

EVEREST DAY

OSIĄGNIJ SZCZYT



TRENING MISTRZA • GÓRSKI WYKŁAD

1 grudnia 2018, godz. 10:00
BASE CAMP WARSZAWA



PIOTR ŚLIWIŃSKI
podróżnik i himalaista
www.p82.pl



**Zapraszamy do udziału
w wydarzeniu EVEREST DAY,
osiągnij szczyt
z Piotrem Śliwińskim**

Piotr Śliwiński, krakowski
podróżnik i himalaista,
dnia 19 maja 2018 r.,
w trakcie dwunastej podróży
dookoła świata, zdobył
szczyt Mount Everest

Dla himalaisty najważniejszym celem jest
zdobycie upragnionego szczytu.

Każdy z nas stawia przed sobą cele w życiu
zawodowym lub osobistym. Możemy je
porównać do górskiego szczytu, który
pragniemy zdobyć. Droga do sukcesu to długa
wędrówka, do której powinniśmy się dobrze
przygotować, zarówno psychicznie, fizycznie
jak i praktycznie.

Pomoże nam w tym Piotr Śliwiński, himalaista,
doświadczony podróżnik, od lat zdobywający
górskie szczyty i nieustający w zdobywaniu
kolejnych celów.

Opowie o etapach przygotowań do realizacji celu
jakim była wyprawa na Everest oraz o przebiegu
całej wyprawy.

1. Wspinaczka to pokonywanie przeszkód i własnych barier. Piotr Śliwiński opowie o motywacji, która jest motorem jego działań, tak w życiu zawodowym, jak i osobistym. Dowiesz się jak wyzwania górskie znajdują odzwierciedlenie w codziennym życiu. Podczas prelekcji zdobędziesz też praktyczną wiedzę, którą możesz wykorzystać do osiągnięcia swoich celów
2. Zdobywca szczytów Korony Ziemi zaprezentuje swój sprzęt górski i podzieli się informacjami o innych zasobach, które należy zgromadzić przed wyruszeniem w drogę: odpowiednie przygotowanie psychiczne oraz fizyczne a także konieczne wyposażenie. Dowiesz się też jak zbudować zespół ludzi, którzy realizują wspólny cel
3. Piotr opowie jak ważne jest zdrowie. Podczas panelu tematycznego dotyczącego żywienia i diety, dowiesz się jak świadomie dbać o zdrowy styl życia
4. Będziesz miał również okazję podjąć wyzwanie podczas próby wspinania na ścianie wspinaczkowej pod okiem instruktora oraz w trakcie treningu biegowego z Piotrem
5. Nagrodą za włożony trud i wysiłek fizyczny będzie regeneracja organizmu podczas wspólnego wieczoru integracyjnego, który zwieńczy pełen wyzwań Everest Day

Wymienione aktywności są dobrowolne, dla osób początkujących lub doświadczonych

Cena biletu: 400 zł (brutto z VAT)

Możliwość wystawienia faktury VAT

Cena zawiera wejścia na wszystkie atrakcje z programu, obiad, wieczorne spotkanie

Liczba uczestników ograniczona

Kontakt: Barbara Wrzos, tel.: 607 305 173

Michał Wąsala, tel.: 662 001 771

e-mail: info@adventurtravel.pl



PIOTR ŚLIWIŃSKI – krakowski podróżnik

W latach 2006–18 odbył 12 wypraw dookoła świata, podczas których odwiedził ponad 100 krajów. W latach 2009–18 zdobył 8 szczytów Korony Ziemi: Mt. Everest 8848 m – Tybet, Carstensz 4884 m – Indonezja, Denali 6194 m – Alaska, Elbrus 5642 m – Rosja, Kosciuszko 2228 m – Australia, Aconcagua 6962 m – Argentyna, Kilimanjaro 5895 m – Tanzania, Mont Blanc 4810 m – Francja. Brał udział w maratonach i biegach. Największe osiągnięcie biegowe to zajęcie drugiego miejsca w Kościuszko Half Maraton w Australii. W ramach projektu „Traktoriada” w swojej 11 wyprawę dookoła świata wyruszył z Marcinem Obałkiem traktorem. Pasjonat motocykli i paralotniarstw z licencją pilota kategorii L wykonywał loty we Włoszech, Nowej Zelandii, Australii, Indonezji i Nepalu. Grał zawodowo w szachy i ćwiczył karate. Absolwent Politechniki Krakowskiej, specjalizacja Teoria Konstrukcji Inżynierskich. Już w trakcie studiów rozpoczął własną działalność gospodarczą. W następnych latach rozwijał szereg firm, w których był udziałowcem i współwłaścicielem. Obecnie jest właścicielem i Prezesem Zarządu w trzech spółkach kapitałowych: Starbuzz sp. z o.o., Buszek sp. z o.o., Anubis sp. z o.o. Doradca Zarządu oraz udziałowiec w spółce Advert Invest Sp. z o.o. Mieszkał kilka lat w okolicach Nowego Jorku, w Finlandii pracował w Elektrowni Atomowej Olkiluoto. W Hiszpanii nadzorował powstawanie oddziału amerykańskiej Firmy Produkcyjnej w Madrycie. Od 2011 wykładowca Akademii Leona Koźmińskiego w Warszawie na kierunku Psychologia Biznesu dla Managerów. Mentor w programie mentorskim na Politechnice Krakowskiej. Laureat Złotej Księgi Wychowanków PK. Angażuje się także społecznie jako wolontariusz. Fundacja Prometeusz uhonorowała go Złotym Medalem za całokształt działalności. Ambasador Fundacji Kilometry Dobra.

Polska wyprawa na Mount Everest Jack & Peter 7 summits expedition, która odbyła się w kwietniu i maju 2018 r., zakończyła się sukcesem – szczyt został zdobyty 19 maja. W wyprawie wzięli udział: Jacek Jaśniewski, Piotr Śliwiński i Piotr Jaśniewski. Poza oczywistym celem, jakim było zdobycie szczytu, chcieli oni uczcić 40-lecie wyboru Karola Wojtyły na papieża, pierwsze wejście Polki – Wandy Rutkiewicz na najwyższy szczyt Ziemi oraz setną rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. Trasa wyprawy na Mount Everest przebiegała północno-wschodnią granicą przez Tybet. Piotr Śliwiński jako jedyny z zespołu wspiął się szczyt Czo-molungmy, a sukces ten zbiegł się z dniem jego 36. urodzin. Dopiero podczas zejścia ze szczytu Piotr doświadczył kilku niebezpiecznych sytuacji:

niedotlenienia organizmu i obrzęku mózgu. Na wysokości około 8000 m n.p.m. przeżył tzw. „biwak śmierci” – samotnie spędził noc w ekstremalnych warunkach: skrajnie niskiej temperaturze, bez namiotu, śpiwora i żadnego sprzętu obozowego. Mimo tych trudności udało mu się bezpiecznie dotrzeć do obozu.

Piotr Śliwiński swoje coraz bardziej ambitne wyzwania poprzedza dobrym przygotowaniem. Przed wyprawą na Mount Everest wzięł udział w przedsięwzięciu sportowo-naukowym pod nazwą „Projekt VR Oswajamy Mróz”. Razem z Valerjanem Romanovskim, kolarzem ekstremalnym, spędzili 100 godzin w arktycznym mrozie (co najmniej –50 stopni Celsjusza) wytworzonym w laboratorium Politechniki Krakowskiej.

