

Fırat Çekim iki farklı branş ve sıklette Türkiye derecesini elde etti

Ondokuz Mayıs Üniversitesi (OMÜ) Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü öğrencisi milli sporcu Fırat Çekim, Sambo'da 71 kiloda Türkiye Şampiyonu, Judo'da ise 66 kiloda Türkiye üçüncülüğü elde ederek iki farklı dövüş sporunda kürsüye çıkmayı başardı. Başarılarının ardındaki disiplinli çalışma sürecini anlatan milli sporcu hedefinin uluslararası arenada Türkiye'yi temsil etmek olduğunu söyledi.



Fırat Çekim, "Disiplin, mücadele ve süreklilik bu yolculuğun temel taşları oldu. Sporla tanışmasının küçük yaşlarda Judo ile başladığını belirten Fırat Çekim, zamanla sporun hayatının merkezine yerleştiğini ifade etti.

Çekim, "Spor benim için yalnızca bir hobi değil yaşam tarzına dönüştü. Disiplin, mücadele ve süreklilik bu yolculuğun temel taşları oldu." diyen milli sporcu, kariyerinde unutamadığı anların ise milli kürsüye çıktığı zamanlar olduğunu söyledi. İki farklı branşta başarı elde etmenin ciddi bir denge gerektirdiğini vurgulayan Çekim, Judo ve Sambo'nun birbirini tamamlayan sporlar olduğunu belirtti. Judo'nun teknik disiplin, denge ve zamanlama kazandırdığını ifade eden Çekim, Sambo'nun ise mücadele sertliği ve geçiş teknikleri bakımından kendisini geliştirdiğini kaydetti.

Farklı sıkletlerde mücadele etmenin fiziksel açıdan önemli değişimler yarattığını söyleyen Çekim, "66 kiloda daha çevik ve hızlı hissederken, 71 kiloda daha güçlü ve dirençli oluyorum.

Bu nedenle beslenme, toparlanma ve kuvvet antrenmanlarını dikkatli planlıyorum." dedi.

Fırat Çekim, 'Maç anında sakın kalabilmek en büyük avantajlardan biri'

Sambo Türkiye Şampiyonası'nda elde ettiği şampiyonluğun, sürpriz olmadığını belirten genç sporcu, başarısının planlı ve sistemli çalışmanın sonucu olduğunu dile getirdi. Hazırlık sürecinde özellikle kondisyon, maç temposu ve mental dayanıklılığa yoğunlaştığını aktaran Çekim, "Maç anında sakın kalabilmek en büyük avantajlardan biri oldu." ifadelerini kullandı.

Haftanın altı günü çift antrenman yaptığını belirten milli sporcu, sabah saatlerinde kuvvet ve kondisyon çalışmaları gerçekleştirdiğini, akşam ise teknik ve maç taktiği üzerine yoğunlaştığını söyledi. Judo ve Sambo antrenmanlarının dengeli biçimde planladığını ifade eden Çekim, her iki branşta da gelişimini sürdürmeyi hedeflediğini belirtti.

Fırat Çekim, 'Hangi branşta olursa olsun hedefim bayrağımızı en iyi şekilde temsil etmek'

Uluslararası hedeflerine de değinen Çekim, Avrupa ve Dünya Şampiyonalarında Türkiye'yi temsil etmek istediğini belirterek, "Hangi branşta olursa olsun hedefim bayrağımızı en iyi şekilde temsil etmek." dedi.

Birden fazla dövüş sporuyla ilgilenmek isteyen genç sporculara tavsiyelerde bulunan milli sporcu, sağlam bir temel oluşturmanın önemine dikkat çekti. Fırat Çekim, "Önce bir branşta iyi bir temel oluşturup ardından diğer branşlara geçmek gerekiyor. Disiplin, sabır ve süreklilik bu işin en önemli üç kuralı" diyen Çekim, başarısında emeği bulunan antrenörü Sinan Sandal'a da teşekkür etti. (Haber Merkezi)

