

PM kuatkan semangat Malik rentas Selat Inggeris

BH 15 MAY 2002
Oleh Zaharah Othman

LONDON, Selasa “Awak berlatih dan saya berdoa.” Begitulah kata-kata galakan Perdana Menteri Datuk Seri Dr Mahathir Mohamad, yang mendorong perenang Abdul Malik Mydin, 27, dalam renangan merentas Selat Inggeris tahun depan.

Malik berpeluang bertemu Perdana Menteri **Ahad** lalu di Suruhanjaya Tinggi Malaysia sewaktu Dr Mahathir singgah di sini sebelum ke **Washington**.

Dr Mahathir ialah penaufung projek merentas Selat Inggeris dan bertanya khabar kepada Malik mengenai latihannya di Dover.

“Datuk Seri ialah pendorong besar bagi saya. Beliau menggalakkan sejak saya membuat keputusan untuk merentas Selat ini tiga tahun dulu. Saya tidak mahu menghampakkannya,” katanya.

Malik selesai menjalani latihan dan penilaian di bawah bimbingan Alison Streeter, juara perentas Selat Inggeris yang merentas sebanyak 40 kali dari Dover ke Calais di Perancis.

“Dalam masa seminggu ini banyak yang saya pelajari, terutama aspek psikologi ketika berenang,” kata Malik yang akan pulang esok.

Malik yang berlatih lebih seratus jam dalam air sejuk di Pelabuhan Dover, berkata beliau kini mempunyai program lengkap yang disediakan Streeter bagi menyediakannya dari segi fizikal dan psikologi untuk renangan 34 kilometer itu.

Menerusi bimbingan Streeter yang digelar Ratu Selat, Malik membaiki kuaknya dan belajar bernafas serta cara mengekalkan kepalanya di atas paras air ketika berenang.

“Malik perlu melakukan kira-kira 60,000 kuak ketika berenang merentas Selat Inggeris dan perlu menarik nafas maksimum bagi setiap kuak,” kata Streeter yang menganggotai Federasi Perenang Selat yang membimbingnya sepanjang percubaannya ini.

Malik juga mendapat khidmat nasihat ibu Streeter, Frieda, yang bertanggungjawab menyediakan perenang ini dari segi mental.

Setiba di Malaysia esok, Malik akan memulakan latihan untuk renangan Langkawi yang dijangka diadakan pada Oktober. Malik juga ke Melbourne untuk dilatih oleh pasukan adik beradik Tammy dan John Van Wisse.