

Joanna Sakowicz-Kostecka o tenisie w wielu barwach

maciej · 25 kwietnia, 2026



Joanna Sakowicz-Kostecka zapisała się w historii polskiego tenisa jako najmłodsza w historii mistrzyni Polski seniorek na kortach otwartych - w 1999 roku zwyciężyła zarówno w singlu, jak i deblu, mając tylko 15 lat. Najwyżej sklasyfikowana na 138. pozycji rankingu światowego WTA tenisistka pokonała w swojej karierze m.in. Greczynkę Eleni Daniilidou (WTA 22) w drodze do tytułu drużynowej mistrzyni Europy seniorek 2002 (wraz z Martą Domachowską, Katarzyną Strączy i Anną Żarską, i kapitanem Katarzyną Teodorowicz). W sierpniu 2003 roku była najwyżej klasyfikowaną Polką w rankingu WTA. Niestety, w 2006 roku jej dobrą passę na korcie przerwała poważna kontuzja kostki. Swoją karierę zawodniczą zakończyła w wieku tylko dwudziestu sześciu lat. Po zakończeniu kariery pozostała jednak w świecie tenisa. W Krakowie wspólnie z mężem prowadziła szkołę tenisa pod swoim nazwiskiem i jako trenerka dzieli się pasją do tenisa z innymi miłośnikami tego sportu. Dziś jest świetną trenerką tenisa, ale również cenioną komentatorką tenisa w Canal+. Jeśli ktoś miałby uczyć o pasji do białego sportu, to zdecydowanie Joanna Sakowicz-Kostecka.

Grała w trudnych dla polskiego tenisa czasach. Miała być dopiero jedną z pierwszych Polek, której udało się dotrzeć do pierwszej setki światowego rankingu WTA.

– Można powiedzieć, że to była taka „jazda bez trzymanki”, bo tych polskich zawodniczek było bardzo mało. Pierwszą tenisistką, która przebiła się do tego świata zawodowego tenisa i elity, bo pierwszej pięćdziesiątki na świecie, była Katarzyna Nowak. Potem za nią poszła Magdalena Grzybowska i Ola Olsza, ale to były dziewczyny, które można było policzyć na palcach jednej ręki – wspomina Joanna Sakowicz-Kostecka. –

Wiadomo, wiedzieliśmy o postaci Jadwigi Jędrzejowskiej, ale były to dla nas na tyle odległe czasy, że rozpatrywaliśmy to tylko w kategoriach ciekawostki historycznej. Natomiast były zaledwie może trzy panie, które dotarły tam, gdzie nam się nawet nie śniło. Polska była bardzo biednym krajem pod względem dostępu do sprzętu, a przede wszystkim do wiedzy, informacji, którymi dysponowali nasi rówieśnicy na Zachodzie – dodaje Joanna Sakowicz-Kostecka.



Joanna Sakowicz-Kostecka nr 1 kobiecego tenisa w Polsce w latach 2002-2003. Fot. Archiwum prywatne J. Sakowicz-Kostecka

O słabym dostępie do wiedzy trenerskiej świadczy sam fakt, że kariera zawodnicza Joanny zakończyła się, kiedy tenisistka miała zaledwie dwadzieścia sześć lat.

– Miałam dwadzieścia dwa lata, najwyższy ranking w karierze (138. WTA) i rywalizowałam w turnieju. Grałam wtedy w turnieju rangi 75 000 dolarów, a była wtedy tak mocna obsada, że z takim rankingiem grałam w eliminacjach. Tam w drugiej rundzie przydarzył mi się słabszy mecz. Moja przeciwniczka miała piłkę meczową w tie-breaku drugiego seta i ja skręciłam sobie nogę, ale tak strasznie poważnie, że chyba do dzisiaj ludzie, którzy tam byli, słyszą mój krzyk – opowiada pani Joanna. – To była bardzo poważna kontuzja, a to był czas, kiedy miałam dużo punktów do obrony, więc byłam bez żadnych szans, by tego dokonać. Spadłam wtedy w rankingu i, niestety, nie miałam wokół siebie ludzi, którzy by mi doradzili, abym nie martwiła się tym, że spadnę w rankingu i, przede wszystkim, abym porządnie wyleczyła kontuzję, bo to poważna sprawa. Gdyby ktoś wtedy powiedział mi, że nie mogę za wcześnie wracać na kort... A ja z kolei chciałam wrócić jak najszybciej. Cały czas miałam problemy z tym stawem skokowym, potem, lawiną, ruszyło to na kręgosłup. To był taki początek końca, bo sądziłam wtedy, że jestem już za stara, aby marzyć co najmniej o awansie do pierwszej setki rankingu WTA i dlatego nigdy już nie wróciłam do swojej najwyższej dyspozycji. Takie było postrzeganie wówczas tenisistek w moim wieku. Pamiętam, że moją koleżankę, Kasię Strączy, w wieku dwudziestu trzech lat nazwano „babcią”, i to w Przeglądzie Sportowym – uśmiecha się dziś Joanna Sakowicz-Kostecka i dodaje, że istniało wtedy przekonanie, że jeśli przynajmniej do dwudziestego roku życia nie wygra się turnieju wielkoszlemowego, to jest się nikim. – Poza tym urodzenie przeze mnie dziecka w wieku 25 lat i chęć powrócenia do rywalizacji był przez wielu uważany za nedorzeczny pomysł. Takie były czasy – uzupełnia polska tenisistka.

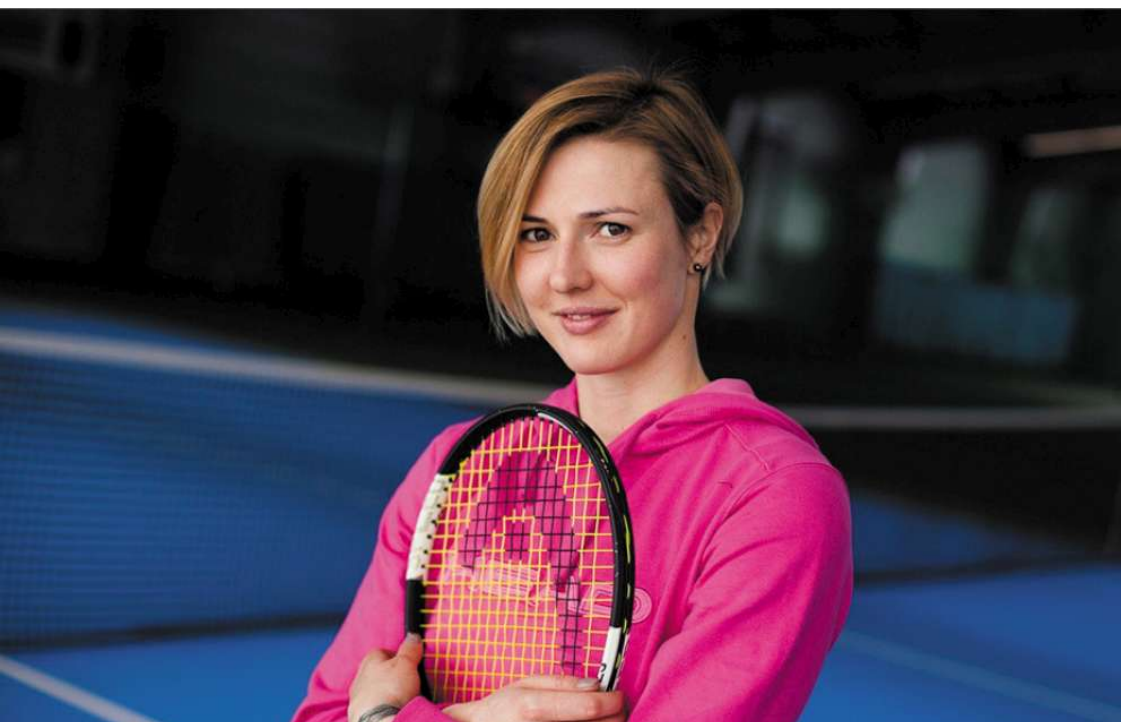
Sprint czy maraton?

Kariera zawodnicza Joanny zakończyła się zdecydowanie za wcześnie. Teraz nie do pomyślenia jest koniec sportowej przygody w tak młodym wieku, kiedy na co dzień można zobaczyć 38-letniego Novaka Djokovicia, wciąż walczącego o utrzymanie się w czołówce światowej rankingu ATP.

A gdyby można było cofnąć czas, jak ta historia mogłaby się potoczyć inaczej? – Wtedy chciałabym usłyszeć: „Masz dopiero dwadzieścia dwa lata i mnóstwo czasu przed sobą i daj sobie ten czas. Musisz przede wszystkim porządnie wyleczyć kontuzję. Ranking odbudujesz prędzej czy później, ale najpierw musisz po prostu być cierpliwa. Tenis to nie sprint, tylko maraton. Musisz dać sobie dużo więcej czasu, bo wciąż jesteś bardzo młodą tenisistką. Masz przed sobą co najmniej osiem lat grania i czasu na to, by dojść tam, gdzie chcesz dojść” – mówi Joanna Sakowicz-Kostecka.



A jako trenerka, w jaki sposób by siebie wówczas widziała? – Na pewno od najmłodszych lat poświęcałabym więcej czasu na trening motoryczny. Też uważam, że pomimo, że miałam dobre podstawy sportowe, ten trening motoryczny był za późno wprowadzony. Myślę, że teraz w wieku czterdziestu jeden lat jestem sprawniejsza niż wtedy, kiedy byłam zawodową tenisistką. To też jest pewien paradoks. Teraz wzrosła świadomość tego, jak bardzo jest to potrzebne i jak tenisista musi być wszechstronnie uzdolniony, aby stać się zawodnikiem kompletnym – mówi Joanna. Na pewno dużo większą wagę położyłaby na przygotowanie motoryczne, ukierunkowane pod tenis. Poza tym postawiłaby na świadomość w temacie prewencji kontuzji, bo jednak liczbą kontuzji, jaką miała, mogłaby obdzielić co najmniej z pięć różnych zawodniczek.



– Dla mnie największą inspiracją są himalaiści. Pokazują, ile samozaparcia i cierpliwości potrzeba, aby dotrzeć tam, gdzie się chce – mówi Joanna Kostecka-Sakowicz. Fot. Archiwum prywatne J. Sakowicz-Kostecka

Polka po swoich doświadczeniach zawodniczych zdecydowanie stawia na wiarę w proces kształtowania siebie.

Po latach za swój wzór uznaje ludzi gór.

– Dla mnie największą inspiracją są himalaiści. Pokazują, ile samozaparcia i cierpliwości potrzeba, aby dotrzeć tam, gdzie się chce. Czasami jest tak, że dochodzisz już prawie na sam szczyt, a nagle trzeba zawrócić i dopiero po roku lub nawet dwóch latach trzeba zaczynać od początku. Oni to robią i się tego nie boją. Żałuję, że wcześniej tego nie odkryłam, kiedy grałam zawodowo w tenisa, bo możliwe, że moja kariera potoczyłaby się nieco inaczej – mówi Joanna Sakowicz-Kostecka.

O atmosferze tenisowej radości

Joanna była związana ze sportem już od najmłodszych lat. To jej rodzice zaszczepili w niej pasję do aktywności fizycznej. – Jestem ze sportowej rodziny. Mój tata grał w piłkę ręczną, a mama jeździła na łyżwach. Dodatkowo tata grał amatorsko w tenisa i to tak naprawdę on zaszczepił we mnie miłość do tego sportu – opowiada tenisistka. – To tata trenował mnie też przez większość czasu. Moje życie ogólnie kręciło się wokół sportu. Oprócz gry w tenisa, jako dziecko jeździłam też na nartach i trochę na łyżwach. Wiadomo było, że na pewno będę uprawiać sport. Jednak to tata kochał tenis i chyba właśnie dzięki temu udało mu się przekazać mnie tę pasję – wspomina Joanna Sakowicz-Kostecka.

Z początków swojej przygody tenisowej Joanna najlepiej wspomina turnieje, gdzie poza kortem mogła spędzać czas ze swoimi tenisowymi rówieśnikami. – Najlepiej chyba wspominam turnieje dziecięce. Dużo zawodów grałam na Śląsku – lubiłam tam spędzać czas z koleżankami i chłonęłam atmosferę takiej tenisowej radości. Rzadko wtedy można było spotkać jakąś niezdrową rywalizację. Zdecydowanie rzadziej niż teraz. Bardzo dobrze wspominam cykl turniejów tenisowych „Puchar lata”. Było to w latach 1994-97 – opowiada Joanna.

Dziś jako trenerka i popularna komentatorka tenisa w Polsce radzi wchodzącym do zawodniczego tenisa, że każdy ma swoją drogę. – Jeśli twoja rówieśniczka wygrywa turniej wielkoszlemowy w wieku szesnastu lat, nie oznacza, że ty nie możesz marzyć o wielkiej karierze. Jedna droga jest krótsza, druga dłuższa, ale obie są właściwe – mówi Joanna Sakowicz-Kostecka.

Form Follows Fun

Przedstawiamy całkowicie nową linię MUSE

YONEX

O odrobionej pracy domowej z przeszłości

Kiedy zakończyła swoją karierę zawodniczą, nie rozstała się jednak z tenisem. Niedługo po została trenerką tenisa. – To się zrodziło całkiem naturalnie, bo wyszłam za mąż za trenera tenisa, też byłego zawodnika. W sumie nawet przed ślubem założyliśmy szkołę tenisa, która miała głównie na celu aktywizować młodzież, aby grała rekreacyjnie, a tych lepszych selekcjonować do uprawiania sportu wyczynowego – opowiada. – Zostałam trenerką chyba też z takiej potrzeby rozliczenia się z przeszłością. Ktoś by powiedział, że to przez niespełnienie swoich ambicji zawodniczych. Raczej nie, bo uważam, że trener nigdy nie zdobędzie takiego spełnienia, jakie osiągnąłby jako zawodnik. Dla mnie to są dwie zupełnie inne dziedziny. Natomiast po prostu chciałam moje błędy wykorzystać, aby inni ich nie popełniali. Po prostu chcę, aby inni uczyli się na moich błędach. Chcę, aby inni nie musieli już przechodzić przez to, przez co ja przechodziłam – wyjaśnia Joanna Sakowicz-Kostecka, która ma na swoim trenerskim koncie m.in. kurs instruktorski, kurs trenera drugiej klasy, a aktualnie jest uczestniczką kursu trenera motorycznego. Poza tym ma doktorat nauk o kulturze fizycznej AWF. – Myślę, że nic mnie tak mocno nie rozwinęło, jak napisanie i obrona pracy doktorskiej. Po drodze byłam na różnych konferencjach trenerskich i naukowych. Cały czas kompletuję różne szkolenia. Jednak z tych wszystkich rzeczy, które do tej pory robiłam, żeby się rozwijać naukowo, to nic nie może się równać z doktoratem – podsumowuje Joanna.

Zatem, czy doświadczenia zawodnicze są dla niej pomocne w pracy trenerskiej? Tak. – Na przestrzeni lat sama zobaczyłam, jakie błędy popełniałam na samym początku jako trenerka. Kiedy moi podopieczni stawiali pierwsze kroki, ja traktowałam ich trochę na równi sobie. Brakowało mi wtedy tego, aby trochę wejść w ich skórę – takich dziesięciolatków czy dwudziestolatków i patrzeć na świat ich oczami – co oni chcieliby usłyszeć, jaki mają poziom przyswajania danej wiedzy, poziom percepcji? Moje doświadczenie zawodnicze pomogło mi w tym, że mogłam wrócić do czasów, kiedy byłam w ich wieku i przypomnieć sobie, co ja bym chciała usłyszeć od swoich trenerów i w jaki sposób chciałabym być motywowana. Moje doświadczenie zawodnicze jest na pierwszym miejscu, jeśli chodzi o moje zdolności trenerskie.

Skąd więc pomysł na kolejny kurs, tym razem w tematyce motoryki w tenisie? – Teraz sama jestem bardzo aktywna. Biegam i ćwiczę siłowo. To były zawsze programy treningowe, które ktoś dla mnie układał i byłam właśnie bardzo ciekawa, dlaczego tak, a nie inaczej pewne rzeczy funkcjonują w tym planie treningowym – wyjaśnia pani Joanna. – Chciałam wiedzieć trochę więcej odnośnie siebie samej, ale też nie ukrywam, że w celu zwiększenia świadomości w pracy z młodzieżą. Poza tym jestem bardzo zaangażowana w rozwój sportowy mojej córki. Dużo pracuję z młodzieżą i chcę mieć świadomość, jak od wczesnych lat budować u nich odpowiednie wzorce ruchowe. Nieważne, czy będą grali w tenisa, czy nie, ale to też jest taka forma edukacji od najmłodszych lat, jak aktywność fizyczna i odpowiednie wzorce ruchowe poprawią ich jakość życia i być może przyczynią się też do tego, że będą coraz lepszymi sportowcami, ale też po prostu ludźmi – odpowiada Joanna Sakowicz-Kostecka.

O umiejętnym mówieniu o rzeczach oczywistych

Najpierw najlepsza zawodniczka w Polsce, potem świetna trenerka, a chwilę później dodatkowo ceniona komentatorka tenisa – Joanna Sakowicz-Kostecka nie potrafi sobie wyobrazić życia bez tenisa. Jednak rola komentatorki nie przyszła do niej tak naturalnie, jak bycie zawodniczką czy trenerką tenisa.



Z Markiem Papszunem, obecnym trenerem Legii Warszawa. Fot. Media społecznościowe B. Igancik

– Uważałam, że to nie dla mnie. Przecież jak można mówić o czymś, co jest oczywiste? Kiedyś usłyszałam moją koleżankę, która była chyba na próbach w Eurosporcie i tak sobie pomyślałam, że skoro ona sobie radzi, to dlaczego ja miałabym nie spróbować? Zadzwoiłam wtedy do Karola Stopy, który – nie powiem, żeby był entuzjastycznie nastawiony do tego pomysłu, ale jednak zgodził się przekazać mój numer telefonu Witoldowi Domańskiemu. Zostałam zaproszona na testy i po pierwszym meczu Witold powiedział, że zostaję – uśmiecha się Joanna. – To też było tak, że ja od dziecka śledziłam tenis, bo akurat my byliśmy jedną z tych rodzin, które miały telewizję satelitarną. Tata uwielbiał tenis i właśnie po to ją zdobył. Oglądałam wtedy naprawdę dużo tenisa. Śledziłam wszystko, co się dzieje na światowych kortach i miałam świetną pamięć do wyników, czy to do tych turniejów krajowych, czy zagranicznych. W czasach, kiedy nie było Internetu, to ja byłam taką chodzącą Wikipedią – śmieje się tenisistka.

Ludzie codziennie pytali się Joanny, kto z kim wygrał na którym turnieju. – Można trochę nazwać to przeznaczeniem. Były takie sytuacje, że znajomi mówili, że po zakończeniu mojej kariery zawodniczej powinnam zająć się komentowaniem tenisa, ale wtedy jeszcze uważałam, że to nie dla mnie – dodaje Sakowicz-Kostecka.

Jako była zawodniczka z pewnością jest w stanie bardziej zrozumieć obecny tenisowy świat zawodników. Może wyobrazić sobie, z czym tenisiści muszą się zmagać, bo sama była na ich miejscu.

– Jestem w stanie się wczuć w pewną pozycję na korcie bądź poza nim, zrozumieć wiele zachowań; dlaczego ktoś rzucił rakieta, a ktoś się sfrustrował; dlaczego ktoś krzyczy do swojego boksu albo w danej chwili stara się nie reagować i nie wdawać się w dyskusje. To wszystko przeżyłam na własnej skórze. Oczywiście każdy z nas jest inny, ale pewne wzorce zachowań wciąż się powtarzają, dlatego czasami stoję w obronie Igi czy to innych tenisistek, które są krytykowane za dane zachowania, bo to są zachowania, które my, były zawodniczki świetnie znamy z autopsji. Pewnych rzeczy nie da się ocenić obiektywnie, jeśli się samemu ich nie przeżyło. Zwłaszcza, jeżeli nie jesteśmy zaznajomieni ze specyfiką danej dyscypliny – tłumaczy Joanna. – Tak samo jestem w stanie obronić tenisistkę, kiedy popełnia dużo błędów niewymuszonych, grając z zawodniczką w podobnym stylu.

To głównie się zdarza przy okazji meczów tenisistek grających bardzo ofensywnie. Patrząc na suche fakty, czyli na statystyki, które wykazują jakąś zawrotną liczbę błędów niewymuszonych, nie bierzemy pod lupę tego, co jest istotne dla osób grających, czyli na przykład, że kiedyś to był dany styl zawodnika i to, jakie stwarza możliwości na korcie.

Rola trenerki własnych dzieci

Joanna Sakowicz-Kostecka jest mamą dwójki dzieci, które poszły w ślady rodziców. Syn gra w tenisa rekreacyjnie, z kolei córkę aktualnie uznaje się za jedną z najbardziej utalentowanych junierek w Polsce. Córka Basia od najmłodszych lat bardzo dużo czasu spędzała w środowisku tenisowym.

- Mieliśmy już wtedy naszą szkołę tenisową, w związku z tym dużo czasu spędzaliśmy na kortach. Był taki czas, kiedy sami prowadziliśmy małe korty tenisowe – dzierżawiliśmy korty od uczelni i tam wybudowaliśmy dla Basi nawet piaskownicę, taki mały plac zabaw. Cały czas była zaznajamiana ze środowiskiem tenisowym. Złapała kiedyś rakietę, a my zaczęliśmy ją uczyć. Wiedzieliśmy, że na pewno będzie grała w tenisa. To czy będzie grała wyczynowo, czy też nie, akurat od nas nie zależy, ale wiedzieliśmy, że nasze dzieci na pewno nauczymy grać w tenisa. Uważamy, że to byłoby trochę nierozsądne i głupie z naszej strony, gdyby nasze dzieci nie umiały grać w tenisa. Basia w pewnym momencie złapała taką mocną chęć rywalizacji i od tego momentu to trwa. Syn w sumie też nauczył się grać w tenisa, ale wybrał inną ścieżkę, zdecydowanie bardziej rekreacyjną – opowiada Joanna.

KANWA
APARTAMENTY

ZAMOYSKIEGO 24/26
WARSZAWA

PRZESTRZEŃ, KTÓRĄ TWORZYSZ
Apartamenty na warszawskiej Pradze
z widokiem na Jezioro Kamionkowskie

SPRAWDŹ OFERTĘ →



Rola trenerki i jednocześnie mamy bywa jednak czasami trudna, bo, jak mówi, nagle granice między mamą i trenerką zaczynają się zacierać. – Inna też jest relacja w stosunku do córki i syna. Widzę, że łatwiej mi się pracuje z córką, a trudniej z synem. Bardzo lubię ich uczyć i inspirować. Też wiem, gdzie jest ta pewna granica. Jeśli mam nieswoje dziecko pod opieką, też nie do końca je znam, tak jak moje dzieci, i nie chcę pewnej przestrzeni naruszyć. To jest ta trudność. W stosunku do moich dzieci mam nieco łatwiej, bo wiem, kiedy już jest ta granica pewnej percepcji, której dalej nie przekroczę. Jest to też pułapka, bo jest też ta granica charakteru, gdzie wiem, że ktoś musi wkroczyć. Kiedy się zagalopuję, to można przegiąć i zatrzeć przestrzeń między rodzicem a trenerem. Patrząc na samą moją wypowiedź, chyba można zrozumieć, jak to jest trudne, ale jak na razie to funkcjonuje – śmieje się Joanna Sakowicz-Kostecka.

O cechach „trenera idealnego”

Po zakończeniu kariery zawodniczej Joanna spełnia się jako trenerka. Mówi, że bardzo lubi swoją nową rolę.

A co radzi innym trenerom w Polsce?

– Chwalić, chwalić i jeszcze raz chwalić. Nie bać się pochwalić. Nie mówię tutaj o pochwałach w stylu: „Ojejku, cudownie! Przebiłeś piłkę na drugą stronę i w ogóle – klękajcie narody!”. Nie, po prostu trzeba docenić wysiłek naszego podopiecznego. Docenić każdy postęp, bo wiem, jak takie racjonalne pochwały potrafią budować podopiecznego. Oczywiście konstruktywna krytyka też jest potrzebna, tylko trzeba tak skrytykować, aby ta krytyka dawała jeszcze większą motywację. Moim zdaniem ta największa motywacja pochodzi z pochwały, ze spostrzeżenia zaangażowania i dostrzeżenia postępów. My, trenerzy, jesteśmy dla tych najmłodszych autorytetem. Jeśli autorytet doceni wysiłek i doceni postęp, to daje jeszcze większą motywację do pracy. Nie bójmy się chwalić, bo wydaje mi się, że wielu trenerów boi się tego, aby zawodnik czasami nie spoczął na laurach, a moim zdaniem to wcale tak nie działa. Jeszcze nigdy się nie spotkałam z taką sytuacją, aby ktoś po pochwie mniej pracował niż dotychczas. Wręcz przeciwnie. Dodatkowo nie bójmy się jako trenerzy pytać bardziej doświadczonych szkoleniowców, bo widzę, że niektórzy boją się tego, jakby to miało podważyć ich kompetencje trenerskie w oczach osoby, której się zadało pytanie. Nie bójmy się pytać i doksztalcać. Od takich osób z większym doświadczeniem można się naprawdę wiele nauczyć. Można też skonfrontować swoje poglądy – podsumowuje Joanna Sakowicz-Kostecka.

Jakie są zatem najczęstsze błędy trenerów? Mówi, że najczęstszym błędem jest porównywanie między sobą rówieśników od najmłodszych lat, nie patrząc, jaki jest ich rozwój biologiczny. Naciskanie na swoich podopiecznych: „Widzisz, twoja rówieśniczka wygrała już taki turniej albo gra na poziomie międzynarodowym, a Ty cały czas tylko na ogólnopolskim i musimy to zmienić”. – To jest bardzo częsty, ciągle występujący błąd – podkreśla Joanna. – Także do tych błędów należy bezrefleksyjne papugowanie metod treningowych. To jest dla mnie wręcz komiczne. Wielu trenerów, ale też rodziców, często scrolluje internet. Patrzą: „O, oni to robią, więc my też musimy to robić, bo u nich to się sprawdziło, więc u nas też to musi się sprawdzić”. Owszem, można się zainspirować, można mieć pewien kanon ćwiczeń, ale zawsze dane ćwiczenie trzeba dostosować indywidualnie do potrzeb naszego zawodnika. Nie da się tutaj zrobić „kopiuj, wklej”. To, co działa na jedną osobę, będzie miało destrukcyjny wpływ na drugą – dodaje Sakowicz-Kostecka.

Jaki więc powinien być „trener idealny”? – Nie ma takiego. Musimy sobie zdawać sprawę, że takim nigdy nie będziemy. Jednak dobry trener na pewno musi być wyrozumiały i empatyczny. Sam też musi być zdyscyplinowany. Musi pokazać też, że jeżeli wymaga dyscypliny od zawodnika, to sam też tej dyscypliny u siebie pilnuje. Wie, kiedy trzeba być kumplem, a kiedy musi być takim surowym nauczycielem. Musi wyważyć te dwie role i nigdy nie starać się budować zawodnika na swój własny obraz. Trzeba mieć też na uwadze konkretną tożsamość zawodnika i nie starać się jej dostosowywać pod siebie, bo to nigdy nie kończy się dobrze – odpowiada Joanna Sakowicz-Kostecka.

O czym w takim razie powinni pamiętać zawodnicy, którzy marzą o wielkiej karierze? Joanna Sakowicz-Kostecka mówi bez wahania: – Nigdy nie daj sobie wmówić, że czegoś nie osiągniesz, że coś ci się nie uda. Nie daj sobie tego wmówić. Działaj po swojemu i wierz do samego końca, bo bywały naprawdę różne przypadki. Nie grawerują wieku zdobywcy trofeum na danym turnieju. Nikt jeszcze tego nie zrobił. Czy wygrasz mistrzostwa Polski

seniorów w wieku piętnastu czy dwudziestu ośmiu lat, to naprawdę nie ma żadnego znaczenia. Po prostu trzeba być cierpliwym, wytrwałym. Gdyby to miało być jedno zdanie, to byłoby właśnie: „Każdy ma swoją drogę do sukcesu, jedna jest krótsza, druga jest dłuższa, ale obie są właściwe” – podsumowuje Joanna Sakowicz-Kostecka.

Autorka Weronika Krupko jest licencjonowaną trenerką tenisa i studentką prawa w Poznaniu.

E-mail: weronikakrupko@gmail.com

Instagram: weronikakrupko



Czytaj online i udostępnij:

<https://tenismagazyn.pl/joanna-sakowicz-kostecka-o-tenisie-w-wielu-barwach/>