w dzisiejszej rzeczywistości biznesowej – wyjaśnia.

Tomek Brzózka, jeden z czołowych polskich trenerów cross-fit, na co dzień trener wielu topowych polskich menadżerów, który ukończył też podwójnego Ironmana, powiedział kiedyś: „startuję w takich eventach głównie z chęci poznania siebie, poradzenia sobie z dotychczas nieznanym zadaniem na nieznanym terenie, udowodnienia sobie, że zorganizuję sobie czas dla siebie. I wykorzystam go tak jak chcę. Skoro mamy czas dla siebie, trenujemy. Niekoniecznie spędzając wiele godzin na kolacjach biznesowych, oglądaniu telewizji, czy na d…ch ".

Podkreśla: „jeśli jesteś szefem firmy, nie raz zostałeś dowartościowany, odniosłeś sukces mniejszy bądź większy. I przebiegnięcie 10 km czy zaliczenie maratonu na rolkach nie jest szczytem marzeń".

Daniel Lewczuk, prezes Executive Network: Po przebiegnięciu 1000 km na czterech pustyniach mogę powiedzieć, że tu nie chodziło o bieg. Ale o doświadczenie.

Tomasz Nowiński, założyciel i partner zarządzający Marketing Wizards Group: treningi do maratonów i triatlonów pozwalają utrzymać świetną kondycję fizyczną, która jest niezbędna w dzisiejszej rzeczywistości biznesowej.

– Dlatego sięgam wysoko. Skoro sam stawiam granice, sam mogę je przesunąć i to właśnie robię – mówi. – Same zawody nie zmieniają mnie jako człowieka (no może trochę), ale emocje z tym związane są na wagę złota, szczególnie w tych konsumpcyjnych czasach, gdzie można wszystko kupić – no właśnie – okazuje się, że nie kupię jednak tej mistrzowskiej ścieżki treningowej, aby zrobić Ironmana, nikomu nie mogę zapłacić za tę „sraczkę" przed startem i łzy szczęścia po. I to jest bezcenne – dodaje.

– Sport uzależnia – mówi Jacek Dziadak, maratończyk, triathlonista, jeden z właścicieli firmy Dom Kredytowy Notus. – Dlaczego to robię? Bo dobrze się czuję. To dla mnie trening ogólnorozwojowy. Choć czasami się nie chce, to po treningu jest supersatysfakcja. To uczy dyscypliny, organizacji codziennych zajęć. No i jest to oczywiście „reset" od spraw przyziemnych.

Mariusz Klimczak, CEO BOŚ Banku: Pokonanie własnych słabości, przeciwności losu, uczy pokory, a jednocześnie buduje poczucie własnej wartości i pewność w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach.

Bartosz Hojka, CEO Agora SA: Trening to dla mnie najlepszy czas… pracy koncepcyjnej.

Ekstremalny dystans triathlonowy to doskonała dyscyplina dla liderów i ludzi przedsiębiorczych – mówi psycholog biznesu Jacek Santorski.

Michał Wochnik, partner zarządzający w Kancelarii Prawnej AptAndRight: Bieganie to wejście na kolejny szczyt.

Arkadiusz Nowiński, CEO Volvo w Polsce i wielokrotny maratończyk, podkreśla, że biega dla utrzymania dobrego stanu zdrowia i kondycji fizycznej oraz odreagowania stresów z pracy.

Cezary Maczka, który zarzadza działem HR z poziomu Zarządu firmy EDF na pytanie „po co biega?" odpowiada, że najpierw musiał. Bo walka z wiekiem i wagą. Potem chciał. Bo złapał „bakcyla", którego trudno mu nazwać.

Marek Wikiera, jeden z szefów spółki grupy Konsalnet przekonuje, że nigdy nie wolno się poddawać, trzeba walczyć do końca.

Grzegorz Haftarczyk, VP Benefit Systems przekonuje, że wpisanie treningu do kalendarza i potem jego realizacja wymaga pilnowania planu dnia praktycznie co do minuty.

Yann Gontard, CEO Sodexho w Polsce wymienia trzy rzeczy, których się nauczył startując w triathlonach: odporności, tego, że nie wolno bac się porażki, i że od tego nie ma wymówek.

Tomasz Brzózka, trener wielu polskich menadżerów: startuję w takich eventach jak Ironman głównie z chęci poznania siebie, poradzenia sobie z dotychczas nieznanym zadaniem.

Z kolei Arkadiusz Nowiński, CEO Volvo w Polsce i wielokrotny maratończyk, podkreśla, że to utrzymanie dobrego stanu zdrowia i kondycji fizycznej oraz odreagowanie stresów z pracy.

Cezary Maczka, zarzadza działem HR z poziomu Zarządu firmy EDF: Po co biegam? Najpierw musiałem. Bo walka z wiekiem i wagą. Potem chciałem. Złapałem „bakcyla", którego trudno mi mazwać. Ciągnęło mnie do lasu, nad jezioro, gdziekolwiek. A teraz? Teraz znowu... muszę, bo nie daję rady wytrzymać bez biegania, przygody i tych miejsc, gdzie mnie nogi poniosą.

– Warto mieć marzenia i je realizować. Dla zdrowej równowagi pomiędzy życiem zawodowym i prywatnym, by osiągać to, co wydaje się nieosiągalne, by poznać siebie, swoje możliwości. I swoje granice, by dać wzór swoim dzieciom. I pokazać im, że niemożliwe staje się możliwe – tłumaczy filozofię uprawiania sportu Andrzej Gondek, Dyrektor Generalny firmy farmaceutycznej Glenmark, maratończyk.

– Kiedy kończę zawody, mam ogromną wewnętrzną siłę i przekonanie, że teraz w życiu codziennym nie ma takich spraw czy wyzwań, z którymi sobie nie poradzę. Jestem mocny psychicznie – dodaje.

Podkreśla, że wynik jest zawsze drugorzędny. Jego bieg to cel charytatywny i pomoc w ramach projektu Wybiegaj Marzenia, tym, którzy takiej pomocy potrzebują.

Marek Wikiera, jeden z szefów spółki grupy Konsalnet, uczestnik takich zawodów jak Maraton Piasków czy 4 Pustynie ma jeszcze inne motywacje. – Chcę pokazać moim bliskim, że nigdy nie wolno się poddawać, trzeba walczyć do końca, bo chcę być wzorem dla mojego syna oraz dlatego, że chcę kiedyś usiąść z wnukami i poopowiadać im, co i gdzie robiłem.

– Start to cel, który sobie stawiam – tłumaczy szef BOŚ Banku. – Ale ważniejsze jest dojście do niego. Treningi, ciężka praca, rozwój. Pokonanie własnych słabości, przeciwności losu, uczy pokory, a jednocześnie buduje poczucie własnej wartości i pewności w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach.

Daniel Lewczuk, który ukończył zarówno Ironmana, jak i jako pierwszy Polak wraz z 2 innymi kompanami przebiegł 1000 km po 4 pustyniach świata, zapytany kiedyś, gdyby miał określić jednym słowem, co czuł na mecie Antarktydy, wiedząc, że w jednym roku przebiegł 1000 km w najbardziej nieprzyjaznych ekstremach, jakie funduje Ziemia (gorąco – Sahara, zimno – Antarktyda, wiatr – Gobi, suche powietrze – Atacama), odpowiedział: „czuję wdzięczność. Za wszystko, czego doświadczyłem i za to, kim się stałem. To nie chodziło o bieg. Ale o doświadczenie. O ludzi, których poznałem, o historie, które usłyszałem, o to, czego dowiedziałem się o sobie. Dziś wiem, że to, co często wydaje się początkowo niemożliwe, okazuje się możliwe. Trzeba tylko tego bardzo chcieć, wykazać się niezmiernym poświęceniem, chęcią, determinacją...".

Najtrudniejsza jest walka ze swoimi słabościami, lenistwem i zmęczeniem – podkreślają zgodnie menadżerowie wyczynowcy.

– Moje doświadczenia z triathlonów uczą mnie trzech rzeczy – mówi Yann Gontard, CEO Sodexo w Polsce. I wymienia. Po pierwsze: odporność – nigdy się nie poddawaj. – Nie ma znaczenia, jak bardzo zostałeś znokautowany. Ale ma znaczenie to, czy wstaniesz i pójdziesz do przodu bez względu na siłę ciosu".

Po drugie: Nie bój się porażki – podczas mierzenia się z wielkimi wyzwaniami trzeba pokonywać wiele własnych lęków i ograniczeń.

Po trzecie: Nie ma wymówek – sporty są częścią mojego życia. – Od chwili, kiedy stają się ważne, zawsze znajdzie się czas na trening, bez względu na trudne czasy czy nieoczywiste miejsca. Zawsze znajdziesz rozwiązanie – mówi.

– Ekstremalny dystans triathlonowy to doskonała dyscyplina dla liderów i ludzi przedsiębiorczych – mówi psycholog biznesu Jacek Santorski. – Z jednej strony zaspokaja ich duże zapotrzebowanie na stymulację i walkę z przeciwnościami, a z drugiej – zapewnia wymierną nagrodę w postaci ukończenia wyścigu i wzmaga wewnętrzną motywację. Bo gdy po wielu godzinach walki z samym sobą na linii mety wyczerpany zawodnik słyszy okrzyk „You are an Ironman" (jesteś człowiekiem z żelaza), to przez chwilę rzeczywiście tak się czuje. Nawet jeśli nogi przez następne parę dni wydają się jak z waty. ●