

XIX Światowy Kongres Sportu dla Wszystkich TAFISA

"Sport dla wszystkich - strategią jutra"

15-20 września 2005 r. | Relacja z obrad kongresu TAFISA i opisy zdjęć na str. 6



od redakcji



A zima tuż, tuż...

Rozpoczął się rok szkolny, rok akademicki. Zakończyły się wybory parlamentarne, wkrótce powołany będzie nowy rząd. Przewiduje się korekty w budżecie państwa na rok 2006.

To fakty, z którymi nie można dyskutować. My, działacze sportu powszechnego, z niepokojem czekamy na decyzje dotyczące zarządzania polskim sportem. Czyżby wyczekiwane od lat Ministerstwo Sportu, które powstało we wrześniu br., miało już przejść do historii? A powrót do resortu edukacji, nauki czy techniki to nie jest dla nas dobre rozwiązanie!

Tyle planów, tyle nadziei. Możemy tylko czekać na decyzje, ponieważ nikt nie chce nas wysłuchać, nikt nas nie pyta o zdanie. W debatach wyborczych edukacja, sport, kultura były nieobecne! A szkoda...

Tymczasem we wrześniu obradował w Warszawie 19. Światowy Kongres Sportu dla Wszystkich - TAFISA, pod hasłem „Sport dla wszystkich - strategią jutra”. Blisko 200 delegatów z całego świata dzieliło się doświadczeniami, opisując metody organizowania sportu powszechnego w ich krajach.

„Rad jestem, że to właśnie z Warszawy rozlegnie się donośny głos uczestników tego zgromadzenia przypominający rządowi i światowej opinii publicznej o potrzebie upowszechniania kultury fizycznej. Jest ona bowiem najlepszą odpowiedzią na zagrożenia, jakie niesie współczesna cywilizacja - „cywilizacja człowieka siedzącego” - napisał w przesłaniu do uczestników kongresu prezydent RP, Aleksander Kwaśniewski.

Alarmujące dane zaprezentował przedstawiciel Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), dr Colin Tukuitonga, w referacie „Globalna strategia zdrowego odżywiania, aktywności fizycznej i zdrowia”. Według niego corocznie na świecie przez brak aktywności ruchowej umiera 2 mln osób. Dużą rolę w gwałtownym

skróceniu wieku ludności świata odgrywa niewłaściwy sposób odżywiania się. Wyjście z tej sytuacji widzi on w większym zaangażowaniu rządów, organizacji pozarządowych oraz społeczności naukowej w propagowaniu zdrowego stylu życia.

A przed nami okres, w którym wiele szkół ma problemy z organizacją lekcji wychowania fizycznego, nie mówiąc już o zajęciach pozalekcyjnych. To okres, w którym rowery znajdują się w piwnicach, a na zajęcia w siłowniach, basenach wielu z nas nie będzie po prostu stać.

W październiku spotkałem się z działaczami powiatu sanockiego i leskiego. Nie były to rozmowy optymistyczne. Moje opowieści o gminach, które organizują codzienne bezpłatne zajęcia sportowe podczas ferii z gorącą herbatą (czasem i kanapkami) przyjmowano z niedowierzaniem.

Tak nie może być!

Polska ma cztery pory roku, na każdą powinniśmy być przygotowani. Musimy też tworzyć warunki do powszechnego udziału w uprawianiu sportu - dla wszystkich - nieważne, czy ktoś mieszka w miejscowości Wujskie, powiat Sanok, w Poznaniu czy w Warszawie.

Niech hasło XIX kongresu TAFISY: „Sport dla wszystkich - strategią jutra” znacznie być realizowane już dziś.

Mieczysław Borowy

**I wiceprezes Krajowej Federacji Sportu dla Wszystkich
Prezes Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej**



5 Kalendarz imprez KFSdW w 2005 r.

5 Jedź z nami do Aten
Europejskie Igrzyska Firmowe, Ateny 2005

temat numeru

6 XIX Kongres TAFISA

Z życia Federacji

10 Nowa kadencja w PTTK
XVI Walny Zjazd Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego

11 Sportowe wakacje 2005
Wakacyjne obozy sportowo-rekreacyjne dla dzieci i młodzieży – laureatów XI edycji Sportowego Turnieju Miast i Gmin

12 XIII Ogólnopolskie Igrzyska Młodzieży Salezjańskiej
1000 młodych sportowców salezjańskich z 32 stowarzyszeń lokalnych SALOS uczestniczyło w igrzyskach 16-18 września w Krakowie

12 Szlak Wielkiego Papieża
Międzynarodowy spływ kajakowy rzeką Drawą w 50. rocznicę przepłynięcia tego szlaku przez biskupa krakowskiego Karola Wojtyłę

14 XVI Mistrzostwa Świata Weteranów Lekkiej Atletyki
San Sebastian – Hiszpania, 22.08-3.09.2005 r., udział 50-osobowej ekipy z Polski

16 VIII Sierpecki Minimaraton
24 września 2005 r. – była to największa impreza biegowa w Sierpcu

18 Szkoła maszerów
Obóz sportowo-rekreacyjny „Biały Kieł” dla zainteresowanych sportem psich zaprzęgów, 21-31. lipca 2005 r., Błędowa

20 Pani od zdrowia, pan od wyglądu
Ośrodek szkolenia przy toruńskim TKKF w ciągu 14 lat wykształcił blisko 1000 zawodowych instruktorów rekreacji

22 Warcaby to nie tylko zabawa
Gry i zabawy są nieodłącznym atrybutem każdego wieku

23 Sport osób niepełnosprawnych
26 Czym jest Parafiada?
Ruch parafiadowy powstał i rozwija się na bazie autorskiego programu Zakonu Pijarów Parafiada

26 Sport na wsi
Krajowe Zrzeszenie LZS

Prosto z Ministerstwa Sportu

28 Prezentacja dobrych praktyk
Uczniowski Klub Sportowy „Olimp” Grodków (woj. opolskie, pow. brzeski)

Sport dzieci i młodzieży

30 Polacy rewelacją mistrzostw
VI Mistrzostwa Europy w Kajak-Polo, Madryt, Hiszpania, 7-11 września 2005 r.

34 Zwycięstwa zespołów z Warszawy i Zielonej Góry
Finał X Turnieju w Piłce Nożnej dla Dzieci im. Marka Wielgusa

Porady

36 Aktywność ruchowa ludzi w starszym wieku
Przekonanie, że zabawa jest dla dzieci, nauka dla młodzieży, praca dla dorosłych a odpoczynek dla starców jest błędnym stereotypem

38 Ośrodki Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku
TKKF za jedno z wiodących zadań uznało aktywność ruchową osób starszych

40 Ośrodek Terapii Ruchowej dla Osób w III Wieku w Sierpcu
Co sprawia, że osoby starsze chcą uczestniczyć w ćwiczeniach?

Budownictwo

42 Od skansenu do nowoczesności
Ośrodek Sportowo-Szkoleniowy w Sierakowie po przebudowie

Z kraju i ze świata

44 Informacje
48 Olimpijczycy dzieciom
50 IV Festiwal Gwiazd Sportu
52 Zbigniew Kaptur Misterem Łopienia 2005
52 III Puchar Tymbarku w BNO
53 Lekcja historii
54 Siedmiorgo wspaniałych
57 Witryna księgarska
58 Niezbędnik KFSdW

Jedź z nami do Aten

Europejskie Igrzyska Firmowe, Ateny 2005
Europe Corporate Games - ECG, Athens '2005

4-6 listopada 2005 r. odbędą się w Atenach Europejskie Igrzyska Firmowe - ECG'2005 - dla sportowców-amatorów. Jest to impreza z wieloletnią tradycją, w której uczestniczą tysiące weekendowych sportowców-amatorów reprezentujących firmy, instytucje, organizacje z całej Europy. Zawodnikami są pracownicy, partnerzy handlowi, przyjaciele, rodzi- na lub znajomi. Nie ma limitu wieku, każdy może reprezentować barwy instytucji, która go wysłała. Zawody rozgrywane są w następujących dyscyplinach sportowych: badminton, piłka nożna, koszykówka, kręgle, koszykówka 4-osobowa, siatkówka plażowa 5-osobowa, golf, karting, squash, kolarstwo górskie, biegi 4x1600 m, 5 km, 10 km, piłka nożna 7-osobowa, smocze łodzie - dragon boat, tenis stołowy, tenis ziemny, siatkówka. Zwycięzcy otrzymają medale i nagrody, odbędzie się parada sportowców, wielki wieczorny bankiet i mnóstwo innych atrakcji. Patronat honorowy nad polską reprezentacją sprawują: Polskie Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej oraz Krajowa Federacja Sportu dla Wszystkich. Wyjazd organizuje Holiday Travel.

Kalendarz imprez Krajowej Federacji Sportu dla Wszystkich w 2005 r.

1 Międzywojewódzkie seminarium dla wójtów, burmistrzów, prezydentów miast oraz działaczy stowarzyszeń kultury fizycznej nt. „Sport dzieci i młodzieży ważnym instrumentem aktywizacji społeczności lokalnych w procesie integracji z Unią Europejską”
Organizator: KFSdW
Kontynuacja bezpośrednich spotkań z działaczami samorządowymi na temat upowszechniania kultury fizycznej w społeczeństwie. Tematyka spotkań poszerzona o „Sport dla wszystkich w UE”, przepisy unijne dotyczące kultury fizycznej oraz sposoby finansowania. Przewidywany udział 2x 100 osób.
3-4 listopada 2005 r. - Ciechanów
17-18 listopada 2005 r. - Puck
Zgłoszenia udziału w seminarium można dokonywać na stronie internetowej Krajowej Federacji Sportu dla Wszystkich, <http://federacja.com.pl>

2 VII Ogólnopolski Festiwal Sportów Wodnych (kajak, pływania, piłka wodna, pływaniarstwo, ratownictwo wodne)
1-4 grudnia 2005 r., Augustów
W ramach programu „Sport wszystkich dzieci” organizowane są zawody uczniowskich klubów sportowych w sportach wodnych. Celem głównym festiwalu jest promocja pływania - jako podstawowej dyscypliny sportu, kształtującej prawidłowy rozwój dzieci i młodzieży, popularyzacja sportów wodnych i krzewienie zasad bezpiecznego zachowania się na wodzie. Zmagania młodych sportowców przeplatane są pokazami ratownictwa wodnego i nurkowania. Ratownicy prezentują sposoby udzielania pomocy tonącym na wodzie z wykorzystaniem sprzętu ratowniczego. W pokazach aktywnie uczestniczą nie tylko zawodnicy, ale również młodociana publiczność. Przewidywany udział 1000 osób.



Tak było rok temu w Kudowie Zdroju

XIX Kongres TAFISA

„Rad jestem, że to właśnie z Warszawy rozlegnie się donośny głos uczestników tego zgromadzenia, przypominający rządowi i światowej opinii publicznej o potrzebie upowszechniania kultury fizycznej” - napisał w przesłaniu do uczestników kongresu jego honorowy patron, prezydent RP **Aleksander Kwaśniewski**.

Warszawa gościła 15-20 września 2005 r. uczestników 19. Światowego Kongresu Sportu dla Wszystkich TAFISA, który obradował pod hasłem „Sport Dla Wszystkich - Strategia Jutra”. Blisko 200 delegatów z Argentyny, Australii, Austrii, Belgii, Brazylii, Chin, Chorwacji, Cypru, Danii, Estonii, Finlandii, Francji, Grecji, Holandii, Indii, Iraku, Iranu, Izraela, Japonii, Kanady, Kolumbii, Korei Południowej, Kuwejtu, Litwy, Macao, Malesji, Niemiec, Nigerii, Norwegii, Rumunii, Serbii i Czarnogóry, Słowacji, Szwecji, Tajwanu, Tanzanii, Ukrainy, USA, Węgier, Włoch i Polski powitał sekretarz stanu w Ministerstwie Sportu, **Jerzy Ciszewski**.

Pozdrowienia przekazali także wiceprezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego, członkini Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego **Irena Szewińska**, wiceprezes PKOl **Adam Giersz** oraz pierwszy wiceprezes Krajowej Federacji Sportu dla Wszystkich, prezes Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej, **Mieczysław Borowcy**.

TAFISA (Trim and Fitness International Sport for All) skupia organizacje sportu dla wszystkich ze 103 krajów, w tym 35 krajów europejskich, 23 afrykańskich, 16 z obu Ameryk oraz 29 z rejonu Azji i Oceanii. Oficjalna rejestracja i przyjęcie statutu TAFISY miało miejsce 21 czerwca 1991 r. podczas kongresu w Bordeaux. Polska jest członkiem TAFISY od 1973 roku.

Gośćmi XIX kongresu byli: reprezentant honorowego patrona Aleksandra Kwaśniewskiego - **Mirosław Głogowski**, przewodniczący sejmowej komisji kultury fizycznej i sportu ubiegłej kadencji parlamentu - **Mirosław Drzewiecki**, dyrektor Biura Sportu, Turystyki i Wypoczynku Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy - **Artur Piłka**, przewodniczący komisji sportu Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego - **Walter Troeger**, prezydent Międzynarodowej Rady Nauk o Sporcie i Wychowaniu Fizycznym (ICSSPE) - **Guðrun Doll-**



Uczestnicy kongresu TAFISA podczas pokazu staropolskiej gry w czasie "Dnia polskiego"

Tepper, prezydent Amerykańskiej Akademii Sportu - **Thomas Rosandich**, sekretarz generalny Międzynarodowego Stowarzyszenia Sportu i Kultury (ISCA) - **Mogens Kirkeby** oraz przedstawiciel Światowej Unii Architektów Sportowych - **Rene Kural**.

Komitetowi organizacyjnemu XIX kongresu przewodniczyła **dr Ewa Suska**, dyrektor departamentu współpracy międzynarodowej Ministerstwa Sportu. Po uroczystym otwarciu odbyły się sesje plenarne, podczas których uczestnicy wygłaszali referaty.

Na okładce II

Po lewej, od góry:

- Przewodnicząca Komitetu Organizacyjnego warszawskiego kongresu **Ewa Suska** i honorowy prezydent TAFISA **Juergen Palm**
- Skarbnik TAFISA **Brian Dixon**
- Przemawia członkini MKOl, wiceprezes PKOl **Irena Szewińska**
- Pierwszy wiceprezes KFSdW, prezes TKKF **Mieczysław Borowcy** oraz reprezentant honorowego patrona kongresu prezydenta RP **Aleksandra Kwaśniewskiego**, **Mirosław Głogowski**
- Nowo wybrany wiceprezydent TAFISA, **Comfort Nwankwo (Nigeria)**
- **Dr Ewa Suska** z Ministerstwa Sportu
- Wiceprezes PKOl **Adam Giersz**, odebrał dyplom z rąk J. Palm

Po prawej, od góry:

- Sala obrad w warszawskim hotelu Gromada, na pierwszym planie delegat Polski, wiceprezes PKOl **Adam Giersz**
- **Joanna Żukowska-Easton** z Ministerstwa Sportu odbiera dyplom z rąk prezydenta TAFISA
- Honorowy prezydent TAFISA **Juergen Palm** w rozmowie z **Comfort Nwankwo (Nigeria)**
- Nowo wybrana członkini Komitetu Wykonawczego TAFISA **Ewa Suska** w rozmowie z delegatami z Japonii
- Prezydent TAFISA na lata 2005-2009, **Shang-Hi Ree**



Rodzinne zdjęcie podczas "Dnia polskiego" w Konstancinie

Przesłanie honorowego patrona kongresu TAFISA prezydenta RP, Aleksandra Kwaśniewskiego

Warszawa, 16 września 2005 r.

Do uczestników i organizatorów 19. Światowego Kongresu Sportu dla Wszystkich

Szanowni Państwo

Serdecznie pozdrawiam uczestników 19. Światowego Kongresu Sportu dla Wszystkich. To zaszczyt, że tak ważne spotkanie odbywa się w Międzynarodowym Roku Sportu i Wychowania Fizycznego w naszym kraju. Dostrzegam w tym wyraz uznania dla polskich dokonań w dziedzinie promocji aktywnego stylu życia. Z prawdziwą satysfakcją objąłem honorowy patronat nad kongresem.

Rad jestem, że to właśnie z Warszawy rozlegnie się donośny głos uczestników tego zgromadzenia przypominający rządowi i światowej opinii publicznej o potrzebie upowszechniania kultury fizycznej. Jest ona bowiem najlepszą odpowiedzią na zagrożenia, jakie niesie współczesna cywilizacja - „cywilizacja człowieka siedzącego”. Jak pisał hiszpański filozof Jose Ortega y Gasset, sport jest „bratem pracy”. I

podobnie jak ona kształtuje charakter, sprzyja ograniczaniu patologii społecznych, daje możliwość samorealizacji. Jestem pełen podziwu dla Państwa działań, dla pasji, która niesie ludziom tak wiele pożytku. Z całego serca zachęcam Was też do korzystania z dorobku ruchu olimpijskiego. Dziś bowiem lepiej niż kiedykolwiek dostrzegamy potrzebę zbliżania ludzi ponad granicami państw i kultur. Życzę owocnych obrad. Ufam, że wymiana doświadczeń, pomysłów i inicjatyw na warszawskim forum w znaczący sposób przyczyni się do upowszechniania sportu w każdym zakątku świata. Dzięki organizatorom kongresu za trud włożony w przygotowanie tego cennego przedsięwzięcia. A naszym gościom zagranicznym życzę, aby pobyt w Polsce przyniósł każdemu z Państwa wiele satysfakcji i wspaniałych wrażeń. Wszystkiego dobrego!

Aleksander Kwaśniewski

Z organizowaną w Niemczech akcją „Deutschland ist fit” zapoznał uczestników kongresu **Jens Kleinert**. Hasło to można tłumaczyć na dwa sposoby: „Niemcy są zdrowi” bądź „Niemcy odżywiają się zdrowo”. - Obywatele tego kraju będą zdrowi i sprawni fizycznie, jeśli zrozumieją, że musi istnieć zgodność między nastawieniem a zachowaniem - powiedział Kleinert.

Rolę sportu powszechnego w życiu Argentczyków przedstawił w poniedziałek 19 września **Rodolfo N. Valgoni**, obrazując przekształcenia, jakie dokonały się w Argentynie w ostatnich 100 latach. - Sport powszechny w moim kraju przestał być luk-

Skład nowo wybranego komitetu wykonawczego TAFISA na lata 2005-2009:

prezydent

■ **dr Shang-Hi Rhee**
(Korea Południowa)

wiceprezydenci

- **Oscar Azuero-Ruiz**
(Kolumbia),
- **Comfort Nwankwo**
(Nigeria),
- **Joel Raynaud**
(Francja)

sekretarz generalny

■ **Wolfgang Baumann**
(Niemcy)

skarbnik

■ **Brian Dixon**
(Australia)

członkowie

- **Wim Florijn**
(Holandia),
- **Herzel Hagay**
(Izrael),
- **Thomas Huang**
(Tajwan),
- **Mitra Rouhi Dehkordi**
(Iran),
- **Jorma Savola**
(Finlandia),
- **Ewa Suska**
(Polska)

susem. W ostatnich trzydziestu latach zaszły zmiany. Rzesza działaczy zainicjowała masowy ruch, wiele milionów obywateli uczestniczy w naszych akcjach, a to zasługa skutecznych kampanii promujących sportowy styl życia. Mogę powiedzieć, że udało nam się skutecznie zrealizować ideę, że sport masowy to taki, w którym wszyscy biorą udział. Nie mielibyśmy takich sukcesów, gdyby nie pomoc rządu - powiedział Valgoni.

- Tak niewiele potrzeba, aby nadal korzystać z dobrodziejstwa spaceru. Ten spacer towarzyszy człowiekowi od najdawniejszych czasów, istniał zawsze, nie zawsze jednak ludzie korzystali z jego dobrodziejstwa. Z nowym entuzjazmem należy powrócić do spacerów - przekonywał Norweg **Odd Ivar Ruud**. - „Chodź na spacer” - z takim hasłem można zwracać się praktycznie do wszystkich. Dzięki temu można wywrzeć wpływ na kształt sportu powszechnego w tym stuleciu - przekonywał Ruud, reprezentant Światowej Federacji Sportów Popularnych.

W tym samym duchu wypowiadał się przedstawiciel Izraela, **Hagay Herzel**, informując o organizowanych w tym kraju akcjach, z których największą popularnością cieszy się kampania „10 tysięcy kroków”, w której uczestnicy wykonują w ciągu dnia 10 tysięcy kroków, a „se- dzia” jest licznik zamontowany w obuwiu. - Od sierpnia 2004 r. do sierpnia 2005 r. wzrosła z 54 do 59% liczba mieszkańców kraju widzących w sporcie dla wszystkich doskonałą formę spędzenia wolnego czasu, którego stale nam brakuje - mówił Herzel.

W wypowiedziach pozostałych prelegentów często pojawiał się aspekt zdrowego odżywiania się ludzi uprawiających sport pod różnymi postaciami. Jeszcze większą rolę powinna w tej materii odgrywać Światowa Organizacja Zdrowia (WHO).

Dzień sportu polskiego

Podczas pobytu w Konstancinie uczestnicy kongresu zapoznali się z polskimi dyscyplinami sportu, w tym grami ludowymi.

Walne Zgromadzenie

Uczestnicy 19. Światowego Kongresu Sportu dla Wszystkich TAFISA postanowili, że kolejny kongres odbędzie się za dwa lata w Argentynie, a gospodarzem 21. kongresu w 2009 r. będzie Tajwan.

Na zakończenie obrad uczestnicy warszawskiego kongresu przyjęli trzy uchwały:

- w sprawie aktywności fizycznej, sportu i zdrowia,
- w sprawie obiektów sportowych i publicznych miejsc do uprawiania sportu i aktywności fizycznej
- kartę wolontariatu

20 września 2005 r. odbyły się wybory prezydenta TAFISA na lata 2005-2009 i jedenastu członków Komitetu Wyko-



Ewa Suska
i członkowie
kierownictwa
TAFISA

nawczego. Nowym prezydentem wybrano Koreańczyka **dr. Shang-Hi Ree**. Delegaci jednogłośnie przyznali tytuł honorowego prezydenta TAFISA dotychczasowemu szefowi, Niemcowi Juergenowi Palmowi, który sprawował tę funkcję od kongresu w Bordeaux w 1991 roku.

- TAFISA pod moim przewodnictwem realizować będzie sześć podstawowych działań. Chcielibyśmy za cztery lata pochwalić się, że w każdym kraju członkowskim sportem dla wszystkich zajmuje się ponad 80% populacji. Chcemy uprawiać sport dla wszystkich wszędzie, gdzie znajdują się chętni, wielką troską otaczać niepełnosprawnych sympatyków sportu, nawiązać ściślejszą współpracę ze Światową Organizacją Zdrowia, Organizacją Narodów Zjednoczonych ds. wychowania, nauki i kultury (UNESCO), Międzynarodowym Komitetem Olimpijskim - powiedział Shang Hi Rhee. - Naszym zadaniem jest także zorganizowanie systemu wymiany informacji między członkami naszej organizacji z wykorzystaniem najnowszych osiągnięć telekomunikacyjnych.

61-letni Shang Hi Rhee ma za sobą karierę parlamentarną, był ministrem nauki i techniki. Obecnie jest prezesem Azjatyckiego Stowarzyszenia Sportu dla Wszystkich.

- Warszawski kongres potwierdził, że TAFISA znajduje się w dobrej kondycji organizacyjnej. W ostatnim czterolecu zanotowali- śmy niezwykłą aktywność narodowych stowarzyszeń odwołujących się w działalności do tradycji sportów narodowych. Większą ak-

tywnością wykazują się organizacje na kontynencie afrykańskim, wzrasta liczba uczestniczących w „sporcie dla wszystkich” w Ameryce Południowej i Środkowej. Korzystając z okazji chciałbym podziękować organizatorom kon-



Nowy prezydent TAFISA Shang-Hi Rhee wjechał na salę w hotelu Gromada na... wrotkach



Honorowy prezydent TAFISA Juergen Palm i nowo wybrana członkini Komitetu Wykonawczego TAFISA Ewa Suska

Od Oslo do Warszawy

Wybranie Warszawy na miejsce 19. kongresu TAFISA nie było przypadkowe. Przeprowadzenie kongresu w stolicy największego nowego członka Unii Europejskiej, sąsiadującego z takimi krajami, jak Ukraina, Białoruś i Rosja, stworzyło okazję do nawiązania dialogu między krajami Unii Europejskiej a Europy Wschodniej i resztą sportowego świata.

Organizatorzy poprzednich kongresów:

- 1969**
Oslo (Norwegia)
- 1971**
Arnhem (Holandia)
- 1973**
Frankfurt nad Menem (Niemcy)
- 1975**
Waszyngton DC (USA)
- 1977**
Paryż (Francja)
- 1979**
Lizbona (Portugalia)
- 1981**
Berno/Muerren (Szwajcaria)
- 1983**
Sztokholm (Szwecja)
- 1985**
Wyspa Man (W. Brytania)
- 1987**
Oslo
- 1989**
Toronto (Kanada)
- 1991**
Bordeaux (Francja)
- 1993**
Tokio (Japonia)
- 1995**
Natanja (Izrael)
- 1997**
Penang (Malezja)
- 1999**
Limassol (Cypr)
- 2001**
Kapsztad (RPA)
- 2003**
Monachium (Niemcy)

gresu za jego wzorowe przygotowanie, a uczestnikom za wysoki poziom dyskusji - podkreślił nowo wybrany sekretarz generalny TAFISA, **Wolfgang Baumann**.

W skład komitetu wykonawczego TAFISA weszły trzy kobiety: Ewa Suska (Polska), **Comfort Nwankwo** (Nigeria) i **Mitra Rouhi Dehkordi** (Iran). - Przed nami, kobietami realizacja programu sport dla wszystkich stawia różnorakie wyzwania, które staramy się zawsze wypełniać należycie. Z racji naszych funkcji rodzinnych to od nas zależy, czy młody człowiek zainteresuje się sportem - powiedziała Mitra Rouhi Dehkordi.

Sukces organizacyjny i wyborczy gospodarzy kongresu TAFISA

Uczestnicy i goście wielokrotnie podkreślali znakomitą organizację warszawskiego kongresu, jego wartość merytoryczną i szczególną rolę przewodniczącej komitetu organizacyjnego, dr Ewy Suskiej. Polka znalazła uznanie głoszących i została wybrana w skład komitetu wykonawczego TAFISA.

Dr Ewa Suska jest absolwentką Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego. Ukończyła podyplomowe studia na Politechnice Warszawskiej w zakresie projektowania zakładów przemysłowych i ergonomii oraz w Danii (szkolenie wyższych urzędników administracji publicznej w zakresie integracji z Unią Europejską)

Adam Giersz i Irena Szewińska



i USA (zarządzanie organizacjami publicznymi i oraz organizacjami nieprzynoszącymi dochodu).

Aktualnie pełni funkcję dyrektora departamentu współpracy międzynarodowej Ministerstwa Sportu, gdzie zajmuje się inicjowaniem współpracy, nadzorem nad realizacją porozumień międzynarodowych, koordynowaniem działań wynikających z członkostwa Polski w Unii Europejskiej w obszarze kultury fizycznej i sportu oraz promocją Polski w świecie.

Jest także przewodniczącą Komisji Sportu dla Wszystkich Polskiego Komitetu Olimpijskiego.



Nowo wybrany prezes zarządu głównego PTTK, Lech Drożdżyński Fot. PTTK

Nowa kadencja w PTTK



XVI Walny Zjazd Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego

16 września 2005 r., w Auli Krysztalowej Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, odbył się XVI Walny Zjazd Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego. W obradach uczestniczyło 196 delegatów. Zasadniczym przedmiotem obrad było podsumowanie działalności Towarzystwa w minionej kadencji, określenie strategicznych kierunków działania w kolejnej, XV kadencji, przeprowadzenie zmian w Statucie PTTK oraz dokonanie wyboru nowych władz naczelnych.

Pierwszy dzień obrad poprzedziło uroczyste wręczenie nagród i odznaczeń. Wybitni działacze PTTK zostali wyróżnieni odznaczeniami państwowymi, które w imieniu Prezydenta RP wręczył zastępca Szefa Biura Bezpieczeństwa Narodowego **Tadeusz Bałachowicz**. Zostały również wręczone przez podsekretarza stanu MGIP **Marka Szczepańskiego** odznaki „Za zasługi dla turystyki” przyznane przez Ministra Gospodarki i Pracy. Trzydziestu szczególnie zasłużonych członków Towarzystwa wyróżnionych zostało godnością członka honorowego PTTK.

Uroczystość otwarcia zjazdu uświetniły wystąpienia gości: **Małgorzaty Szalast-Piwińskiej** – zastępcy dyrektora Biura Edukacji Ekologicznej i Komunikacji Społecznej w Ministerstwie Środowiska, **mjr. Pawła Skrzeczkowskiego** reprezentującego Ministerstwo Obrony Narodowej, **Jana Havelki** – prezesa Europejskiego Związku Wędownictwa i Klubu Czeskich Turystów, harcmistrza **Wiesława Maślanki** – naczelnika Związku Harcerstwa Polskiego, **Jana Korsaka** – prezesa Polskiej Izby Turystyki, **Wojciecha Kodłubańskiego** – wiceprezesa Polskiej Organizacji Turystycznej, **Pawła Skawińskiego**



Odznaczeni Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski Fot. PTTK

go – dyrektora Tatrzańskiego Parku Narodowego, **Jerzego Potentasa** – sekretarza Zarządu Krajowej Federacji Sportu dla Wszystkich, **Zdzisława Skirucia** – dyrektora Wigierskiego Parku Narodowego oraz **Mariusza Sołtyśiaka** – prezesa Zarządu Głównego Towarzystwa Opieki nad Zabytkami

Obradom towarzyszyły przedsięwzięcia dodatkowe: wycieczki krajoznawcze, wystawy fotograficzne i prezentacje multimedialne.

15 września, w Kościele Matki Bożej Wspomożycielki Wiernych w Warszawie, Jego Eminencja Kardynał **Józef Glemp**, Prymas Polski odprawił mszę św. oraz poświęcił tablicę poświęconą członkowi honorowemu PTTK Papieżowi **Janowi Pawłowi II** oraz portret Papieża, który zostanie umieszczony na honorowym miejscu w Sali Konferencyjnej Zarządu Głównego PTTK przy ul. Senatorskiej 11 w Warszawie. Poświęcone zostały również tablice ufundowane przez oddziały PTTK w Kaliszu, w Krakowie, w Kielcach, we Wrocławiu, w Warce i w Warszawie.

Skład naczelnych władz PTTK, wybranych drugiego dnia obrad przedstawia się następująco: prezesem Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego wybrany został **Lech Drożdżyński**, wiceprezysi: **Roman Bargiel**, **Adam Gostyński**, **Edward Kudelski**, **Marek Staffa**, skarbnik **Jerzy Kapłon**, sekretarz generalny **Andrzej Gordon** oraz 13. członków. Prezesem Głównej Komisji Rewizyjnej został **Tadeusz Sobieszek**, a prezesem Głównego Sądu Koleżeńskiego została **Anna Kirchner**.

XVI Walny Zjazd PTTK przyjął następujące uchwały:

- o kierunkach działań programowych Towarzystwa w XVI kadencji;
- w sprawie obchodów jubileuszu 100-lecia powstania Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego;
- w sprawie obchodów 100-lecia turystyki akademickiej w roku 2006;
- w sprawie ustanowienia Roku Szlaków Turystycznych PTTK;
- w sprawie rozwoju gospodarczego PTTK;
- w sprawie wspierania działalności gospodarczej oddziałów.

Zakończenie obrad nastąpiło w niedzielę, 18 września br. Szczegółowy przebieg obrad dostępny jest na stronie PTTK

www.pttk.pl

Ryszard Kunce

Sportowe wakacje 2005



Realizatorem XI Jubileuszowej Edycji Sportowego Turnieju Miast i Gmin, który odbywał się 1 czerwca 2005 roku na terenie całego kraju (z centralną inauguracją w Sosnowcu) pod patronatem prezydenta RP Aleksandra Kwaśniewskiego, była Krajowa Federacja Sportu dla Wszystkich, na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej i Sportu. Największą imprezą sportu masowego w Polsce rozgrywana jest w ramach ogólnopolskiego dnia sportu „International Challenge Day 2005” organizowanego przez TAFISA.

W jedenastej edycji Sportowego Turnieju Miast i Gmin 2005 uczestniczyło 551 miast i gmin ze wszystkich województw. Łącznie w imprezach rekreacyjno-sportowych wystartowało 4 094 240 osób (w 2004 r. 3 440 147 osób z 448 miast i gmin).

Jedną z nagród w turnieju – dla dziesięciu pierwszych miast w każdej grupie – było dofinansowanie obozów sportowo-rekreacyjnych dla dzieci i młodzieży, w wysokości 13 000 zł dla każdego miasta. 14-dniowe obozy zaplanowano dla minimum 30 osób z udziałem 3-osobowej kadry opiekunów. Prezentujemy relację z jednego z takich obozów.

Oboz sportowo-rekreacyjny w Glucholazach

1 czerwca obchodzony jest Dzień Dziecka oraz Światowy Dzień Sportu. Impreza ta z roku na rok cieszy się coraz większym zainteresowaniem zarówno wśród organizatorów, jak i bezpośrednich uczestników. Gmina Kędzierzyn-Koźle już po raz czwarty wzięła w nim udział, tym razem zajmując 6. miejsce w V grupie. Zdobyła nagrodę w wysokości 13 000 zł, którą przeznaczyła na zorganizowa-

nie wypoczynku dla dzieci i młodzieży z rodzin o niskim statusie materialnym.

Oboz, już po raz kolejny organizowany pod hasłem „Zdrowy styl życia sposobem na dobry wypoczynek”, odbył się w Glucholazach w ośrodku „Banderoza”, położonym na obszarze ponad 5 ha u podnóża Gór Opawskich. Do Glucholaz wyjechało 30 dzieci i młodzieży po opieką wykwalifikowanej kadry. Na terenie ośrodka znajduje się dużo zielonych terenów (lasy, sad), otwarte kąpielisko, gdzie nad bezpieczeństwem kąpiącym czuwa kadra ratownicza. Atrakcją ośrodka jest przepływająca przez niego rzeczka „Starynka”.

Oboz w Glucholazach miał napięty harmonogram przygotowany przez wychowawców, stwarzający możliwości wypoczynku, zabawy i nauki. Dzieci brały udział w dyskusjach i pogadankach na temat zagrożeń, jakie niesą wszelkiego rodzaju uzależnienia, brały aktywny udział w różnego rodzaju grach, zabawach i rozgrywkach sportowych. Korzystały z hali sportowej, gdzie rozgrywały mecze piłki siatkowej, koszykowej i nożnej oraz tenisa stołowego, a także z siłowni i sauny. W pogodne, słoneczne dni kąpały się w basenie pod nadzorem ratownika, uczestnicząc w konkursach pływackich i rozgrywkach w siatkówkę plażową. Wieczory spędzały w dyskotekę, gdzie bawiły się z innymi obozowiczami, lub przy ogniskach, piekąc kiełbaski.

Wyjeżdżały na wycieczki do Otmuchowa, uczestnicząc w „Lecie kwiatów”, do Prudnika, gdzie oprócz rynku zwiedziły klasztor oo. Franciszkanów a w nim celę, w której więziono kardynała Karola Wyszyńskiego. Wspiwały się na Kopę Biskupią, najwyższy szczyt Gór Opawskich.

W ośrodku dzieci chodziły na piesze wycieczki, jeździły na rowerach i deskorolkach. Wiele emocji wzbudził konkurs pływania z łodzią nad rzeczką „Starynką” oraz seans w jaskini solnej.

Mamy nadzieję, że uczestnicy i wychowawcy obozu przywieźli miłe wspomnienia z Glucholaz, które na długo pozostaną w ich pamięci.

Beata Kaczyńska – Pogwizd

Fot. M. Leja, J. Ligenza



XIII Ogólnopolskie Igrzyska Młodzieży Salezjańskiej

1000 młodych sportowców salezjańskich (dziewcząt i chłopców) z 32 stowarzyszeń lokalnych SALOS uczestniczyło w XIII Ogólnopolskich Igrzyskach Młodzieży Salezjańskiej. Igrzyska odbyły się w dniach 16-18 września w Krakowie.

Celem Igrzysk było stworzenie młodzieży salezjańskiej możliwości rywalizacji sportowej i budowanie przez sport pozytywnych relacji ludzkich, opartych na humanizmie i personalizmie, respektujących takie fundamentalne wartości jak: pokój, przyjaźń, prawda, dobro, sprawiedliwość, wolność, miłość, godność osoby, solidarność i fair play.

Igrzyska tworzyły dwa bloki programowe: sportowy i kulturalno - religijny. W ramach bloku sportowego uczestnicy rywalizowali w dwóch kategoriach wiekowych (kat. „A” - 1988 i młodszy; kat. „B” - 1990 i młodszy) w następujących dyscyplinach: koszykówce, piłce nożnej, siatkówce i tenisie stołowym. Rozgrywki sportowe prowadzone były na obiektach Towarzystwa Sportowego „Wisła”, Akademii Górniczo-Hutniczej, Uniwersytetu Jagiellońskiego, Klubu Sportowego „Bronowianka”, Klubu Sportowego „Zwierzyniecki”.

W ramach bloku kulturalnego i religijnego uczestnicy wzięli udział w następujących przedsięwzięciach: uroczystym otwarciu Igrzysk (hala TS „Wisła”), zwiedzaniu Krakowa z przewodnikiem, zwiedzaniu lotniska wojskowego w Balicach, zwiedzaniu wystawy znaczków z Janem Pawłem II (kolekcja K. Biedrzyń-

wyniki końcowe

TENIS STOŁOWY	
GRA POJEDYŃCZA	
chłopcy kat. „A”	
1	Mariusz Miler (Szczecin)
2	Piotr Pawlus (Pleszyce)
3	Bartosz Wójcik (Chojnice)
dziewczeta kat. „A”	
1	Monika Próchnicka (Ostróda)
2	Marzena Bogdan (Szczecin)
3	Joanna Dębska (Ostróda)
chłopcy kat. „B”	
1	Emil Łukawski (Szczecin)
2	Michał Kluczyński (Szczecin)
3	Sebastian Jagiełło (Sokoł.Podl.)
dziewczeta kat. „B”	
1	Marta Szymańska (Szczecin)
2	Paulina Remiszko (Suwałki)
3	Weronika Wądoch (Chojnice)
GRA PODWÓJNA	
chłopcy kat. „A”	
1	Piotr Pawlus / Krzysztof Łysonek (Pleszyce)
2	Mateusz Majer / Bartosz Wójcik (Chojnice)
3	Mariusz Miler / Paweł Sobolewski (Szczecin)
dziewczeta kat. „A”	
1	Marzena Bogdan / Katarzyna Horoszko (Szczecin)
2	Monika Próchnicka / Joanna Dębska (Ostróda)
3	Agata Lisaj / Marta Szturc (Szczecin)
chłopcy kat. „B”	
1	Emil Łukawski / Jakub Wojewoda (Szczecin)
2	Michał Kluczyński / Mateusz Bąk (Szczecin)
3	Błażej Stanisławski / Paweł Podgórski (Chojnice)
dziewczeta kat. „B”	
1	Monika Gabrys / Alicja Beszczak (Ostróda)
2	Weronika Wądoch / Martyna Stanisławska (Chojnice)
3	Marta Szymańska / Żaneta Zduniak (Szczecin)
KOSZYKÓWKA	
chłopcy kat. „A”	
1	SL SALOS Elk
2	SL SALOS Świętochłowice

3 SL SALOS Pleszyce	
dziewczeta kat. „A”	
1	SL SALOS Słupsk
2	SL SALOS Czaplinek
3	SL SALOS Częstochowa
chłopcy kat. „B”	
1	SL SALOS Sułów
2	SL SALOS Pleszyce
3	SL SALOS Środa Śląska
dziewczeta kat. „B”	
1	SL SALOS Szczecin
2	SL SALOS Częstochowa
3	SL SALOS Sosnowiec
PIŁKA SIATKOWA	
chłopcy kat. „A”	
1	SL SALOS Zabrze
2	SL SALOS Kielce
3	SL SALOS Czaplinek
dziewczeta kat. „A”	
1	SL SALOS Szczecin
2	SL SALOS Suwałki
3	SL SALOS Kielce
chłopcy kat. „B”	
1	SL SALOS Kielce
2	SL SALOS Ostrów Wlkp.
3	SCS Lubin
dziewczeta kat. „B”	
1	SL SALOS Łódź-Wodna
2	SCS Lubin
3	SL SALOS Zabrze
PIŁKA NOŻNA	
piłka nożna kat. „A”	
miejsce I:	SL SALOS Szczecin
miejsce II:	SL SALOS Suwałki
miejsce III:	SL SALOS Zabrze
piłka nożna kat. „B”	
miejsce I:	SL SALOS Sokół Podlaski
miejsce II:	SL SALOS Słupsk
miejsce III:	SL SALOS Szczecin



Uroczystość otwarcia XIII Ogólnopolskich Igrzysk Młodzieży Salezjańskiej. 14.10.2005 r. Hala TS „Wisła” Kraków. Na zdjęciu Robert Korzeniowski rozmawia z ks. Tadeuszem Rozmusem, inspektorem Salezjanów



Rywalizacja koszykarzy i koszykarek podczas igrzysk

zes Zarządu Kamedulskiej Fundacji im. Marszałka Koronnego Mikołaja Wolskiego, **ks. Tadeusz Rozmus SDB**, inspektor Towarzystwa Salezjańskiego, **Iwona Borkowska**, dyrektor Marketingu Totalizatora Sportowego Sp. z o. o., **ks. Edward Pleń SDB**, krajowy duszpasterz sportowców i **Zbigniew Dziubiński**, prezes Salezjańskiej Organizacji Sportowej RP.

Dyrekcja Poczty Polskiej w Krakowie wydała z okazji Igrzysk kartę pocztową. ■

skiego), zwiedzaniu wystawy misyjnej, występu zespołu młodzieżowego. Młodzież uczestniczyła w uroczystej mszy św. pod przewodnictwem wikariusza inspektorii krakowskiej **ks. Wojciecha Krawczyka SDB**.

W uroczystości otwarcia Igrzysk wziął udział między innymi czterokrotny złoty medalista igrzysk olimpijskich, obecnie dyrektor Redakcji Audycji Sportowych Telewizji Polskiej **SA Robert Korzeniowski**, a także dyrektor Oddziału Totalizatora Sportowego Sp. z o. o. w Krakowie **Jan Karkowski**.

15 września, w restauracji „Pod Aniołami” w Krakowie odbyła się konferencja prasowa pn. „Sport – kultura – pomoc charytatywna”, w której wzięli udział między innymi: **dr Mirosław Roguski**, prezes Zarządu Totalizatora Sportowego Sp. z o. o., **Bogusław Kuglarz**, pre-

Szlak Wielkiego Papieża

Międzynarodowy spływ kajakowy rzeką Drawą w 50 rocznicę przepłynięcia tego szlaku przez biskupa krakowskiego Karola Wojtyłę

Szlak rzeki Drawy to jedna z najpiękniejszych i najbardziej atrakcyjnych dla kajakarzy tras turystycznych w Polsce. Rozpoczyna się na jeziorze Drawsko koło Czaplinka.

Przez 180 km wije się w bardzo urozmaiconym terenie. Raz przez wysoki, cienisty las, innym razem przez nasłonecznione pola. Płynie z wolna przez duże i małe jeziora, a czasami rwie jak górska rzeka. Na trasie trzeba ominąć pnie drzew, młyny i elektrownie wodne. Duża część szlaku wiedzie korytem Starej Drawy, jednym z niewielu fragmentów rzek o pierwotnym charakterze. Po

drodze rzeka omija teren Drawieńskiego Parku Narodowego, poligonu wojskowego wokół Drawsko Pomorskiego, po drodze mija liczne stacje wodne i pola namiotowe. Szlak kończy się w okolicach Krzyża przy ujściu rzeki do Noteci.

Odkrywał go dokładnie 50 lat temu, wraz z liczną grupą studentów, wykładowca etyki i teologii na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, przyszły biskup krakowski i następca na stolicy św. Piotra, ks. Karol Wojtyła, nazywany przez studentów Wujkiem.

Dla uczczenia tego jubileuszu w dniach 3 - 10 czerwca br. odbył się na

tym szlaku spływ kajakowy, w którym uczestniczyło 67 osób. Najstarszy uczestnik miał 65 lat, a najmłodszy 6. Osiemdziesięciokilometrową trasę uczestnicy pokonywali w zróżnicowanej aurze. Raz było bezchmurne niebo i świeciło piękne słońce, innym razem wiał porywisty wiatr, ale także doświadczali burzy na jeziorze Wilczkowie. Do mety wszyscy dotarli w dobrych humorach i zapowiedzieli swój udział w przyszłorocznym spływie.

Przed rozpoczęciem spływu odbyła się piękna uroczystość, a mianowicie odprawiona została msza św., został



Poświęcenie pomnika Jana Pawła II w Czaplinku, upamiętniającego 50 rocznicę przepłynięcia przez ks. Karola Wojtyłę wraz ze studentami szlaku kajakowego rzeką Drawą. Pomnik święci bp Kazimierz Nycz

odsłonięty, postawiony na nabrzeżu jeziora Drawskiego w Czaplinku pomnik Ojca Świętego Jana Pawła II. Zostało również nadane szlakowi kajakowemu imię Jana Pawła II. Mszy przewodniczył i pomnik poświęcił **bp Kazimierz Nycz**. W uroczystości udział wzięli inspektor Towarzystwa Salezjańskiego **ks. Zbigniew Lepko SDB**, burmistrz Czaplinka **Cyryl Turczyk**, liczną grono przedstawicieli władz samorządowych, a także firm i instytucji.

Wszystkich zainteresowanych uczestnictwem w przyszłorocznym spływie prosimy o kontakt ze Stowarzyszeniem Lokalnym Salezjańskiej Organizacji Sportowej w Czaplinku, z **Małgorzatą Turczyk** (094) 375 54 50. ■

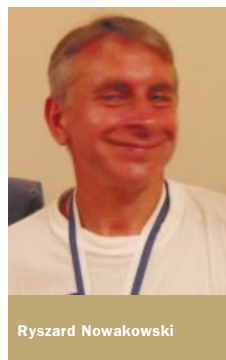
Polski Związek Weteranów Lekkiej Atletyki
San Sebastian – Hiszpania,
22.08-3.09.2005 r.

XVI Mistrzostwa Świata Weteranów Lekkiej Atletyki

Na Donostię (San Sebastian) jako gospodarza XVI Mistrzostw Świata w 2005 r. wskazała podczas General Assembly w 2001 r. w Brisbane większość delegatów. Cztery lata minęły bardzo szybko, tak samo jak mistrzostwa świata rozgrywane od 22 sierpnia do 3 września br. Do znanego od 150 lat kurortu, kulturalnej i turystycznej stolicy Kraju Basków Donostii (San Sebastian), zjechało w sumie prawie 6 000 zawodników (1 600 zawodniczek i 4 400 zawodników) z 90 krajów świata, w tym 50-osobowa ekipa z Polski.

W naszej ekipie wystartowało zaledwie 6 zawodniczek, co potwierdza tezę, że sport wyczynowy jest dla Polek zbyt męczący i za mało atrakcyjny. W zawodach, po raz pierwszy w historii, wzięli udział mężczyźni startujący w kategorii M35, często startujący jeszcze w gronie seniorów. W starciu z młodszymi, walczącymi nie tylko o sportowe trofea zawodowcami, nie mają oni większych szans. W przypadku startu w gronie mastersów-amatorów szansa na sukces jest dużo większa, ale nie gwarantowana. Uroczyste otwarcie tej największej na świecie imprezy lekkoatletycznej miało miejsce w hali kompleksu sportowego Anoeta. W poniedziałkowy wieczór, przy wypełnionych po brzegi trybunach, na arenę wkroczyli główni aktorzy lekkoatletyki-weterani.

Pod krótkiej ceremonii otwarcia i zapaleniu znicza w części artystycznej wystąpili baskijscy artyści, prezentując oryginalną muzykę i tańce ludowe. Następnego dnia do walki o medale przystąpili prawdziwi herosi - dziesięciobości i siedmioboistki, którzy przez 2 dni zmagali się z konkurentami, pogodą, a przede wszystkim ogromnym zmęczeniem. W konkurencjach tych tym razem zabrakło Polaków. Worek z medalami otworzył dla nas **Jerzy Przyborowski** (M75) z Radomia, który w skoku wżwyszył wywalczył srebrny medal, ustanawiając przy okazji rekord Polski. Jurek był o krok od zwycięstwa, ale drobny błąd taktyczny pozbawił go złota. Posypały się kolejne medale: srebrny **Andrzej Piąćkowski** (M55) z Warszawy i brązowy **Florian Kulczyński** (M55) z Kołobrzegu w rzucie ciężarkiem. W sumie nasza ekipa wywalczyła 24 medale, w tym 7 złotych, 9 srebrnych i 8 brązowych, co - zważywszy na wielkość naszej ekipy - jest bardzo dobrym wynikiem. Najlepszymi zawodnikami w naszej ekipie okazali się Andrzej Piąćkowski, zdobywca 2 złotych i 1 srebrnego medalu oraz Jerzy Przyborowski, który wywalczył 1 złoty i 2 srebrne medale. Lista medalistów oraz wyniki mistrzostw podane są na stronie internetowej www.weteranila.phg.pl. Należy zaznaczyć, że na mistrzostwa nie przyjechało, głównie ze względów



Ryszard Nowakowski



Mieczysław Rutyna

finansowych, wielu doskonałych zawodników: chodździarze **Janina i Mirosław Luniewscy**, skoczkowie **Stanisław Chmielewski i Stanisław Szydlowski**, miotacze **Kazimierz Jankowski i Jan Dec**, tyczkarze **Krzysztof Dziamski i Edward Korolko**, biegacze **Zbigniew Niczko i Kazimierz Kowalski**.

Wracając do mistrzostw warto podkreślić wprost niesamowitą ambicję i wolę walki jednego z najstarszych, a zarazem najlepszych polskich weteranów, startującego zawsze w barwach Polski, 74-letniego chodździarza **Mieczysława Rutynę** z Chicago. Podczas chodu na dystansie 20 km zaraz po starcie przewrócił się o wystającą kostkę brukową, niszcząc lewy but. Mocno poobijany kontynuował w ciągłym deszczu marsz i, pokonując kilkudziesięciu młodszych rywali, wywalczył brązowy medal. Na wyróżnienie zasługuje także **Ryszard Nowakowski** (M50) z Gliwic. Po kontuzji naderwania ścięgna Achillesa, której nabawił się podczas biegu na 200 m w czasie XV Mistrzostw Polski w Toruniu, mimo prawie miesięcznej przerwy w treningach, wywalczył w biegu na 400 m srebrny medal. Przy okazji wynikiem 53,70 s Rysiek ustanowił nowy rekord Polski. Według międzynarodowych tabel porównawczych (Age-graded tables) wynik ten odpowiada rezultatowi 46,50 s w kategorii seniorów. Kolejny medalista, "złoty" **Janusz Kociszewski** (M70) z Warszawy, wygrał bieg na 800 m, ustanawiając wynikiem 2 min 31 s kolejny rekord Polski. I nasz medalowy rodzynek - **Marianna Biskup** (W40) z Elbląga, która



Najliczniejszą obsadę zanotowano w kategorii W50 (kobiety), w której wystartowały 244 zawodniczki, oraz w kategorii M40 (mężczyźni), gdzie wystartowało 781 zawodników. W kategorii W35 wystartowały 222 zawodniczki, w kategorii M 35 - 277 zawodników.

W najstarszych kategoriach - ponad 90 lat - wystartowały 2 zawodniczki i 11 zawodników.

Najliczniejszą obsadę zanotowano w biegu na 200 m, w którym (kategorie W/M 35-90) wystartowały 252 zawodniczki i 612 zawodników.

W maratonie wystartowało 118 zawodniczek i 651 zawodników. Nowi mistrzowie świata weteranów nie muszą się wstydzić, startując w maratonach w kategorii open. Zwycięzca maratonu w kategorii M50, Japończyk Tani Yoshio, uzyskał



Andrzej Piąćkowski



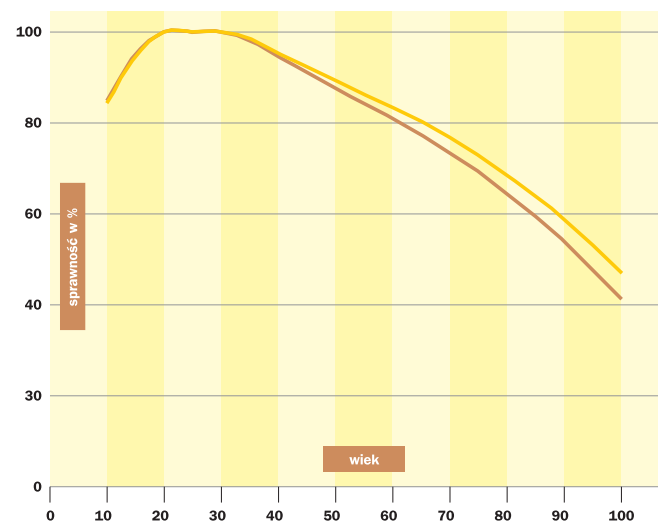
Jerzy Przyborowski



Janusz Kociszewski



Marianna Biskup



Sprawność (bieg na 100 m) kobiety i mężczyźni w zależności od wieku

■ mężczyźni
■ kobiety

czas 2 h 40 min, Włoch Luciano Acquareone (M70) - 3 h 19 min, a Fin Olli Kivioja (M80) - 5 h 25 min.

W biegu na 100 m wygrali kolejno: kat. M35 Brazylijczyk Oliveira Ricardo - 10,71 s, kat. M 40 Brytyjczyk Anthony Noel - 10,74 s, kat. M45 Allan Tissenbaum z USA - 11,23 s, w kat. M50 Brytyjczyk Stephen Peters - 11,48 s.

W Mistrzostwach Świata bierze udział coraz więcej byłych mistrzów świata i olimpiad. W ekipie amerykańskiej po raz pierwszy wystartował były mistrz olimpijski w trójskoku Willy Banks. Dotychczasowy rekordzista świata w kategorii M45, po trwającej do ostatniej kolejki walce, przegrał złoto i stracił rekord świata na rzecz znakomitego rywala z Niemiec, Wolfganga Knabe (M45). Niemiec w ostatniej kolejce skoczył 14,78 m (odpowiada wynikowi 17,12 m wśród seniorów), wyprzedzając Willy'ego Banksa zaledwie o 14 cm.

w silnie obsadzonym skoku w dal wywalczyła brązowy medal. Wynik 536 cm odpowiada wynikowi seniorki 656 cm. Na powyższe wyniki należy spojrzeć ze strony naszej sprawności fizycznej, która po przekroczeniu 35 roku życia systematycznie się obniża (patrz wykres).

Aż 5 medali wywalczyli nasi miotacze, potwierdzając tezę, że rzut miotłem jest najmocniejszą od lat polską specjalnością. Dodam, że polscy miotacze zdobyli łącznie 16 medali, potwierdzając przynależność naszych strongmenów do najlepszych na świecie.

Przez 12 dni stadiony tętniły życiem od rana do późnego wieczora, a zawodników gorąco dopinguje liczne grono kibiców. Za nami kolejne mistrzostwa, kilkanaście tętniących prawdziwym życiem dni zawodów, do których wszyscy zawodnicy przygotowywali się wyjątkowo starannie. Ale zawody to nie tylko starty i treningi. Wolny czas zawodnicy spędzili na pięknych plażach, z których najpiękniejsza to Playa de Laoncha. Piękny kompleks sportowy Anoeta klubu Real Sociedad de San Sebastian, piękne, piaszczyste plaże, barwne miasto oraz sympatyczni mieszkańcy.

Przez kilkanaście dni sportowcy opanowali miasto, darmowe przejazdy komunikacją miejską sprawiły, że weteranów było widać i słyszeć prawie wszędzie. Dlatego wszyscy chcielibyśmy tu jeszcze raz przyjechać. Nie tylko na zawody. Może także za 20 lat, jak to miało miejsce w przypadku gorących mistrzostw w tropikalnym, cudownym Puerto Rico? Na razie powiedzieliśmy "Hasta la vista Riccione!", gdzie spotkamy się już za niecałe 2 lata. Następne, XVI Mistrzostwa Świata rozegrane zostaną od 28 sierpnia do 9 września 2007 r. Kolejne, w roku 2009, odbędą się w Helsinkach.

W przyszłym roku czekają nas dwie bardzo ważne imprezy: II Halowe Mistrzostwa Świata (15-20 marca 2006 r., Linz-Austria) oraz XV Mistrzostwa Europy (19-30 lipca 2006 r.), które po raz pierwszy rozegrane będą w Polsce, w Poznaniu. Naszym marzeniem jest, by w tych prestiżowych zawodach wystartowało w barwach Polski jak najwięcej zawodniczek i zawodników. Czy jest to realne, już niedługo będziemy mogli się przekonać podczas przyszłorocznych halowych i letnich mistrzostw Polski. Do zobaczenia.

Janusz Nath
PZWLA

24 września 2005 r. już po raz ósmy odbył się Sierpecki Minimaraton, tym razem pod patronatem marszałka województwa mazowieckiego i starosty sierpeckiego.

VIII Sierpecki Minimaraton

Była to największa impreza biegowa, jaka odbyła się na terenie. Zorganizowało ją Ognisko TKKF „Kubuś” przy współudziale ZG TKKF, MTKKF w Warszawie, Rady Powiatowej LZS, Powiatowego SZS, Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu.

Biegowe zmagania rozpoczęły dzieci i młodzież nad sierpeckim jeziorkiem. Młodzi biegacze rywalizowali w dziesięciu kategoriach wiekowych po parkowych alejkach. Centralnie położone jeziorko nie pozwalało na skracanie trasy. Biegi odbywały się w zależności od wieku na dystansie od 200 do 1500 m.

Najbardziej emocjonujące były biegi dla przedszkolaków. Nauczni doświadczaniem lat poprzednich, kiedy zawodnicy potrafili zawrócić sprzed linii mety i pobiec w poszukiwaniu opiekunów, pozwoliliśmy na wspólne bieganie z dorosłymi. Wśród uczniów szkół podstawowych jak co roku bardzo silna ekipa reprezentowała Lubowidz oraz pobliski Golezdyn. Należy także wspomnieć o sierpczakach, którzy mimo wolnego dnia licznie stawili się na starcie. Z gimnazjalistów na szczególne wyróżnienie zasługują: **Kamila i Karolina Karnas** („Roszak” Solec Kujawski), **Justyna Tyburska** („Skrwa” Skwillo) oraz **Łukasz Olendrzyński** (TKKF „Kubuś” Sierpc), którzy nie zadowolili się dystansem 1500 m i wystartowali również w biegu głównym. Najlepsi młodzi biegacze wyróżnieni zostali pamiątkowymi pucharami, medalami, dyplomami. Wszyscy otrzymali soki i słodycze. Specjalne wyróżnienie z rąk prezesa **Jakuba Grodzickiego** dla najlepszej biegaczki trenującej w Klubie Biegacza Ogniska TKKF „Kubuś” otrzymała **Ewa Podgórska**.

Bieg główny wystartował punktualnie o 12.00. Zawodnicy biegli na dystansie ćwierć maratonu 10 548 m. Większa część trasy usytuowana została na terenie skansenu. Biegacze mieli do pokonania prawie pięć pętli z niedużym podbiegiem i dość stronnym zbiegiem. Trasa wiodła wzdłuż rzeki Sierpienicy, przez odrestaurowaną wieś typową dla terenu północnego Mazowsza, tzw. rzędówkę (zabudowa z XVIII-XX w.). Biegacze mi-

Bieg główny wystartował punktualnie o 12.00

jali również Sienkiewiczowskie Rozłogi, które kilka lat temu stanowiły tło filmu „Ogniem i mieczem”. Metę usytuowano pomiędzy karczmą a kuźnią.

Tytuł zwycięzcy z ubiegłego roku obronił **Mariusz Giżyński** z BOP TKKF Płock w czasie 37 min 2 s. II miejsce zajął **Kamil Poczwardowski** ze Szczutowa, III miejsce przypadło **Łukaszowi Kalaszczynskiemu** z BOP TKKF Płock.

Wśród kobiet triumfowała **Karolina Jarzyńska** z AZS AWF Wrocław. II miejsce wywalczyła **Anna Małkiewicz** z BOP TKKF Płock, trzykrotny zwycięzca Sierpeckiego Minimaratonu. Na trzecim miejscu podium stanęła **Dorota Pawłowska** z ZST Nowy Dwór Gdański.

Biegacze, którzy zajęli trzy pierwsze miejsca w kategoriach wiekowych nagrodzeni zostali medalami i nagrodami rzeczowymi. Ponadto każdy zwycięzca kategorii wiekowej otrzymał pamiątkowy puchar.

Nagrodzeni zostali również: najlepsza zawodniczka TKKF „Kubuś” (Sierpc) - **Ewa Czajkowska**, najlepszy zawodnik powiatu sierpeckiego - **Kamil Poczwardowski** (Szczutowo), najmłodszy zawodnik - **Rafał Chałupczyński** (Sierpc) 12 lat, najstarszy zawodnik - **Eugeniusz Malanowski** (BOP TKKF Płock) 77 lat, najstarsza zawodniczka - **Aleksandra Karaś** (Płock) 55 lat, VIII zawodnik w klasyfikacji generalnej - **Paweł Kaźmierczak**, XXV zawodnik klasyfikacji generalnej - **Łu-**

kasza Olendrzyński z TKKF „Kubuś” Sierpc (puchar z okazji 25-lecia powstania NSZZ Solidarność), nagrodę specjalną dla zawodnika, który przyjechał z najdalej położonej miejscowości od Sierpc otrzymała **Karolina Jarzyńska** z Wrocławia.

Po raz pierwszy odbył się Marsz Zdrowia dla osób trzeciego wieku. Najlepszym piechurem został **Andrzej Paczkowski**, otrzymał puchar prezesa ZG TKKF - **Mieczysława Borowego**, najlepsza z kobiet była **Anna Czarniecka**.

Wśród wszystkich uczestników biegów rozlosowane zostały nagrody niespodzianki.

Dziękujemy wszystkim, bez których VII Sierpecki Minimaraton nie doszedłby do skutku. Przede wszystkim sponsorom: Ministerstwu Edukacji Narodowej i Sportu, Urzędowi Marszałkowskiemu w Warszawie, Starostwu Powiatowemu, Sierpeckiemu Związkowi Gospodarczemu, Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej, Carlsberg Polska SA Browar Kasztelan, Spółdzielni Pracy „Jedność”, EMPEGEK-owi, Spółdzielni Mieszkaniowej Lokatorsko-Własnościowej, Zarządowi Osiedla Nr 4, Fitness Klub „STEP”, ZPO Marjoss, PHH Drukarni sp. z o.o. NSZZ Solidarność oddział w Sierpcu, Firmie Oświetleniowej BRILUX SA Nowa Iwniczna, Piekarni Jana. Dąbkowskiego Rękawczyni, firmie Calino Warszawa, Aleksandrze Obrębskiej - radnej Sejmiku Województwa Mazowieckie-

Uczestnicy OTRTW z Ogniska TKKF „Kubuś” w Sierpcu podczas Marszu Zdrowia. Grupę prowadzi na rowerze prezes ogniska Jakub Grodzicki



go, Mieczysławowi Borowemu - prezesowi ZG TKKF w Warszawie oraz patronom medialnym: TVP 3, Sierpeckiej Telewizji Kablowej, redakcjom „Życia Sierpca” i „Tygodnika Płockiego”. Podziękowania należą się Powiatowej Komendzie Policji, Państwowej Straży Pożarnej, wolontariuszom, a przede wszystkim biegaczom, którzy wzięli udział w VIII Sierpeckim Minimaratonie.

Jakub Grodzicki

Dokładne wyniki na stronie internetowej www.tkkf-kubus.prv.pl

**Obóz sportowo-
rekreacyjny „Biały Kieł”**
22-31 lipca, Błędowa

Szkoła maszerów

Do Błędowa koło Pomiechówka, 22-31 lipca, jak co roku zjechali młodzi maszerzy z całej Polski, uczestnicy obozu sportowo-rekreacyjnego pod namiotami, zorganizowanego przez Klub Sportowy „Biały Kieł”. Wzięło w nim udział dwadzieścioro siedmiorgo dzieci i młodzieży w wieku od 8 do 18 lat, nie tylko doświadczonych zawodników, ale także osób początkujących, zainteresowanych sportem psich zaprzęgów.

Przyjechali z Brus na Kaszubach, z Gdyni, Malborka, Bielawy na Opolszczyźnie, z okolic Kozienic i oczywiście z Pomiechówka. Tradycyjnie już uczestnikami obozu były też dzieci niepełnosprawne, które dzielnie uczestniczyły we wszystkich zajęciach. Pierwsze zaprzęgowe szlify zbierały także siostry zdobywcy dwóch biegunów – Jasia Meli – **Dorota i Agata Mela**.

Obóz pod namiotami, w „traperskich” warunkach, gdzie obozowicze samodzielnie, pod okiem instruktorów wykonują wszystkie prace, pełnią warty i dyżury – jest ogromną atrakcją, niosąc jednocześnie określone wartości wychowawcze.

Dni na obozie były bardzo urozmaicone. Pod



Chrzest – „psi posiłek”
Fot. Joanna Bednarska

czujnym okiem trenerów i instruktorów młodzi maszerzy nie tylko szlifowali umiejętności powożenia psimi zaprzęgami. Sport psich zaprzęgów wymaga dużej sprawności fizycznej i doskonałej kondycji, dlatego w programie obozu znalazły się treningi sztuki walki – prowadzone przez senseja ju-jitsu, treningi lekkoatletyczne, które zwłaszcza dla canicrossowców stanowią podstawę dobrych wyników. Uczestnicy obozu w ramach „odpoczynku” mieli też możliwość zakosztowania uroków jazdy konnej.

Chrzest – tor przeszkód
Fot. Joanna Bednarska



Chrzest – „zaprzęg”
Fot. Joanna Bednarska

Paulina uczestniczyła we wszystkich zajęciach i otrzymała prawdziwe maszerskie imię. Złożyła też hołd królowi, którym w tym roku był Lobo
Fot. Joanna Bednarska



Podczas obozu lekarz weterynarii prowadził zajęcia z zakresu podstaw anatomii i fizjologii psów, pierwszej pomocy w nagłych wypadkach, omawiał zasady prawidłowego żywienia i higieny psa.

Oprócz nauki prowadzenia psiego zaprzęgu, zawodnicy uczestniczyli w zajęciach z zakresu behawioru psów. Poznawali znaczenie poszczególnych zachowań psów, uczyli się obserwowania psiej „mowy ciała” i co należy zrobić w określonych sytuacjach, aby kontakt ze zwierzęciem był bezpieczny i aby młody zawodnik umiał w pełni zapanować nad psem.

Obóz był lekcją odpowiedzialności i tolerancji, uczył wrażliwości na potrzeby innych, a jednocześnie obowiązkowości. Każdy z uczestników obozu opiekował się powierzonym mu zwierzęciem. Ci, którzy mieli własne zaprzęgi często korzystali z wcześniej rozplanowanej i ustalonej pomocy uczestników, którzy psów nie mieli, wprowadzając ich jednocześnie w arkana sportu psich zaprzęgów.

Młodzież i dzieci niepełnosprawne uczestniczyły w zajęciach w miarę swoich możliwości, ale nie było dla nich za-



Obóz
Fot. Joanna Bednarska

jęć nieosiągalnych. Biegały, pływały, jeździły konno, opiekowały się psami i brały udział we wszystkich pracach obozowych – a w razie trudności zawsze mogły liczyć na życzliwą pomoc kolegów.

Pod koniec obozu nowi adepci sportu psich zaprzęgów przeszli „maszerski chrzest”. Każdy musiał wczuć się w sytuację swojego... psa. Ubrani w obroże i uprzęże, na czworakach pokonywali, z zawiązanymi oczami, tor przeszkód prowadzeni komendami przez starszych opiekunów. Kolejną konkurencją było jedzenie – bez pomocy rąk – z miski. Na koniec pozostał już tylko sprawdzian w „zaprzęgu młodych psów” i nadanie imienia połączone z ucałowaniem „króla”.

Dla wielu uczestników ze słabo sytuowanych rodzin nieodpłatne uczestnictwo w obozie stanowiło jedyną możliwość spędzania wakacji poza domem. Ciekawe i urozmaicone zajęcia sportowe są dla młodzieży formą zagospodarowania wolnego czasu, rozbudzania zainteresowań i pasji życiowych.



Hołd składany królowi
Fot. Joanna Bednarska

Pani od zdrowia, pan od wyglądu

Ośrodek szkolenia przy toruńskim TKKF w ciągu czterech lat wykształcił blisko tysiąc zawodowych instruktorów rekreacji

Polacy coraz bardziej garną się do rekreacji, chociaż w dalszym ciągu czynią to rzadziej niż mieszkańcy krajów zachodnich. Według tego, co mówią sami zainteresowani, przynajmniej połowa z nas deklaruje w miarę systematyczną aktywność fizyczną.

Nawet, jeżeli ogranicza się ona tylko do nie forsownych spacerów czy jazdy na rowerze, postęp i tak widoczny jest gołym okiem. Dbalność ludzi o własne zdrowie i atrakcyjny wygląd jest większa niż jeszcze parę lat temu. Potwierdzają to także statystyki Toruńskiego Związku TKKF. Co roku w imprezach organizowanych przez zarząd czy poszczególne ogniska, bierze udział kilkaset tysięcy ludzi. W 2003 roku uczestniczyło w nich ponad 450 tysięcy osób, zaś w ubiegłym roku 300 tysięcy. Obecny rok też zapowiada się optymistycznie. A w niedalekiej przyszłości tłumy na imprezach rekreacyjnych będą coraz większe. Zdaniem **dr Dominika Antonowicza** z Instytutu Socjologii Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu wiąże się to z modą na bieganie i zdrowy styl życia, która przywędrowała do nas z Zachodu.

- W Polsce w ciągu najbliższych lat dużo się będzie pod tym względem zmieniać - stwierdza dr Antonowicz w książce **Przemysława Łuczaka** „Herosi na trasie”, wydanej w tym roku staraniem Toruńskiego Związku TKKF. - Ludzie będą stawiać się coraz bardziej zamożni. Będą więc mogli poświęcać więcej czasu i pieniędzy

na aktywny wypoczynek. Będą chcieli prowadzić zdrowy styl życia. Aby jednak mogli te cele realizować, niezbędna jest rozbudowa infrastruktury sprzyjającej uprawianiu sportu.

Potrzeba instruktorów

Uzupełniając tę wypowiedź naukowiec należy jeszcze dodać, że trzecim warunkiem rozwoju masowej rekreacji - oprócz wzrostu zasobności naszych portfeli i zwiększenia ilości obiektów sportowych, jest zapewnienie dostatecznej ilości instruktorów, dobrze przygotowanych do organizowania imprez i prowadzenia systematycznych zajęć w salach, siłowniach, na basenach, itp. Oraz - co bardzo ważne - posiadających potwierdzone kwalifikacje do prowadzenia zorganizowanych zajęć w zakresie wychowania fizycznego, sportu i rekreacji ruchowej. Są to zatem osoby posiadające kwalifikacje zawodowe nauczyciela wychowania fizycznego, trenera, instruktora. Tego wymaga ustawa z 1996 roku o kulturze fizycznej. Kształcić zaś mogą takich ludzi nie tylko szkoły wyższe czy zakłady kształcenia nauczycieli, lecz również inne jednostki, pod warunkiem, że uzyskają zgodę Ministra Edukacji Narodowej i Sportu. Wśród instytucji, które takie uprawnienia otrzymały jest również Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej. Obecnie TKKF prowadzi w całej Polsce kursy instruktorów rekreacji ruchowej w aż 24 specjalnościach, od aerobiku i joggingu, poprzez jazdę konną i narciarstwo, aż po wspinaczkę skalną i żeglarsko. TKKF zresztą nie jest w szkoleniu instruktorów nowincjuszem, bowiem zajmuje się tym od ponad trzydziestu lat.

Przy toruńskim TKKF już od 1991 roku istnieje i bardzo dobrze funkcjonuje Toruńska Szkoła Instruktorów Rekreacji. Do dzisiaj zorganizowała 74 kursy, które ukończyło blisko tysiąc osób, z których prawie 80 % znalazło pracę w nowym zawodzie i uniknęło bezrobocia. Niektórzy uruchomili własne firmy, które dobrze radzą sobie na trudnym rynku usług rekreacyjnych.

- Należy pamiętać, że nasze kursy spełniają ogromną rolę społeczną - mówi **Ryszard Kowalski**, prezes Toruńskiego Związku TKKF. - Kształcą bowiem nie tylko doskonale przygotowanych do prowadzenia zajęć rekreacyjnych fachowców, lecz również, w wielu przypadkach, dają szansę na znalezienie atrakcyjnego zajęcia ludziom, którzy utracili zatrudnienie. Udaje nam się to dzięki temu, że posiadamy doskonale przygotowaną kadrę wykładowców. Są wśród nich wieloletni działacze TKKF, którzy niejednemu potrafilo zapalić do uprawiania rekreacyjnego sportu, są naukowcy z toruńskich i bydgoskich wyższych uczelni, są wreszcie wybitni specjaliści i trenerzy wielu dziedzin sportu. To oni sprawiają, że państwowe egzaminy końcowe zalicza aż 98 % uczestników naszych kursów. Otrzymują oni uprawnienia zawodowe Ministerstwa Edukacji Narodowej i

Sportu z tytułem instruktora rekreacji. Niektóre z kursów organizujemy na koszt urzędów pracy.

Kiedy w 1991 roku ówczesny ZW TKKF wraz z Towarzystwem Przyjaciół Serca i Życia oraz rejonowym Urzędem Pracy zorganizowały pierwszy kurs instruktorów profilaktyki wad postawy, zjawilo się blisko stu chętnych, w większości bezrobotnych. Aby wyłonić 25 osób, bo kształcenie tylko tylu mógł opłacić RUP, trzeba było przeprowadzić egzamin kwalifikacyjny. - Grupa ta po ukończeniu kursu zajęła się prowadzeniem ćwiczeń korekcyjnych dla części spośród 40 tysięcy toruńskich dzieci cierpiących na wady postawy - wspomina Ryszard Kowalski.

Za unijne pieniądze

Kursy organizowane przez TKKF bardzo wysoko oceniają toruńscy pedagodzy. Ich zdaniem, wypełniają one znakomicie lukę w polskim szkolnictwie. Przygotowują fachowców, którzy potrafią zabezpieczyć podstawowe potrzeby społeczne w szeroko pojętej kulturze fizycznej, czego nie potrafili robić absolwenci szkół średnich, a do czego nie potrzeba absolwentów szkół wyższych.

Obecnie Zarząd Miejski Toruńskiego Związku TKKF prowadzi nabór na kurs instruktora rekreacji ruchowej i instruktora sportu. Jeżeli powiodą się starania o pieniądze z Unii Europejskiej, uczestnicy nie będą musieli zapłacić ani złotówki.

- Staramy się pozyskać na ten cel pieniądze z Unii Europejskiej w ramach programu „Rozwój umiejętności powiązanych z potrzebami regionalnego rynku pracy i możliwości kształcenia ustawicznego w regionie” - dodaje Ryszard Kowalski. - Krótko mówiąc, chcemy dać mieszkańcom Torunia i regionu atrakcyjny zawód instruktora sportu. Uprawnienia, które będzie można zdobyć są respektowane we wszystkich krajach Unii Europejskiej i w związku z tym zdobyty na naszym kursie dokument wszędzie będzie honorowany. Chcąc jednak starać się o unijną dotację, musimy mieć zagwarantowaną odpowiednią liczbę uczestników kursu. Nadal czekamy na chętnych.

Przemysław Łuczak

W sprawie kursu należy kontaktować się z TKKF, Toruń, ul. Wielkie Garbary 2, tel. 652-21-68, e-mail: szkole-nia@maraton.pl

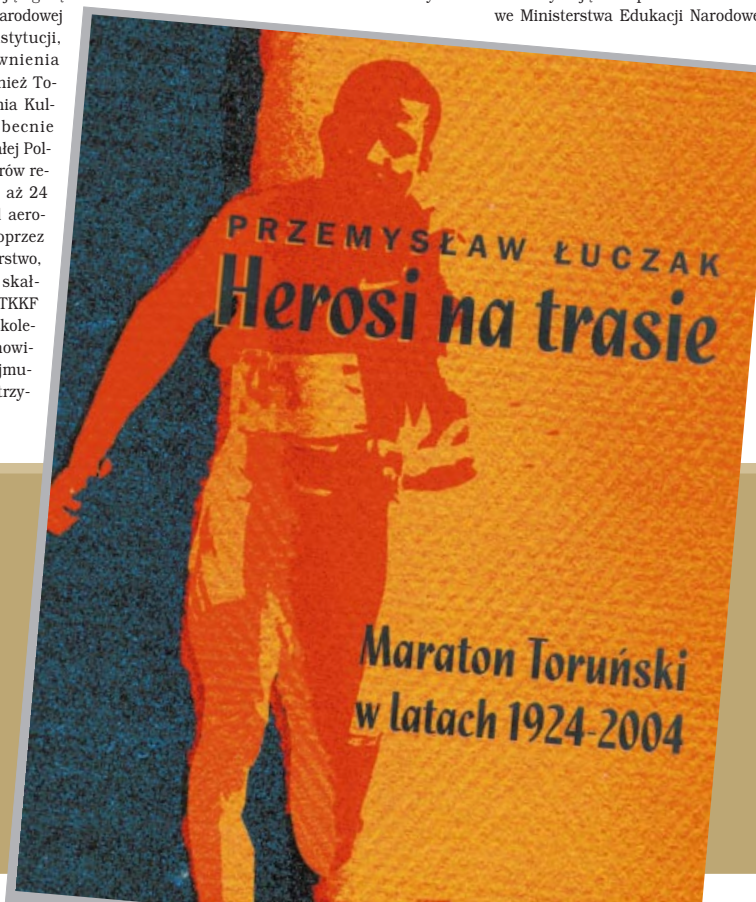
Herosi na trasie

Książka o maratonie Toruńskim

Maraton Toruński jest wyjątkowy, bo odbywa się w scenerii pełnej wspaniałych zabytków i pięknej przyrody. Maratończycy chętnie tu wracają. I właśnie dlatego, z jednej strony z powodu ludzi, którzy w nim biorą udział i go organizują, z drugiej zaś miejsca, w którym jest rozgrywany,

Maraton Toruński jest jednym z najciekawszych zjawisk ostatnich dziesięcioleci w polskim sporcie - pisze autor książki, toruński dziennikarz, Przemysław Łuczak.

W poszczególnych rozdziałach autor opowiada wydarzenia kolejnych



maratonów. Przytacza nie tylko wyniki, lecz również wypowiedzi zwycięzców i pokonanych, poczynając od pierwszego biegu rozegranego na trasie pomiędzy Chełmnem a Toruniem w 1924 roku. Osobny rozdział poświęcony jest ludziom maratonu, dzięki którym impreza się odbywa i cieszy coraz większym zainteresowaniem zawodników i kibiców. Całości

dopełniają liczne zdjęcia. Książkę można nabyć w Zarządzie Miejskim Toruńskiego Związku TKKF w Toruniu, ul. Wielkie Garbary 2, tel. (56) 652 21 68

Przemysław Łuczak, „Herosi na trasie. Maraton Toruński w latach 1924-2004”, Toruń 2005, s.118

Gry i zabawy są nieodłącznym atrybutem każdego wieku. Mówimy o nich jako o czymś oczywistym i bliskim, a wszelkie formy ludzkiego współżycia są nimi przeplatane.

Warcaby to nie tylko zabawa

Udział w grach i zabawach, dzięki oderwaniu od szarości powszechnego życia, sprawia nam przyjemność i mimowolnie uczy. Zabawy i gry ze swoją harmonią i rytmem są także źródłem przeżyć estetycznych.

Potrzebę wprowadzenia gier jako metody kształcenia na wszystkich szczeblach procesu edukacyjnego postulował wielokrotnie **Wincenty Okoń**, a także pedagodzy z jego szkoły dydaktycznej. W procesie szkolenia ważne są gry dydaktyczne – obejmujące zabawy stosowane w procesie kształcenia, co pozwala w zakresie pojęcia gier dydaktycznych, włączyć dziecięce zabawy w odgrywanie ról oraz rozgrywanie na planszy.

Gry symulacyjne to gry dydaktyczne, które obrazują istniejący fragment rzeczywistości. Ze względu na swój dynamiczny charakter należą do „gier wieloходowych”. Zasadniczą rolę odgrywają w nich ciągi ruchów wykonywanych w określonej kolejności przez graczy i stale dokonywane w tych ruchach wyboru.

Dydaktyczną funkcję gier pierwszy odkryli wojskowi. Swoje gry tworzyli po to, aby opanować sztukę zachowania się w złożonych sytuacjach konfliktowych.

Gry symulacyjne służą jako metoda kształcenia, forma działalności twórczej, a przede wszystkim jako narzędzie diagnozy

Warcaby znalazły miejsce także w literaturze. Pisali o nich Gloger, Wincenty Kadłubek. Nasz wieszcz, Adam Mickiewicz, napisał piękny poemat „Warcaby”, w którym wyjaśnił, że gra wymaga inteligencji, a także umiejętności strategicznego myślenia, i zachęcał do tej pięknej gry. „A jeśli niedojrzałej wiosny słotna pora, Lub skwar nas w domu zamknie, albo chłód wieczora, Czyż to piękną zabawę wynaleźć zabroni? Niechaj się czasem umysł i do gry nakłoni... Ale czyż duch wznioślejszy, pojętność niestaba, Takim lepiej rozmyślna przystoi Warcaba”

szkolnej. Wszystkie te działania gra może spełniać jednocześnie.

Człowiek jest twórcą gier od zamierzchłych czasów. Tworzył je w celu interesującego spędzenia czasu przy jednoczesnym zaspokojeniu potrzeby samorealizacji i sukcesu. Gry występują w najdawniejszych przekazach sporządzonych przez przedstawicieli prastarych społeczności. W starożytnym Egipcie, zgodnie z zapisami znalezionymi na papirusach, za czasów panowania faraona Tet grano w grę przypominającą warcaby, a w wykopaliskach odnaleziono tablicę, na której przedstawiona jest walka lwa z owcą (tablica znajduje się w Luwrze).

Warcaby to jakby mleczny brat szachów, bo przecież szachownica do gry w szachy i warcaby jest taka sama (może się różnić liczbą pól – jak w przypadku warcabów stupolowych). Warcaby trafiły do Europy prawdopodobnie ze Wschodu, przywiezione przez kupców lub rycerstwo wracające z wypraw krzyżowych. W Polsce już w XIV wieku gra była rozpowszechniona wśród mieszczaństwa i rycerstwa. Należała do umiejętności, które powinien znać każdy rycerz. Do czasu gdy Polak, **Maciej Żubr** wynalazł



Walka o pierwsze miejsce w 32. finale centralnym „O Kryształowy Kamień”
Fot. Maria Moldenhawer-Frej



Zwycięzcy 32. finału centralnego „O Kryształowy Kamień”
Fot. Maria Moldenhawer-Frej



Nasze nadzieje: najmłodsi zawodnicy w klasie orlików (do 10 lat)
Fot. Maria Moldenhawer-Frej

łazł w 1723 r. warcaby stupolowe, grano w warcaby klasyczne, 64-pole, popularnie zwaną grą w damkę.

Warcaby są grą bardzo popularną i powszechną w świecie, grają w nie wszyscy bez względu na wiek, pochodzenie, miejsce zamieszkania. Grają w nie w szkołach, klubach, ośrodkach kultury, wojsku. Odbywają się mistrzostwa regionalne, krajowe, międzynarodowe, światowe.

Nasuwa się pytanie, co jest przyczyną tak wielkiej popularności i zainteresowania grą w warcaby? Na podstawie wielolet-

nich doświadczeń osobistych autorki stwierdzić można, że popularność warcabów wynika między innymi z faktu, że są ogólnie dostępne dla wszystkich, bez względu na stan zdrowia. Ludzie niepełnosprawni, nawet niewidomi i słabo widzący grają w warcaby. Organizowane są mistrzostwa krajowe i międzynarodowe niepełnosprawnych. Biorą oni też liczny udział w grach ze zdrowymi zawodnikami. Dzięki obecności w świecie gier komputerowych warcaby stają się także coraz bardziej dostępne i popularną rozrywką.

Charakterystyczny dla człowieka instynkt walki, oczywiście z zachowaniem zasad fair play, może dzięki warcabom obracać się ku jego dobru i rozwojowi i dlatego można mówić, że warcaby nie tylko uczą, ale i spełniają funkcję resocjalizacji, pomagają zagospodarować czas wolny młodzieży, odciągając ją od chuligaństwa, od budek z piwem.

Istnieje silna zależność między uczestnictwem w grze w warcaby, a rozwojem osobowym zawodników, którzy wyrabiają i wzmacniają w sobie wzmoczoną koncentrację, podzielność uwagi, wyobraźnię przestrzenną, zdolność do długotrwałego wysiłku umysłowego (czas trwania partii jest bardzo różny – od 15 min dla zawodnika do 6 godzin w mistrzostwach międzynarodowych i świata).

Rozwój zdolności zapamiętywania i przewidywania skutków w grze, równowaga emocjonalna, hart psychiczny, odporność na stres w przypadku przegranej partii, poczucie odpowiedzialności i zdyscyplinowanie – to cechy rozwijane dzięki warcabom.

W Polsce w warcaby grają dzieci, młodzież, dorośli. Odbywają się mistrzostwa regionalne, krajowe, międzynarodowe. Polska była wielokrotnie organizatorem mistrzostw świata i Mistrzostw Świata Kobiet – dwukrotnie w Sandomierzu w 1982 roku i w Mińsku Mazowieckim w 1997 r. Pięciokrotnie organizowaliśmy mistrzostwa świata kadetów i juniorów, a trzykrotnie Młodzieżowe Mistrzostwa Europy. Nasi zawodnicy odnosili w nich sukcesy i tak **Ewa Minikina-Schalley** została wicemistrzynią świata kobiet, a **Ewa Siuda** mistrzynią świata juniorek i mistrzynią juniorek w Młodzieżowych Mistrzostwach Europy. Nasi najmłodsi zawodnicy startujący w klasie orlików (do lat 10) zdobywali tytuły mistrzowskie, a drużyna młodzieżowa w Mińsku Białoruskim zajęła drugie miejsce.

Są to sukcesy, którymi się chlubimy, mimo że na areny międzynarodowe weszliśmy stosunkowo niedawno. O polskich warcabistach mówi się i słyszy coraz częściej. Popularyzujemy więc polskie warcaby i gramy w nie wszyscy.

Maria Moldenhawer-Frej

Łącznicze MŚ niepełnosprawnych

Pięć medali, dwa srebrne i trzy brązowe zdobyli reprezentanci Polski w zakończonych 3 października łączniczych mistrzostwach świata osób niepełnosprawnych we włoskiej miejscowości Massa Carrara. Srebrne medale zdobyła drużyna mężczyzn oraz Alicja Bukanińska, a brązowe Tomasz Leżański i Piotr Sawicki oraz drużyna kobiet.

Wyniki rywalizacji MŚ 2005

Kobiety, konkurencja „stojąc”

Klasyfikacja indywidualna: 1. **Hwa-Sook Lee** (Korea Płd.), 2. **Alicja Bukanińska** (Polska), 3. **Bohdana Nikitienko** (Ukraina), 4. **Ołena Struk** (Ukraina), 5. **Małgorzata Korzeniowska** (Polska), 6. **Magali Comte** (Szwajcaria), 7. **Wiesława Wolak** (Polska), 8. **Lenka Kadetova** (Czechy); 13. **Małgorzata Olejnik** (Polska)
Drużynowo: 1. Japonia, 2. Czechy, 3. Polska, 4. Niemcy, 5. Ukraina

Mężczyźni, konkurencja „stojąc”

Klasyfikacja indywidualna: 1. **Serhij Atamanienko** (Ukraina), 2. **Imrich Lyocsa** (Słowacja), 3. **Tomasz Leżański** (Polska), 4. **Sakon Inkaew** (Tajlandia), 5. **Vladimir Majercak** (Słowacja), 6. **Syldys Churguy-ool** (Rosja), 7. **Juan Miguel Zarzuela** (Hiszpania), 8. **Philip Bottomley** (Holandia); 14. **Stanisław Joński** (Polska), 26. **Ryszard Olejnik** (Polska)
Drużynowo: 1. Korea Płd., 2. Polska, 3. Francja, 4. Włochy, 5. Hiszpania, 6. Słowacja, 7. Tajlandia, 8. Ukraina
Piotr Sawicki został brązowym medalistą w konkurencji W2, wygrywając z **Manuelem Candela** (Hiszpania) 100:95. 30. miejsce w mistrzostwach zajął **Janusz Bułyk**.

Konkurencja W2

Klasyfikacja: 1. **Hong-Gu Lee** (Korea Płd.), 2. **Mario Oehme** (Niemcy), 3. **Piotr Sawicki** (Polska), 4. **Manuel Candela** (Hiszpania), 5. **Young-Joo Jung** (Korea Płd.), 6. **Roman Hutnyk** (Ukraina), 7. **Wattana Martsuri** (Tajlandia), 8. **Stephane Gilbert** (Francja); 30. **Janusz Bułyk** (Polska)

Sport osób niepełnosprawnych

Wrocław Cup

Piotr Jaroszewski przegrał 11 września br. 5:7, 3:6 z najwyżej rozstawionym zawodnikiem, Szwedem Peterem Wikstroemem, w finale turnieju tenisistów na wózkach Wrocław Cup 2005 (z pulą nagród 7,5 tys. USD) z cyklu NEC Wheelchair Tennis Tour.

Jaroszewski jako jedyny z Polaków przeszedł we Wrocławiu pierwszą rundę w singlu. W finale debła Jaroszewski i Wikstroem zwyciężyli Słowaka Josefa Feliksa i Czecha Michala Stefanu (nr 2.) 6:1, 6:4.

Rywalizacja kobiet zakończyła się podwójnym zwycięstwem najlepszej z polskich tenisistek na wózkach Agnieszki Bartczak, która pokonała 6:0, 6:2 Agnieszkę Gidzińską-Jakubiak. W rywalizacji wzięło udział osiem zawodniczek, w tym siedem Polek. Oprócz reprezentantek gospodarzy grała Szwedka Anna Alenas, rozstawiona z dwójką. Odpadła jednak w pierwszej rundzie, po porażce 6:7 (5-7), 4:6 z Lucyną Skorupińską. Właśnie Skorupińska wygrała rywalizację deblistik w parze z Bartczak. ■

Puchar POFAMU w Płocku

W finałowym meczu tenisowego turnieju integracyjnego na wózkach w Płocku w cyklu o Puchar POFAMU Bogusław Głaz (ZSTTW Zielona Góra) pokonał klubowego kolegę Ryszarda Szczygła 6:3, 6:4. ■

Mistrzostwa Polski w tenisie na wózkach

Piotr Jaroszewski (IKT Płock) został 28 sierpnia we Wrocławiu mistrzem Polski w tenisie na wózkach. W finale pokonał w trzech setach Albina Batyckiego (Spartakus Koźmin Wielkopolski).

We wrocławskiej imprezie zabrało najlepszego polskiego tenisistę niepełnosprawnego Tadeusza Kruzelnickiego, narzekającego na kontuzję kregosłupa. W grze pojedynczej mężczyzn wystartowało 23 zawodników, a w grze pojedynczej kobiet 5 tenisistek, grających „każda z każdą”. Mistrzynią została w sobotę jedenaśta w rankingu światowym Agnieszka Bartczak (LOB Wrocław).

Po raz pierwszy mistrzostwa Polski w tenisie na wózkach zostały rozegrane w Płocku jesienią 1994 roku. Od 1995 roku ich gospodarzem jest Wrocław.

Wyniki finałów

Gra pojedyncza mężczyzn
Piotr Jaroszewski (IKT Płock) - Albin Batycki (Spartakus Koźmin Wielkopolski) 5:7, 6:0, 6:3

PŚ w szermierce na wózkach w hotelu Marriott

W Sali Balowej hotelu Marriott przez trzy dni rywalizowało 112 zawodniczek i zawodników z 16 krajów.

Do stolicy zjechali najlepsi na świecie niepełnosprawni szermierze. Dominowali Azjaci - rewelacyjni w atenijskich igrzyskach paraolimpijskich reprezentanci Hongkongu oraz Chińczycy. Pięć złotych medali zdobyli reprezentanci Hongkongu, czterech Chini i trzy Polaki. Wśród gospodarzy główne trofea wywalczyli: Dariusz Pender w szpadzie kategorii A, Adam Michałowski w szpadzie w kategorii B i Robert Wyśmierski w szabli w kategorii B.

Po raz piąty z rzędu International Wheelchair Fencing Committee powierzył Polsce przeprowadzenie tej prestiżowej imprezy. Turnieje dla niepełnosprawnych szermierzy organizuje w stolicy od 1993 roku Integracyjny Klub Sportowy IKS AWF. Od pięciu lat turnieje mają rangę Pucharu Świata.

Warszawskie zawody uświetniła obecnością przewodniczącą International Wheelchair Fencing Committee, Alberto Martinez Vassallo oraz sekretarz generalny International Wheelchair and Amputee Sports Federation, Maura Strange.

Finał gry podwójnej mężczyzn

Albin Batycki, Piotr Jaroszewski - Bogusław Głaz (ZSPTW Zielona Góra), Marcin Rogowski (Start Warszawa) 6:0, 7:5

Gra pojedyncza kobiet

Agnieszka Bartczak (LOB Wrocław) - Lucyna Skorupińska (ZSPTW Zielona Góra) 6:1, 6:0

1. Agnieszka Bartczak (LOB Wrocław)
2. Lucyna Skorupińska (ZSPTW Zielona Góra)
3. Judyta Olszewska (IKT Płock)

Gra podwójna kobiet

Agnieszka Bartczak, Lucyna Skorupińska - Judyta Olszewska (IKT Płock), Katarzyna Wojcieszak (Spartakus Koźmin Wielkopolski) 6:3, 6:2.

Medaliści:

Szpada kobiet A

1. Yo Chui Yee (Hongkong), 2. Zsuz Kranyjak (Węgry), 3. Fan Pui Shan (Hongkong), Wen Xin Zhang (Chiny)

Szpada kobiet B

1. Chan Yui Chong (Hongkong), 2. Ye Hua (Chiny), 3. Dani Gyongyi (Węgry), Sylvie Magnat (Francja)

Szpada mężczyzn A

1. Dariusz Pender (Polska), 2. Tariq Al-Qalaf (Kuwejt), 3. Radosław Stańczuk (Polska), Jian Quan Tian (Chiny)

Szpada mężczyzn B

1. Daoliang Hu (Chiny), 2. Robert Wyśmierski (Polska), 3. Alain Latreche (Francja), Qi Lu (Chiny)

Szpada mężczyzn C

1. Adam Michałowski (Polska), 2. Oleksy Sundijew (Ukraina), 3. Leszek Danisewicz (Polska), Dominik Rymer (Polska)

Floret kobiet A

1. Pui Shan Fan (Hongkong), 2. Chui Yee Yu (Hongkong), 3. Patricia Picot (Francja), Zsuzsa Krajnyak (Węgry)

Floret kobiet B

1. Yui Chong Chan (Hongkong), 2. Hua Ye (Chiny), 3. Sylvie Magnat

(Francja), Jing Jing Zhou (Chiny)

Floret mężczyzn A

1. Ru Yi Ye (Chiny), 2. Wei Wei Zang (Chiny), 3. Dariusz Pender (Polska), Tomasz Wasilewicz (Polska)

Floret mężczyzn B

1. Daoliang Hu (Chiny), 2. Charn Hung Hui (Hongkong), 3. Piotr Czop (Polska), Alim Latreche (Francja)

Floret mężczyzn C

1. Oleksy Sundijew (Ukraina), 2. Adam Michałowski (Polska), 3. Leszek Danisewicz (Polska), Dominik Rymer (Polska)

Szabla mężczyzn A

1. Andrea Pellegrini (Włochy), 2. Cyril More (Francja), 3. Tomasz Walisiewicz (Polska), Robert Citerne (Francja)

Szabla mężczyzn B

1. Robert Wyśmierski (Polska), 2. Laure Francois (Francja), 3. Charn Hung Hui (Hongkong), Piotr Czop (Polska)

Floret drużynowy

Mężczyźni

1. Chiny, 2. Polska, 3. Włochy i Hongkong

Kobiety

1. Hongkong, 2. Chiny, 3. Węgry i Francja; 5. Polska

Klasyfikacja medalowa

	zł.	sr.	br.	raz.
1. Hongkong	5	2	3	10
2. Chiny	4	4	4	12

3. Polska	3	3	10	16
4. Ukraina	1	1	0	2
5. Włochy	1	0	1	2
6. Francja	0	2	7	9
7. Węgry	0	1	3	4
8. Kuwejt	0	1	0	1

Dariusz Pender, pracownik banku PKO BP SA w Piasecznie pokonał w finałowej walce różnicą jednego trafienia 15:14 Tariqa Al-Qalafa z Kuwejtu. Zanim od 1996 roku poświęcił się na dobre szermierce, grał w koszykówkę i tenisa na wózkach. Inwalidą został w wrześniu 1977 roku, gdy miał trzy lata. W igrzyskach paraolimpijskich w Sydney zdobył złoty medal w szpadzie i srebrny z drużyną we florecie, a w Atenach trzy: srebrny z zespołem w szpadzie oraz brązowe we florecie indywidualnie i drużynowo.

Robert Wyśmierski po raz trzeci w karierze opuścił salę w Warszawie z Szablą Kilińskiego. Bliski był jeszcze jednego trofeum - w szpadzie, ale lepszy okazał się Chińczyk Daoling Hu, wygrywając 15:10. Robert Wyśmierski szermierkę na wózkach uprawia od sześciu lat. Rozpoczął w klubie na warszawskiej AWF, gdzie grupa niepełnosprawnych osób uczyła się posługiwać szablą, szpadą i floretem. Wyśmierski (ma sparalizowane obie nogi) zaledwie po kilku miesiącach ćwiczeń został wicemistrzem Europy w szpadzie. W olimpijskich turniejach w Sydney i Atenach nikt go nie pokonał w turnieju szablistów. ■

PŚ w siatkówce niepełnosprawnych

Polskie siatkarze uczestniczyli w rozgrywkach pucharu świata osób niepełnosprawnych w kanadyjskiej miejscowości Regina.

Reprezentacja Polski zajęła piątą miejsce, w ostatnim meczu pokonując reprezentację Rwandy 3:0 (25:4, 25:20, 25:14). W finale Kanadyjczycy zwyciężyli Niemców 3:0. W meczu o brązowy medal broniąca tytułu Słowacja wygrała z Kambodżą 3:0. Polska przegrała z Kanadą 0:3 (10:25, 11:25, 24:26), z trzykrotnymi złotymi medalistami igrzysk paraolimpijskich Niemcami 0:3 (23:25, 23:25, 20:25) oraz nieoczekiwanie z Kambodżą 1:3 (25:20, 22:25, 16:25, 21:25).

Za najlepszego zawodnika atakującego został uznany Piotr Moszczyński (IKS Atak Elbląg).

Reprezentacja Polski występowała w składzie: Czesław Humerski (kapitan), Łukasz Zieliński, Krzysztof Wężyk (wszyscy Start Łódź), Adam Zawisław, Kamil Gregorczyk, Kamil Kowalewski (KSN Start Warszawa), Bartłomiej Synowiec, Michał Wypych (obaj Start Zielona Góra), Artur Wąsowicz (Start Impel Wrocław), Piotr Moszczyński (IKS Atak Elbląg). Zespołem opiekował się trener Zygmunt Góra. ■

Orlen Polish Open w tenisie na wózkach

Tadeuszowi Kruzelnickiemu (SKT Konstancin Jeziorna) nie udało się 1 lipca wygrać po raz czwarty w karierze turnieju w tenisie na wózkach Orlen Polish Open w Płocku.

W finale Kruzelnicki, najwyżej rozstawiony zawodnik, przegrał 6:7 (4-7), 2:6 ze Szwedem Peterem Wikstroemem, 13. zawodnikiem na świecie. Kruzelnicki grał w finałach płockiej imprezy nieprzerwanie od 2000 roku, a wcześniej osiągnął tę fazę w 1998 roku, trzykrotnie wygrywał turniej, w latach 2001-02 oraz w 2004 roku.

Wśród kobiet triumfowała Agnieszka Bartczak pokonując Szwedkę Annę Alenas 6:2, 7:6 (7-1).

W finale gry podwójnej Kruzelnicki i Szwed Josef Felix przegrali z parą szwedzką Wikstroemo i Nicklas Larsson 1:6, 5:7. ■

Sport na wsi

Krajowe Zrzeszenie LZS

Czym jest Para- fiada?

Ruch parafiadowy powstał i rozwija się na bazie autorskiego programu Zakonu Pijarów Parafiada. W 1992 r. zakon powołał Stowarzyszenie Parafiada im. św. Józefa Kalasancjusza.

Stowarzyszenie na bazie parafiadowej triady, zaczerpniętej z tradycji antycznych igrzysk (stadion-teatr-świątynia), od początku realizuje liczne programy we współpracy ze szkołami, parafiami, seminariami, akcją katolicką, klubami, domami dziecka, świetlicami, a także z władzami oświatowymi, kościelnymi i samorządowymi w Polsce i poza granicami.

Stowarzyszenie Parafiada jest organizacją „pożytku publicznego”, która od początku prowadzi działalność edukacyjną, wychowawczą i charytatywną na rzecz dzieci i młodzieży, szczególnie ze środowisk dotkniętych biedą materialną i marginalizacją. Czyni to między innymi przez pomoc charytatywną, organizowanie parafii i wolontariatu, obozów parafiadowych i kolonii, warsztatów, międzynarodową wymianę młodzieży, pomoc rodakom na Wschodzie, szkolenia, seminaria, wydawnictwa.

Działalność ta zyskała szeroką akceptację i uznanie. Stowarzyszenie jest Laureatem Konkursu na najlepszą inicjatywę obywatelską Pro Publico Bono 2003 w kategorii inicjatyw edukacyjnych. Parafiada została nagrodzona Totus 2004 za osiągnięcia w dziedzinie promocji człowieka,

Zrzeszenie według danych statystycznych za 2004 rok prowadzi działalność w 8189 ogniwach podstawowych i 3579 klubach sportowych. Skupia ponad 285 tys. członków w tym ponad 145 tys. w klubach sportowych. Organizuje ponad 120 tys. imprez sportowych i turystycznych dla ponad 5 milionów uczestników.

Rada Główna Zrzeszenia LZS wspólnie z Radami Wojewódzkimi i klubami realizuje program działania, celem którego jest udostępnienie szerokim rzeszom mieszkańców wsi uczestnictwa w zajęciach sportowo-rekreacyjnych, a młodzieży umożliwić dostęp do sportu i realizację aspiracji w różnych dyscyplinach sportu.

Do wiodących zadań realizowanych rocznie przez Zrzeszenia LZS należą:

Ogólnopolski Turniej Chłopców i Dziewcząt „Piłkarska Kadra CzeKa” im. Stanisława Tymowicza

To najbardziej popularny turniej piłkarski w Zrzeszeniu dla młodzieży do lat 16, organizowany w układzie eliminacji gminnych, rejonowych i powiatowych, wojewódzkich, międzywojewódzkich i finału. Stałej popularności turnieju sprzyja sprawna organi-

zacja rozgrywek oraz fakt, że piłka nożna jest najbardziej powszechną dyscypliną w środowisku wiejskim. W ostatnich latach uczestniczyło w różnych rozgrywkach coraz więcej drużyn dziewczęcych.

W 2005 roku w turnieju chłopców udział wzięło prawie 3000 drużyn a wśród dziewcząt 400.

Ogólnopolskie Igrzyska LZS

Igrzyska LZS są najważniejszą imprezą realizowaną w ramach rządowego „Programu na rzecz rozwoju kultury fizycznej w środowisku wiejskim”. Po raz pierwszy odbyły się w 1997 roku i od tego czasu na stałe weszły do kalendarza imprez Zrzeszenia LZS.

Igrzyska, w swoich założeniach są podsumowaniem działalności Zrzeszenia mającego na celu upowszechnianie aktywności fizycznej mieszkańców wsi. Oprócz rywalizacji sportowej liczy się w nich przede wszystkim uczestnictwo.

W 2004 roku Igrzyska zostały rozegrane na obiektach sportowych Ośrodka Przygotowań Olimpijskich w Spale, w dniach 26 – 27 sierpnia. Uczestniczyło w nich 2 166 osób z 16 województw. W 2005 roku Igrzyska rozegrane zostały w Kielcach, w dniach

24 – 26.08. Uczestniczyło w nich ok 2 000 osób. Finał ogólnopolski poprzedzony jest systemem eliminacji od szczebla gminnego do wojewódzkiego.

Równocześnie w cyklu dwuletnim rozgrywane są Igrzyska Młodzieży Szkolnej LZS. W bieżącym roku wzięła w nich udział młodzież z ponad 500 szkół, a finały, w dniach 17 – 19.06, rozegrano w Pile z udziałem 1 950 uczestników.

Ilość	Akcji	Dyscyplin	Uczestników	Zawodników	Towarzyszących
Mistrzostwa	18	9	3895	3031	864
Zgrupowania	23	7	812	723	89
Razem	41	16	4707	3754	953

Rywalizacja odbywa się w 7 dyscyplinach: lekkiej atletyce, podnoszeniu ciężarów kobiet i mężczyzn, zapasach kobiet i mężczyzn, tenisie stołowym, kolarstwie MTB i szosowym oraz bloku konkurencji rekreacyjnych, turystyce i bloku konkurencji integracyjnych dla zawodników niepełnosprawnych.

Sport młodzieżowy

Organizowane przez Radę Główną Zrzeszenia LZS imprezy mistrzowskie i zgrupowania centralne stanowią system szkolenia uzupełniający system państwowy. Podczas obozów szkoleniowych doskonalone są podstawowe cechy motoryczne oraz technika i taktyka walki sportowej. Terminy imprez są tak dobierane, aby

w 123 „Wiodących Klubach Sportowych” oraz 615 szkolnych w 78 Ośrodkach Szkolenia Sportowego.

Inne formy aktywności

Do innych powszechnych działań prowadzonych w skali całego kraju należy turniej szachowy o „Złotą Wieżę”, różne formy działalności na rzecz osób niepełnosprawnych w środowisku wiejskim, kolonie i obozy dla dzieci i młodzieży m.in. z terenów popegeerowskich, turystyka i krajoznawstwo.

Wiele z naszych jednostek organizacyjnych prowadzi współpracę międzynarodową m.in. w ramach ISCA. Na wszystkich szczeblach działania Zrzeszenie prowadzi szeroką działalność szkolenia kadr w tym wolontariuszy i organizatorów. W oparciu o te kadry realizowany jest od trzech lat program „Organizator sportu dzieci i młodzieży oraz sportu osób niepełnosprawnych w środowisku wiejskim”. Istotnym elementem działalności Zrzeszenia są inicjatywy lokalne charakterystyczne dla danego środowiska nawiązujące do jego tradycji.

Wacław Hurko

Z-ca Przewodniczącego Rady Główniej Krajowego Zrzeszenia LZS

pomocy charytatywnej i pracy edukacyjno-wychowawczej.

Uniwersalna formuła Parafiady w roku 2005, zawarta w projekcie „Ruch Rzeźbi Umysł, Serce i Ciało” zyskała kolejny raz międzynarodowe uznanie i włączona została jako polska inicjatywa w Kalendarz Międzynarodowego Roku Sportu i Wychowania oraz Europejskiego Roku Edukacji Obywatelskiej.

Michał Araszkiewicz

redaktor prasowy Stowarzyszenia Parafiada

STOWARZYSZENIE PARAFIADA

Stowarzyszenie Parafiada im. św. Józefa Kalasancjusza, prowadząc działania w ramach ogłoszonego przez Organizację Narodów Zjednoczonych Światowego Roku Edukacji poprzez Sport 2005 – aktywnie rozszerzając swe kontakty - zaprasza do udziału w realizacji programu Parafiada 2006 organizowanego pod hasłem: „Ruch Rzeźbi Umysł, Serce i Ciało”

Główne cele nawiązania kontaktów:

- rozszerzenie międzynarodowej wymiany młodzieży: uczestnictwo w obozach, koloniach i warsztatach; turnusy 10- i 14-

- dniowe organizowane w kilkunastu ośrodkach wypoczynkowych w Polsce, nad morzem, w górach i nad jeziorami;
- realizacja działań edukacyjnych, profilaktycznych i wychowawczych poprzez współzawodnictwo sportowe dzieci i młodzieży;
- nieformalna edukacja poprzez sport coraz szerszych grup młodzieży;
- popularyzacja idei programu Parafiady.

Proponowane formy aktywności:

- wprowadzenie programu Parafiadowego w środowiskach lokalnych;

poprzedzały ogólnopolskie imprezy główne w poszczególnych grupach wiekowych. Lokaty i wyniki uzyskiwane podczas mistrzostw Zrzeszenia LZS są jednym z kryteriów powoływania zawodników na zgrupowania Zrzeszenia LZS.

Stanowią etap szkoleniowy dla około 10 tys. zawodników szkolnych

- aktywny udział w programie finałów Parafiady;
- uczestnictwo w programie międzynarodowej wymiany młodzieży;
- udział w sympozjum „Ruch Rzeźbi Umysł i Ciało” 27 listopada 2005 r. w Warszawie;
- wolontariat międzynarodowy;
- pozaszkolne zajęcia sportowe;
- szkolenia i warsztaty.

Program skierowany jest do liderów, animatorów lokalnych środowisk skupiających młodzież (także grup nieformalnych), szkół,

młodzieżowych klubów sportowych, parafii, organizacji pozarządowych działających na rzecz dzieci i młodzieży, innych środowisk i instytucji pracujących z dziećmi i młodzieżą.

Szczegółowe informacje dotyczące przystąpienia do projektu:

Stowarzyszenie Parafiada im. św. Józefa Kalasancjusza; 00-704 Warszawa, ul. Gwintowa 3, (22) 651 07 01, Michał Araszkiewicz, parafiada@pijarzy.pl, michal.araszkiewicz@parafiada.pl, www.parafiada.pl, www.unic.un.org.pl

Uczniowski Klub Sportowy „Olimp” Grodków
(woj. opolskie; pow. brzeski)

Prezentacja dobrych praktyk cz.2

Klub UKS „OLIMP” Grodków został rekomendowany przez Związek Piłki Ręcznej w Polsce w związku z sukcesami sportowymi w grupach młodzieżowych i dużą aktywnością organizacyjną. W punktacji Systemu Sportu Młodzieżowego w 2003 r. klub uplasował się na wysokim 15 miejscu wśród klubów rywalizujących w piłce ręcznej mężczyzn.

Od 1980 r. przy klubie bardzo prężnie działa **Klub Olimpijczyka**, zarejestrowany w Polskim Komitecie Olimpijskim z nr 7 (na 162 kluby). To jeden z pierwszych tego typu klubów w Polsce. W 2005 r. Klub Olimpijczyka będzie obchodził Jubileusz 25-lecia, a kulminacją rocznicowych obchodów będzie Ogólnopolski Sejmik Klubów Olimpijczyka organizowany właśnie w Grodkowie.

Geneza klubu

Od 1972 r. klub funkcjonował jako Szkolny Klub Sportowy, od 1995 r. zmienił nazwę na Uczniowski Klub Sportowy. Perspektywą klubu to walka o awans do II ligi seniorów w piłce ręcznej mężczyzn w sezonie 2005/06.

Sekcje, członkowie

Piłka ręczna - 60 chłopców (różne kategorie wiekowe), koszykówka - 50 osób (chłopcy i dziewczęta), piłka nożna - jako gra uzupełniająca do piłki ręcznej.

Zarząd

■ prezes: **Andrzej Bujak** - menadżer sportu, rodzic,
■ sekretarz: **Marek Bloch** - nauczyciel wychowania fizycznego, trener piłki ręcznej, menadżer sportu, rodzic,
■ członkowie zarządu: **Jan Porębski** - rodzic, **Marek Antoniewicz** - burmistrz Grodkowa, były nauczyciel wychowania fi-

zycznego, **Zdzisław Zielonka** - trener I klasy w piłce ręcznej, radny Grodkowa, menadżer sportu

Profil działalności

Od początku rekreacja, zabawa w piłkę ręczną, później sportowa rywalizacja, dzięki której w klubie wychowało się kilku reprezentantów kraju.

Miejsce prowadzenia działalności

Szkoła Podstawowa nr 3 w Grodkowie - sala gimnastyczna, kompleks boisk przy szkole, sala Ośrodka Sportu i Rekreacji w Grodkowie.

Koszty wynajmu obiektów

W ramach współpracy ze szkołą klub nie ponosi kosztów wynajmowania sali gimnastycznej. Hala OSiR również udostępniana jest bezpłatnie w ramach godzin, które przysługują liceum.

Posiadane środki trwałe i sposób ich pozyskania

Klub posiada 30 piłek i 2 komplety bramek do piłki ręcznej otrzymane z MENiS. Ze sprzętu korzystają członkowie UKS i uczniowie szkoły. Dzięki sponsorom zakupiono piłki, obuwie, stroje sportowe. Zakupy sprzętu są też możliwe dzięki dużemu zaangażowaniu rodziców.

Współpraca ze szkołą

Współpraca układa się dobrze, klub korzysta z obiektów szkoły - boisk i sali gimnastycznej. Zawodnikami są głównie uczniowie szkoły. Dla szkoły podstawowej i średniej klub zdobył 31 razy mistrzostwo województwa, 21 razy 2 miejsce, 18 razy 3 miejsce. Sprzęt UKS znajduje się w szkole. Od roku 2000 przy liceum powstała klasa sportowa o profilu piłki ręcznej chłopców, której wychowawcą jest **Ryszard Krok**. a zajęcia sportowe w tej klasie prowadzi nauczyciel wychowania fizycznego **Zdzisław**



Od lewej: prezes UKS OLIMP - Andrzej Bujak i trener piłki ręcznej - Zdzisław Zielonka

10 lat Uczniowskich Klubów Sportowych

W ubiegłym roku obchodziliśmy Jubileusz 10-lecia funkcjonowania w Polsce systemu Uczniowskich Klubów Sportowych oraz realizacji skierowanego do tych klubów programu pn. „Sport Wszystkich Dzieci”, finansowanego ze środków pochodzących z dopłat do stawek w grach liczbowych, zgodnie z zapisami ustawy z dnia 29 lipca 1992 roku o grach losowych i zakładach wzajemnych (Dz. U. z 2004 r. Nr 4, poz. 27 i Nr 273, poz. 2703). Była więc doskonała okazja aby podjąć różnorodne działania zmierzające do dokonania oceny działalności tych klubów.

Jeden z takich programów badawczych realizowany był na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej i Sportu przez zespół Katedry Teorii i Metodyki Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach pod kierunkiem dr

Rajmunda Tomika. Na łamach biuletynu „Sport dla Wszystkich” (nr 2/2004) przedstawiono fragment wyników sondażu diagnostycznego UKS przeprowadzonego wśród wszystkich klubów zarejestrowanych w Departamencie Sportu Powszechnego MENiS. Obecnie pragniemy przedstawić Państwu działalność wybranych klubów uczniowskich, które z różnych przyczyn wyróżniają się w swoim środowisku. Są to fragmenty przygotowanej do wydania obszernej publikacji dotyczącej działalności UKS. W poprzednim numerze Biuletynu (2/2005) prezentował się UKS „Spyw” Sromowce Wyżne. W bieżącym przedstawiamy kolejny klub: **UKS „Olimp” Grodków**.

W celu zaprezentowania „dobrych praktyk” w UKS opracowany został arkusz hospitacji klubu zawierający zagadnienia i

pytania, dzięki którym możliwe było zwięźle i porównywalnie ukazanie istotnych elementów charakterystycznych dla działalności każdego z nich. Hospitacje odbyły się w listopadzie i grudniu 2004 r. Ankietami byli studenci i pracownicy AWF w Katowicach, gdzie w Katedrze Teorii i Metodyki Wychowania Fizycznego prowadzone są od kilku lat szeroko zakrojone badania uczniowskich klubów sportowych. Przedstawienie różnorodnych inicjatyw być może zainspiruje członków i działaczy UKS do wprowadzenia w swoich klubach podobnych, sprawdzonych i skutecznych rozwiązań, co może przyczynić się do lepszego i bardziej efektywnego ich funkcjonowania. W następnych numerach Biuletynu przedstawimy kolejne kluby: **SKS „Jan-tar” Racot** oraz **UKS „Świerkianiec”**.

Współpraca z organizacjami kultury fizycznej

Klub utrzymuje systematyczne kontakty z klubami piłki ręcznej z Holandii, Niemiec i Słowacji.

Finanse klubu

■ Przychody: w 2003 r. - budżet klubu wyniósł 17 000 złotych;
■ Źródła przychodów: 10 000 - samorząd, 2 500 - MENiS, 4 000 - sponsorzy i rodzice.
■ Wydatki: realizacja kalendarza imprez. Księgowość: księgowa liceum prowadzi

księgowość klubu społecznie.

Sukcesy sportowe

■ 2002 r.: zespół piłki ręcznej zajął 5 miejsce w Światowych Igrzyskach Młodzieży Szkolnej (Saloniki-Grecja);
■ sezon 2002/2003: 1 miejsce w Lidze Wojewódzkiego Szkolnego Związku Sportowego (liceliada), 1 miejsce w lidze wojewódzkiej Okręgowego Związku Piłki Ręcznej (juniorzy), 1 miejsce w lidze wojewódzkiej OZPR (juniorzy młodszy), 5 miejsce w Mi-



UKS Olimp - VIII miejsce w Mistrzostwach Polski Juniorów w piłce ręcznej (Kielce 2005)



Prawoskrzydłowy UKS OLIMP - Michał Białożyty (żółto-czerwona koszulka)

strzostwach Polski Juniorów w ramach Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży;
■ sezon 2003/2004: 1 miejsce w Lidze Wojewódzkiego SZS (liceliada), 2 miejsce w lidze wojewódzkiej OZPR (juniorzy), 3 miejsce w ćwierćfinale Mistrzostw Polski Juniorów.

Sukcesy organizacyjne

Organizacja „Pikników Olimpijskich”, zespół UKS rozgrywa mecze pokazowe z zaproszoną drużyną I ligową lub z byłymi olimpijczykami, a po meczach odbywają się festyny sportowo-rekreacyjne, organizacja memoriału im. Tadeusza Haładyna.

Sukcesy wychowawcze

UKS pozwala się wybić ambitnym zawodnikom, jest szansą wyjazdu poza Grodków (np. na studia), dzięki UKS skutecznie realizowany jest proces „wychowania poprzez sport”. Informacje o działalności klubu uzyskano od prezesa klubu Andrzeja Bujaka - menadżera sportu oraz rodzica zawodnika UKS.

Rajmund Tomik (AWF w Katowicach)
Wojciech Kudlik

(Departament Sportu Powszechnego, Ministerstwo Sportu)

Dane adresowe

UKS „Olimp” Grodków,
49-200 Grodków, ul. Sienkiewicza 29,
woj. opolskie, powiat brzeski;
tel./fax (0-77) 415-54-61,
e-mail: olimpgrodkow@interia.pl

VI Mistrzostwa Europy w Kajak-Polo
Madryt, Hiszpania, 7-11 września 2005 r.

Polacy rewelacją mistrzostw

W stolicy Hiszpanii, Madrycie, odbyły się VI Mistrzostwa Europy Seniorów i III Młodzieżowe Mistrzostwa Europy do lat 21 (U-21) w Kajak-Polo. Uczestniczyli w nich przedstawiciele 15 państw. Reprezentacja Polski – składająca się tylko z zespołów młodzieżowych U-21 kobiet i mężczyzn – wykazała się niezwykłą skutecznością, zdobywając po raz pierwszy w historii medale Mistrzostw Europy.

Przed wyjazdem po cichu liczyliśmy na sukces prowadzonego przez trenera **Marka Głomskiego** zespołu kobiet, w którym znalazły się trzy doświadczone zawodniczki klubu UKS „Kormoran” Bydgoszcz, wicemistrzyni świata U-21 z roku 2002 (Essen). Bardzo optymistyczne i, jak się nam wydawało, nie do końca uzasadnione założenie wyników dla zespołu męskiego to zajęcie VI miejsca i uzyskanie awansu do przyszłorocznych mistrzostw świata. Budowanie tego zespołu trener **Dariusz Pilarz** (na co dzień pracujący w klubie UKS „SET” Kaniów) rozpoczął już w 2001 roku, przygotowując męską reprezentację U-21 do Mistrzostw Europy, których gospodarzem było miasto Bydgoszcz. Wtedy, pomimo ambitnej postawy i momentami niezłej gry, Polacy zajęli ostatnie, 9. miejsce. Trochę lepiej było dwa lata później (ME w Kilkock – Irlandia), gdzie na 11 zespołów Polacy zdołali wywalczyć 8. miejsce. Przez tych kilka lat zespół nabrał doświadczenia, zmętniał, systematycznie podnosił umiejętności i był uzupełniany nowymi zawodnikami.

Ze był to właściwy kierunek, przekonał się już podczas pierwszego meczu tegorocznego turnieju ME. Polacy wprawdzie przegrali z Niemcami (Mistrz Świata 2002, Mistrz Europy 2003) 5:8, ale zmusili przeciwników do sporego wysiłku. Podobnie było w meczu z Wielką Brytanią (3. m. ME 2003), też przegranym 1:4. Nasi zawodnicy wnieśli się na wyżyny swoich możliwości w meczu z Włochami (Wicemistrz Świata 2004). Mieli wyraźną przewagę i prowadzili do ostatniej minuty. Włosi z trudem uratowali remis, ale z grupy wraz z W. Brytanią i Niemcami wyszli Polacy, m.in. dzięki wysokiemu zwycięstwu nad Portugalią 10:4.

W drugiej rundzie znów trafiliśmy na W. Brytanię i mocną Holandię (Wicemistrz Świata 2002). Polska nieznacznie

Niespodzianka w meczu z Holandią. Po doskonałej grze Polacy („biało-czerwoni”) remisują 4:4; o piłkę walczy Borys Zubczewski nr 1

Mecze polskich zespołów

U-21 Mężczyzn Eliminacje:

Polska – Niemcy 5:8; bramki dla Polski: Jakub Maślak – 4, Łukasz Dudziński

Polska – Włochy 3:3 bramki dla Polski: Bartek Okraśiński – 2, Tomasz Molenda

Polska – W. Brytania 1:4 bramka dla Polski: Tomasz Molenda

Polska – Portugalia 10:4 bramki dla Polski: Jakub Cymerman – 3, Tomasz Molenda – 2, Bartek Okraśiński, Borys Zubczewski,

Łukasz Dudziński, Paweł Michalec, Jakub Maślak

II runda:
Polska – W. Brytania 5:6 bramki dla Polski: Jakub Maślak – 3, Jakub Cymerman, Bartek Okraśiński

Polska – Holandia 4:4 bramki dla Polski: Paweł Michalec – 2, Jakub Maślak, Łukasz Dudziński

Półfinał:
Polska – Francja 2:3 bramki dla Polski: Jakub Maślak, Borys Zubczewski (Francja zwyciężyła w dogrywce „do złotej bramki”)

przegrała z zespołem brytyjskim 5:6, i... znów niespodzianka – zremisowała 4:4 z Holandią. Dzięki zwycięstwu W. Brytanii nad Holandią 7:1 weszliśmy do strefy medalowej (4 zespoły). Tutaj trafiliśmy na Francję (Mistrz Europy 2001, Wicemistrz Europy 2003), kolejny doskonały zespół europejskiej czołówki. Polacy rozpoczęli z animuszem i po pięknych dynamicznych akcjach strzelili 2 bramki. Zdeterminowani Francuzi w końcowych

Mecz o III miejsce:

Polska – Wielka Brytania 4:3 bramki dla Polski: Borys Zubczewski – 2, Paweł Michalec, Łukasz Dudziński

Polacy strzelili w całym turnieju (w 8 meczach) 34 bramki; najwięcej zdobył Jakub Maślak – 10 bramek, a po 4 bramki mają na koncie: Bartek Okraśiński, Łukasz Dudziński, Tomasz Molenda, Jakub Cymerman, Borys Zubczewski i Paweł Michalec.

U-21 Kobiet

Eliminacje:

Polska – Hiszpania 9:0 bramki dla Polski: Katarzyna Furczyk – 3, Anna Górzyńska i Justyna Tyrowicz – po 2, Marlena Smarul, Krystyna Nowacka

Polska – W. Brytania 3:4 bramki dla Polski: Anna Górzyńska, Katarzyna Furczyk, Krystyna Nowacka
Polska – Niemcy 3:6 bramki dla Polski: Justyna Tyrowicz, Karolina Smarul, Krystyna Nowacka

Polska – Hiszpania 9:2

bramki dla Polski: Anna Górzyńska – 4, Justyna Tyrowicz – 2, Krystyna Nowacka – 2, Karolina Smarul – 1

Polska – Niemcy 1:3 bramka dla Polski: Krystyna Nowacka

Polska – W. Brytania 2:4 bramki dla Polski: Agata Tyrowicz i Justyna Tyrowicz

Półfinał:

Polska – Wielka Brytania 4:3 bramki dla Polski: Anna Górzyńska – 2, Marlena Smarul, Karolina Smarul

Finał:

Polska – Niemcy 2:4 bramki dla Polski: Justyna Tyrowicz i Krystyna Nowacka

W całym turnieju (w 8 meczach) Polski zespół zdobył 33 bramki; najwięcej Anna Górzyńska – 9 bramek, po 7 – Justyna Tyrowicz i Krystyna Nowacka, 4 bramki strzeliła Katarzyna Furczyk, 3 – Karolina Smarul, 2 – Marlena Smarul, 1 bramkę zdobyła Agata Tyrowicz.



była brązowy medal ME! Szał radości w polskim obozie, złość Brytyjczyków, wiwatujące na cześć Polaków trybuny, zewsząd serdeczne gratulacje. Rozgrywki zakończył nieciekawie finał, w którym - po słabej i kunktatorskiej grze - **Hiszpania** (Mistrz Świata 2004) wygrała z **Francją** 2:1 i zdobyła tytuł Mistrza Europy U-21 Mężczyzn na rok 2005.

Nasze panie miały teoretycznie łatwiejsze zadanie, bowiem w tej kategorii zgłosiły się tylko cztery zespoły. Po rozegraniu meczów grupowych (każdy z każdym, mecz i rewanż), nasz zespół po dwóch zwycięstwach nad Hiszpanią i nieznacznych porażkach z Niemcami i Wielką Brytanią, znalazł się na trzecim miejscu. W decydującym o wejściu do finału meczu Polki wspieły się na wyżyny swoich możliwości i po emocjonującej walce pokonały zbyt pewną kolejnego zwycięstwa Wielką Brytanię 4:3. Ogromna radość naszych zawodniczek, łzy i bezsilna złość ambitnych Brytyjek. Potem wielki finał, w którym - podobnie



Polski zespół U-21 kobiet w finale ME. Od lewej: Justyna Tyrowicz, Krystyna Nowacka, Karolina Smarul, Katarzyna Furczyk, Anna Górznińska, Marlena Smarul, Agata Tyrowicz i Karina Malczyńska



Radość po zwycięstwie 4:3 nad Wielką Brytanią w półfinale ME. Z nr 1 Karolina Smarul – w tym meczu zdobyła zwycięską bramkę



Mecz Polska – W. Brytania. Łukasz Dudziński (nr 6 na kasku) wspaniale walczył w całym turnieju ME



Fragment meczu Polska – W. Brytania. Zespoły te trzykrotnie spotkały się; w najważniejszym meczu górą byli Polacy

jak w finale Mistrzostw Świata w 2002 roku w Essen - Polska zmierzyła się z reprezentacją Niemiec.

Taktyka trenera Marka Głomskiego zakładała walkę o zwycięstwo. Wszystko „szło” w dobrym kierunku. Najpierw dwie bramki zdobył zespół niemiecki, potem Polska wyrównała na 2:2 i umiejętnie się broniła, czekała na okazję do szybkiego ataku. Wtedy w naszym zespole nastąpiła niewłaściwa zmiana, co skutkowało otrzymaniem żółtej kartki (wykluczenie na dwie minuty jednej zawodniczki). Doświadczona Niemki szybko wykorzystała przewagę, strzelając kolejne bramki. Polska grając do końca meczu w osłabieniu, nie zdołała już zmienić tej sytuacji. **Reprezentacja Niemiec** wygrała 4:2, zdobywając tytuł Mistrza Europy U-21 Kobiet na rok 2005. **Srebrny medal dla Polski, brązowy dla W. Brytanii** po efektownym zwycięstwie nad **Hiszpanią** 20:2.

Mistrzostwo Europy w grupie Kobiet (Seniorzy) zdobyła **Wielka Brytania** po zwycięstwie w finale nad zespołem Niemiec 3:2. Brązowy medal przypadł **Francji**, po wygranym 4:3 meczu z **Holandią**.

W finale ME Mężczyzn (Seniorzy) **reprezentacja Niemiec** zwyciężyła **Wielką Brytanię** 2:0. „Braz” przypadł na udziale **Holandii** po zwycięstwie nad **Hiszpanią** 10:4.

Mistrzostwa Europy w Madrycie potwierdziły, że wiele państw zaliczanych do tzw. „potęg kajakowych” traktuje Kajak-Polo bardzo poważnie i systematycznie uczestniczy w imprezach najwyższej rangi, wystawiając drużyny we

Trybuny wiwatują na cześć zwycięzców meczu Polska – Anglia (4:3); brązowy medal ME dla Polski

Na podium ME polski zespół U-21. Od lewej: Bartłomiej Dawidek, Tomasz Molenda, Bartek Okrański, Borys Zubczewski, Łukasz Dudziński, Paweł Michalec, Jakub Maślak, Jakub Cymerman



Seniorki	Seniorzy	U-21 kobiet	U-21 mężczyzn
1. Wlk. Brytania	1. Niemcy	1. Niemcy	1. Hiszpania
2. Niemcy	2. Wlk. Brytania	2. Polska	2. Francja
3. Francja	3. Holandia	3. Wlk. Brytania	3. Polska
4. Holandia	4. Hiszpania	4. Hiszpania	4. Wielka Brytania
5. Włochy	5. Francja		5. Holandia
6. Dania	6. Włochy		6. Niemcy
7. Belgia	7. Portugalia		7. Włochy
8. Hiszpania	8. Szwajcaria		8. Irlandia
9. Irlandia	9. Belgia		9. Belgia
10. Węgry	10. Irlandia		10. Portugalia
11. Szwecja	11. Węgry		
12. Portugalia	12. Dania		
13. Czechy	13. Szwecja		
	14. Czechy		

Reprezentacja Polski U-21 kobiet

Trener: Marek Głomski
Anna Górznińska – UKS „Kormoran” Bydgoszcz
Karolina Smarul – UKS „Kormoran” Bydgoszcz
Marlena Smarul – UKS „Kormoran” Bydgoszcz
Katarzyna Furczyk – UKS „SET” Kaniów
Karina Malczyńska – UKS „SET” Kaniów
Krystyna Nowacka – WTW Warszawa
Justyna Tyrowicz – WTW Warszawa
Agata Tyrowicz – WTW Warszawa

Reprezentacja Polski U-21 mężczyzn

Trener: Dariusz Pilarz
Tomasz Molenda – „Astoria” Bydgoszcz
Bartłomiej Okrański – UKS MOSW Choszczno
Jakub Maślak – UKS MOSW Choszczno
Bartłomiej Dawidek – UKS „SET” Kaniów
Jakub Cymerman – UKS „SET” Kaniów
Paweł Michalec – UKS „SET” Kaniów
Borys Zubczewski – UKS „SET” Kaniów
Łukasz Dudziński – UKS „Kwisa” Leśna

Mistrzostwa Europy w Kajak-Polo 2005 – Madryt, Hiszpania. Klasyfikacja końcowa

Szczegółowe wyniki

wszystkich rozegranych podczas Mistrzostw Europy w Madrycie spotkań można znaleźć na stronach internetowych: www.eurocanoe2005.com lub na stronie klubu UKS „SET” Kaniów www.canoe-polo.info

wszystkich kategoriach wiekowych (Niemcy, Wielka Brytania, Hiszpania, Francja, Holandia, Włochy, Belgia), mając świadomość, że to bardzo atrakcyjna i widowiskowa forma uprawiania i promowania kajakarstwa.

Wyniki w konkurencji U-21 kobiet potwierdziły przynależność Polski do grona najlepszych w tej kategorii wiekowej w Europie. Niestety, daje się zauważyć symptomy kryzysu tej grupy rozgrywek, czego efektem będzie brak konkurencji U-21 kobiet w przyszłorocznych mistrzostwach świata.

W konkurencji U-21 mężczyzn Polacy osiągnęli historyczny sukces, przebojem i w wielkim stylu wdzierając się do ścisłej europejskiej czołówki. Za nami znalazły się doskonałe zespoły Wielkiej Brytanii, Holandii, Niemiec i Włoch. Nasi przeciwnicy ze zdumienia przecierali oczy, pytając z szacunkiem: „skąd wzięła się ta świetna drużyna?”. Polski zespół zaskoczył przeciwników doskonałym przygotowaniem wytrzymałościowym i szybkościowym oraz umiejętnościami technicznymi i taktycznymi. Charakterystyczne było, że Polacy wygrywali większość wznowień (**Łukasz Dudziński** – zawodnik uprawiający również z dobrymi efektami slalom kajakowy) i potrafili zdobywać bramki z najtrudniejszych pozycji. Długa jest też lista strzelców (**Jakub Maślak** – 10 bramek, 6 kolejnych zawodników – po 4).

Mecz o brązowy medal Polska – W. Brytania został zgodnie uznany najlepszym i najbardziej emocjonującym widowiskiem całego turnieju ME w Madrycie.

Należy podkreślić, że medale tegorocznych ME zdobyło tylko 6 państw (na 12 pozycji medalowych). W tym elitarnym gronie po 3 medale zdobyli **Niemcy** (2 złote, srebrny) i **Wielka Brytania** (złoty, srebrny i brązowy), a po 2 **Francja** (srebrny i brązowy) i **Polska** (srebrny i brązowy). Jeden medal zdobyła **Hiszpania** (złoty U-21 mężczyzn) oraz **Holandia** (brązowy - seniorzy).

Za rok kolejna wielka impreza - VII Mistrzostwa Świata w Kajak-Polo (Amsterdam, 9-13 sierpnia 2006 r.). Dzięki doskonałej postawie męskiego zespołu U-21 podczas turnieju ME w Madrycie Polacy zagrają na Mistrzostwach w Holandii. Liczymy na równie ambitną grę naszej reprezentacji i...być może kolejny historyczny sukces. Początek został już zrobiony.

Tekst i zdjęcia
Wojciech Kudlik



Ostra walka w meczu finałowym Niemcy – Polska. Z nr 4 Marlena Smarul
Źródło: eurocanoe2005.com

Finale X Turnieju w Piłce Nożnej dla Dzieci im. Marka Wielgusa
Kutno 16-18 września 2005 r.

Zwycięstwa zespołów z Warszawy i Zielonej Góry

Na doskonale przygotowanej murawie stadionu Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Kutnie odbył się Finał X edycji Turnieju w Piłce Nożnej dla Dzieci im. Marka Wielgusa.

Tegoroczny, jubileuszowy turniej przejdzie do historii m.in. przez rekordową liczbę uczestników. Po 5 miesiącach zmagani w regionalnych kwalifikacjach z udziałem 1 750 dziesięciosobowych zespołów 11-latków (w tym aż 350 drużyn dziewczęcych), reprezentujących Uczniowskie Kluby Sportowe i szkoły podstawowe z całego kraju, wyłoniono 16 najlepszych drużyn dziewcząt i chłopców, które w Kutnie walczyły o końcowe zwycięstwa. Dodatkowym bodźcem dla uczestników była atrakcyjna nagroda: wyjazd najlepszych do Manchesteru na mecz eliminacyjny Mistrzostw Świata 2006 Anglia-Polska.

Organizator turnieju, Polski Związek Piłki Nożnej oraz Telekomunikacja Polska – od 3 lat główny partner turnieju – zadbał, aby jubileuszowa edycja miała wyjątkową oprawę. Honorowy patronat nad imprezą objął prezydent Europejskiej Federacji Piłkarskiej (UEFA), Szwed **Lennart Johansson**. Wspólnie z prezesem PZPN **Michałem Listkiewiczem** uroczyste otwierali tegoroczne finały, a następnego dnia z dużym zainteresowaniem kibicowali dziecięcym drużynom. Obaj panowie rozdawali autografy i pozowali do zdjęć. Pobyt prezydenta Johanssona w Kutnie był okazją do zorganizowania konferencji prasowej, której głównym tematem była dziecięca i młodzieżowa piłka nożna w Europie. W swoich wypowiedziach prezydent UEFA wielokrotnie podkreślał, że promowanie piłki nożnej poprzez turnieje dla dzieci jest ważnym elementem w rozwoju tej dyscypliny sportu. - Dzisiejsza młodzież to przyszłość futbolu: trzeba o nią niezwykle dbać, pomagać jej i wskazywać kierunek rozwoju - mówił Lenart Johansson, chwając organizatorów za niezwykle sprawną organizację i wysoki poziom sportowy imprezy.

X Turniej im. Marka Wielgusa został wpisany do polskiego kalendarza obchodów ogłoszonego przez ONZ Międzynarodowego Roku Sportu i Wychowania Fizycznego. Patronat sprawowało też Ministerstwo

Finaliści turnieju w Kutnie prezentowali doskonale przygotowanie techniczne oraz ogromne zaangażowanie podczas każdego meczu

Fot. Łukasz Grochala - PZPN

Marek Wielgus
PATRON TURNIEJU

Jako wiceprezes Polskiego Związku Piłki Nożnej stworzył system rozgrywek dla najmłodszych zawodników, promując dziecięcy futbol. Aktywnie uczestniczył w życiu politycznym naszego kraju. W Sejmie przewodniczył Komisji Młodzieży, Kultury Fizycznej i Sportu. Z jego inicjatywy i przy jego zaangażowaniu Parlament przyjął dwie kluczowe dla środowisk sportowych ustawy: o kulturze fizycznej i o grach losowych. Modyfikacja tej ostatniej ustawy umożliwiła zdobywanie środków na finansowanie polskiego sportu. Marek Wielgus, wspólnie ze Stanisławem Stefanem Paszczykiem (Prezesem UKFIT w latach

1993-1997, Prezesem PKOl w latach 1997-2005), tworzył pierwsze w Polsce Uczniowskie Kluby Sportowe oraz popularyzował piłkarskie rozgrywki dla dzieci i młodzieży, m.in. w formie dużego ogólnopolskiego turnieju. Po śmierci Marka Wielgusa turniej nazwano jego imieniem. Jego tragiczna śmierć w katastrofie lotniczej u wybrzeży Dominikany 7 lutego 1996 r. była dramatem nie tylko dla najbliższej rodziny, ale całego środowiska sportowego w Polsce. W naszej pamięci pozostanie jako wspaniały człowiek, oddany działacz sportowy, przyjaciel dzieci i piłki nożnej.



klasyfikacja końcowa turnieju

M-ce	CHŁOPCY	DZIEWCZYNKI
1	UKP Zielona Góra	MUKS Praga Warszawa
2	UKS Jedynka Krasnystaw	UKS 10 Sieradz
3	SMS Tico Łódź	Victoria Sianów
4	Sokolik Mogiła	Olimpijczyk Częstochowa
5	PSP Paczków	UKS Gamracik Jasło
6	Juventa Starachowice	Dalia Popielów
7	Jagiellonia Białystok	UKS Pinczyn
8	Lider Nowy Sącz	SP Nurzec Stacja

Drużyny dziewczęce imponowały walecznością i zupełnie niezłym opanowaniem piłkarskiego rzemiosła

Fot. Łukasz Grochala - PZPN



Z OSTATNIEJ CHWILI:
Doskonała postawa zwycięzców „Wielgusa” w Manchesterze!!!

11 października w Bolton koło Manchesteru odbył się okolicznościowy Turniej Piłkarski dla Dzieci, w którym oprócz 5 zespołów z okolicznych szkół (dziewczęta i chłopcy) uczestniczyli zwycięzcy X edycji Turnieju Piłki Nożnej im. Marka Wielgusa. Polska „młodzież” zaprezentowała się doskonale. Chłopcy – drużyna UKP „Zielona Góra” – zajęli 1 miejsce, wygrywając 5 spotkań przy jednym remisie. Dziewczęta – MUKS „Praga” Warszawa – również zwyciężyły w 5 meczach, ale przegrywając finał, zajęły 2 miejsce. Zmagania polskich drużyn obserwował prezes PZPN Michał Listkiewicz, który podkreślał w wywiadach prasowych, że w Anglii Polska odniosła jedno zwycięstwo (przegrały: 1 zespół narodowy i „młodzieżówka”). Polskie dzieci wyjechały do Anglii na mecz eliminacyjny Mistrzostw Świata: Anglia – Polska. Była to nagroda za zwycięstwo w finałach tegorocznej X edycji Turnieju im. Marka Wielgusa.



klubu „Sandecja” Nowy Sącz) i **Anna Żelazko** – obecnie zawodniczka czołowego klubu kobiecej piłki nożnej „Czarni” Sosnowiec, reprezentantka Polski.

Pomimo wielu atrakcji, jakie towarzyszyły finałowym rozgrywkom, młodzi adepci piłkarstwa ani na moment nie zapomnieli, po co przyjechali do Kutna. Po rozegraniu 36 spotkań, w których szale zwycięstwa często ważyły się do ostatnich sekund, wyłonione zostały najlepsze drużyny jubileuszowego turnieju. Zwycięzcą wśród dziewcząt został MUKS „Praga” Warszawa, pokonując w finale klub UKS „Dziśiątko” Sieradz 5:2. Wśród chłopców triumfował UKP „Zielona Góra”, zwyciężając w finale UKS „Jedynkę” Krasnystaw 1:0.

Wszyscy uczestnicy turnieju zaprezentowali w Kutnie doskonale przygotowanie, wspaniałą technikę, wielkie zaangażowanie, chęć zwycięstwa, ale również szlachetną sportową rywalizację w duchu fair play. To zaangażowanie widać było również u trenerów, opiekunów, rodziców i licznie zgromadzonych na stadionie kutnowskiego MOSiR-u kibiców.

Oglądaliśmy piękne bramki, wspaniałe parady bramkarzy, świetną grę obrońców i spore umiejętności taktyczne większości drużyn. Zwyciężyły zespoły najlepiej przygotowane, mające już spore doświadczenie w turniejowych zmaganiach. Ale brawa i gratulacje należą się wszystkim, którzy przystąpili do rozgrywek. To aż 1 750 drużyn z całego kraju. Jestem przekonany, że wśród uczestników tegorocznych zmagani znajdują się piłkarze, których nazwiska będziemy mogli za kilka lat dopisać do listy piłkarskich talentów, dla których początkiem drogi do sławy był Turniej im. Marka Wielgusa.

Wojciech Kudlik

Aktywność ruchowa ludzi w starszym wieku

Systematyczna aktywność ruchowa to jeden ze sposobów na zachowanie zdrowia, sprawności i radości do końca życia. Oddala choroby, starość, podwyższa poziom sprawności ruchowej i wydolności fizycznej – powoduje wolniejsze zmiany starcze. W licznych pracach wykazano, że aktywność fizyczna hamuje zachodzące procesy inwolucyjne, podczas gdy bezczynność procesy te przyspiesza.

W walce z objawami starości zabiegi aktywizujące ruchowo, wspomagane przestrzeganiem ogólnych zasad higieny są obecnie uznawane za czynnik nie tylko skuteczniejszy od środków farmakologicznych, ale również oszczędniejszy zarówno w makro, jak i mikroskali. W wydatkach służby zdrowia największe potrzeby mają ludzie powyżej 60. roku życia. Udział w regularnych ćwiczeniach fizycznych pozwala na zmniejszenie kosztów utrzymania osoby w tym przedziale wieku. Rezultaty wielu badań potwierdzają, że ci, którzy uprawiają sport, wydają na cele medyczne dwa razy mniej niż prowadzący siedzący tryb życia.

Jak zachować sprawność?

Adaptacja człowieka do zmieniających się różnorodnych sytuacji życiowych i środowiskowych następuje dzięki czynnościom motorycznym. W starszym wieku ważne jest zachowanie na odpowiednim poziomie przede wszystkim takich cech motorycznych, jak: wytrzymałość, koordynacja ruchowa, gibkość.

Sprawność wytrzymałościową najlepiej można zachować dzięki systematycznym spacerom, marszom, wędrownicom pieszym, jeździe na rowerze, pływowaniu. Uprawianie tych prostych dyscyplin wytrzymałościowych zwiększa wydolność układu krążenia i oddychania, usprawnia zaopatrzenie w tlen narządów i tkanek, zmniejsza nadmierną krzepliwość krwi, reguluje poziom kwasów tłuszczowych,



Przekonanie, że zabawa jest dla dzieci, nauka dla młodzieży, praca dla dorosłych a odpoczynek dla starców jest błędnym stereotypem, który obraca się przeciwko człowiekowi. Pozbawia go cennych wartości i smaku życia, którego istota polega na ciągłym ruchu i przekształcaniu samego siebie i swojego środowiska.

usprawnia metabolizm, zapobiegając najczęstszemu chorobom metabolicznym skracającym życie.

Pogorszenie takich cech jak koordynacja i równowaga zagraża życiu, gdyż stanowią one częstą przyczynę upadków i wypadków domowych, drogowych i innych. Koordynacja jest uzależniona od ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego. W miarę fizjologicznego starzenia się następuje stopniowe zanikanie między komórkami połączeń zwanych synapsami. Proces ten można zahamować, a nawet może on być odwracalny w miarę przywracania sprawności dzięki aktywności ruchowej i poprawie funkcji.

Gibkość zależy od ruchomości w stawach. Ruchomość tę ograniczają zmiany degeneracyjne stawów, które nasilają się przy braku ruchu i malej aktywności, co nie należy do rzadkości w przypadku ludzi starszych. Utrzymywanie rozciągłości mięśni i pełnego zakresu ruchomości w stawach wymaga systematycznych ćwiczeń. W tym znaczeniu mówi się o zwiększonej aktywności ruchowej jako czynniku spowalniającym procesy inwolucyjne.



bieg procesu starzenia, a wydłużającym okres sprawności, niezależności i samodzielności ludzi starszych.

Zmiany inwolucyjne

W procesie inwolucji starczej w obrębie poszczególnych narządów następują wyraźne zmiany, które mogą być łagodzone poprzez ćwiczenia fizyczne. W **mięśniach szkieletowych** wraz z wiekiem zanikają włókna mięśniowe, ilość włókien maleje, zmniejsza się w nich zawartość potasu i wapnia, tak istotnych dla skurczu mięśniowego. Maleje masa mięśniowa, sprawność mięśni spada a wraz z nią zmniejsza się sprawność ruchowa i wydolność ustroju. Pod wpływem ćwiczeń fizycznych następuje wzrost masy mięśniowej, przez zwiększenie się ilości białek kurczliwych i substancji zapasowych. Zwiększa się elastyczność mięśni i lepsze jest ich odżywianie.

Zmiany inwolucyjne w **układzie kostno-stawowym** są wyrazem zaburzeń w przyswajaniu fosforanu wapnia. Następują zmiany biochemicznych składników kości, tracą one swoją sprężystość i stają się łamliwe (skłonne do osteoporozy). Ćwiczenia fizyczne wzmacniają kości i aparat więzadłowy, a także zwiększają przemianę materii.

Zmiany czynnościowe w **układzie oddechowym** charakteryzują się zmniejszeniem pojemności życiowej płuc, konsekwencją czego jest zmniejszenie jego wydolności. Klatka piersiowa staje się usztywniona o ograniczonej ruchomości, na co wpływają głównie zwapnienie żeber i zmiany zeszytniające krę-

Celem ćwiczeń ruchowych dla osób starszych jest:

- zachowanie sprawności wszystkich układów fizjologicznych (układu krwionośnego, oddechowego, ruchowego, pokarmowego i nerwowego),
- podtrzymywanie sprawności fizycznej, pozwalającej na wykonywanie podstawowych czynności życiowych, np. ubieranie się, porządk, zakupy,
- odprężenie psychiczne, przyjemność, zadowolenie,
- socjalizacja – ucieczka przed samotnością dnia codziennego, chęć przebywania z ludźmi,
- wypełnienie dużych ilości czasu wolnego w sposób wartościowy,
- sprawniejsze funkcjonowanie narządów zmysłów, orientacji w przestrzeni, równowagi, koordynacji i wyobraźni.

gosłup. Elastyczność tkanki płucnej zmniejsza się (płuca słabiej kurczą się i rozszerzają), w przegrodach międzypłuczkowych zanikają naczynia włosowate, co wpływa na pogorszenie dyfuzji gazów i niedostateczne utlenienie krwi. Ćwiczenia fizyczne, zwłaszcza oddechowe wpływają na poprawę wentylacji płuc i ich pojemność życiową, a także na lepsze utlenienie krwi.

Zdolność do obciążeń wysiłkiem fizycznym w dużym stopniu zależy od czynności serca i naczyń krwionośnych. W zakresie układu krążenia zmiany starcze w naczyniach występują na skutek odkładania się wapnia i cholesterolu w wewnętrznej części naczyń, przez co następuje pogrubienie naczyń, zmniejszenie jego elastyczności i światła przepływu krwi. W tej sytuacji mięsień sercowy jest słabiej zaopatrzony w krew, przez co gorzej utleniony i odżywiony. Objętość lewej komory serca maleje, pojemność serca obniża się, przez co spada wydolność całego ustroju.

Zwiększone obciążenie niewydolnego **układu krążenia** objawia się łatwym męczeniem się całego ustroju, zadyszką i uczuciem rozpięcia w klatce piersiowej. Systematyczne ćwiczenia fizyczne powodują usprawnienie wydolności układu krążenia, a także są uznawane za skuteczną metodę w zapobieganiu i leczeniu choroby wieńcowej serca.

Zmiany starsze w **układzie pokarmowym** charakteryzują się zanikiem niektórych enzymów odpowiadających za trawienie pokarmów, w związku z tym wskazana jest zmiana diety. Następuje zwolnienie perystaltyki jelit, co ma niekorzystny wpływ na proces przyswajania pokarmów i wydalania zbędnych produktów przemiany materii, konsekwencją czego są zaparcia i niestrawności. Ćwiczenia fizyczne, a w szczególności mięśni brzucha i okolicy biodrowej wpływają na zwiększenie perystaltyki jelit i usprawniają proces przemiany materii.

W **tkance nerwowej** zmiany starcze polegają na zaniku komórek nerwowych (zmiany zanikowe mózgu), które nie podlegają procesowi regeneracji. Najbardziej widoczna jest redukcja wrażliwości zmysłów. Najszybciej zmniejsza się wrażliwość słuchowa (po 40. roku życia), następnie wrażliwość zmysłu wzroku (po 50. roku życia), po czym zmniejsza się wydolność smaku, węchu i dotyku. Zwolnieniu ulega szybkość reagowania na bodziec, tj. szybkość reakcji. Obserwuje się tzw. otepłość umysłową, charakteryzującą się wolniejszym uczeniem się, zapamiętywaniem, myśleniem i umiejętnością rozwiązywania problemów. Ćwiczenia ruchowe, zwłaszcza koordynacyjne i orientacyjno-porządkowe, usprawniają funkcjonowanie układu nerwowego i poprawiają sprawność w zakresie komunikowania się. >>

Ośrodki Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku

Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej w programie swojej działalności za jedno z wiodących zadań uznało aktywność ruchową osób starszych.

Od 1975 r. w całym kraju organizowane były seminaria o tematyce różnych form rekreacji ruchowej Złotego Wieku, kursy instruktorów I stopnia ze specjalnością ćwiczeń profilaktyczno-usprawniających dla osób III wieku i obozy profilaktyczno-usprawniające.

W ogniskach TKKF powstały zespoły ćwiczebne o specjalnym programie dla osób starszych i punkty konsultacyjne dla osób cierpiących na różne dolegliwości wieku starszego.

Jednym z takich zespołów jest działający od 25 lat zespół przy Ognisku Stołecznym „Warszawa”.

TKKF wydało 10 pozycji wydawniczych - podręczników i poradników o tematyce zdrowotnej, psychologicznej, programowej, przeznaczonych dla lekarzy, instruktorów i indywidualnych odbiorców.

Ośrodki Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku

(kolejność alfabetyczna)

Biała Podlaska - Klub Rekreacyjno-Sportowy „Krzna”	Łódź - ZW Łódzkiego TKKF
Białogard - Ośrodek Terapii Ruchowej	Poznań - Zarząd Wielkopolskiego TKKF
Bydgoszcz - Miejski TKKF	Rzeszów - Podkarpackie TKKF
Chełm - Chełmskie TKKF	Siemianowice Śląskie - Szpital Miejski
Cieszyn MOSiR	Sierpc - Ognisko TKKF „Kubuś”
Częstochowa - Klub Rekreacyjno-Sportowy „Sportowiec”	Suwałki - Miejskie TKKF
Jastrzębie Zdrój - Miejski TKKF	Szczecin - Ognisko TKKF „Pod Wieżą”
Kielce - Świętokrzyski Związek Ognisk TKKF	Toruń - Zarząd Miejski TKKF
Kraków - ZW Małopolskiego TKKF	Warszawa - Ognisko TKKF „Warszawa”
Legnica - Ognisko TKKF „Olimp”	Zielona Góra - Lubuskie TKKF

Zarząd Główny TKKF powołał w 2005 r. 20 Ośrodków Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku w 16 województwach (patrz ramka).

Z ZG TKKF ośrodki otrzymały dzienniki zajęć, założenia programowo-organizacyjne, zasady metodyczne dotyczące bezpiecznego prowadzenia zajęć z osobami starszymi, ramowe roczne plany pracy, karty zdrowia uczestników, testy sprawności i materiały metodyczno-szkoleniowe - 10 pozycji wydawniczych do wykorzystania przez kierownika, lekarza, instruktora i uczestnika ośrodka.

Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu wszystkim Ośrodkom Terapii Ruchowej przyznało niezbędne środki na działalność.

W zajęciach mogą uczestniczyć osoby po 55. roku życia. Wszyscy uczestnicy zajęć przed rozpoczęciem ćwiczeń zostają poddani dokładnym badaniom lekarskim. Odpłatność uczestnika wynosi minimum 10 zł miesięcznie.

Program ośrodka obejmuje zajęcia w wymiarze 3 godz. tygodniowo - 2 godz. na sali i 1 godz. na basenie oraz dodatkowo zajęcia w plenerze.

Wszystkie ośrodki opracowały własne programy zajęć

III Wieku

od 1 marca do 30 grudnia 2005 r., w których do podstawowych form ruchu można zaliczyć:

- różne formy gimnastyki (ćwiczenia usprawniające ruchowo, ćwiczenia na bóle kręgosłupa, otyłość, aerobik),
- tańce,
- zajęcia na basenie i naukę pływania, doskonalenie pływania, aquafitness, ćwiczenia profilaktyczne,
- uproszczone gry zespołowe,
- gry rekreacyjne,
- zajęcia w plenerze: gry i zabawy, zgadywanki terenowe, marsze na orientację,
- wycieczki piesze, rowerowe, szlaki wodne (kajaki, łodzie, rowery wodne),
- dyskoteki, biesiady, ogniska,
- imprezy rekreacyjno-sportowe z udziałem rodzin,
- wspólne wyjścia na wystawy, do teatru,
- wypoczynek sobotnio-niedzielny,
- obozy profilaktyczno-zdrowotne.

Kadrę ośrodka stanowi kierownik, lekarz i instruktor. Jako instruktorów zajęć zatrudniono wybitnych specjalistów, z

tytułami mgr WF - posiadających uprawnienia rehabilitanta i mgr WF - posiadających tytuł instruktora rekreacji ruchowej ze specjalnością kinezygerontoprofilaktyki.

Kurs instruktorski o ww. specjalności ZG TKKF zorganizował w lipcu br., wzięli w nim udział instruktorzy z 14 ośrodków.

Lekarz w wymiarze minimum 2 godz. miesięcznie prowadzi w ośrodku pogadanki o tematyce zdrowotnej i udziela indywidualnych wskazówek dot. dbania o zdrowie w III wieku.

Zajęcia w ośrodkach prowadzone są w grupach, w zależności od sprawności osobistej, wydolności organizmu i rodzaju schorzeń. Uczestnicy otrzymują wskazówki odnośnie do ćwiczeń indywidualnych, które można stosować w domu. Należy zaznaczyć, że zajęcia prowadzone dla osób III wieku nie powinny być prowadzone w grupach większych niż 15-20 osób.

Z Ośrodków Terapii Ruchowej korzysta w 2005 r. 789 uczestników - według danych z 15 września 2005 r.

Po kilkumiesięcznej pracy wyniki profilaktyczno-zdrowotne uzyskane przez osoby uczestniczące w zajęciach są oceniane bardzo pozytywnie. czego dowodem są wypowiedzi, takie jak:

- zauważalne usprawnienie ruchu ramion i nóg,
- wzmocnienie siły mięśni stabilizujących kręgosłup,
- zwiększenie odporności na zmęczenie,
- poprawienie prawidłowego oddychania,
- zmniejszenie liczby potknięć i upadków,
- zmniejszenie stanów depresyjnych,
- nawiązanie kontaktów towarzyskich,
- stworzenie bodźców do aktywności społecznej i kulturalnej,
- zmniejszenie stanów lękowych,
- poprawa snu.

Bardzo korzystnie zostały ocenione zajęcia prowadzone w wodzie - aquafitness o właściwościach relaksujących, podnoszące sprawność ruchową, powodujące zminimalizowanie urazów związanych z upadkami i ograniczenie gwałtownych ruchów z powodu działania oporu wody. Uprawianie ćwiczeń w wodzie przy muzyce daje dodatkową satysfakcję i przyjemność. Ćwiczenia uatrakcyjnione są przez wykorzy- >>

>> Aktywność ruchowa ludzi w starszym wieku

Formy rekreacji ruchowej

Najczęściej stosowane formy rekreacji ruchowej dla osób starszych to: gimnastyka usprawniająca, ćwiczenia oddechowe, zabawy i gry ruchowe, zajęcia plenerowe.

Gimnastyka usprawniająca jest wszechstronnym i doskonałym środkiem, dzięki któremu można uzyskać następujące efekty:

- wyrobienie gibkości i elastyczności w poszczególnych stawach oraz wzmocnienie całego aparatu ruchu
- poprawienie funkcji oddechu - zmniejszenie częstotliwości oddechów na korzyść pogłębienia oddechu
- wzmocnienie mięśni brzucha i korzystne działanie na narządy wewnętrzne (np. żołądek, jelita, wątroba)
- zapobieganie zaparciom i hemoroidom
- polepszenie koordynacji ruchowej
- poprawienie ruchomości usztywnionej klatki piersiowej oraz zapobieganie rozemdnie płuc
- wzmocnienie mięśnia sercowego, rozszerzenie drobnych tętnic i naczyń włosowatych, poprawę warunków ukrwie-

nia poszczególnych tkanek i narządów

- zwiększenie i usprawnienie przemiany materii
 - poprawę samopoczucia psychofizycznego - pewności siebie, zadowolenia z kontaktów międzyludzkich, korzystniejszą samoocenę stanu zdrowia i dowartościowanie
 - ożywienie i pobudzenie emocjonalne
- Ćwiczenia oddechowe** często stosowane podczas ćwiczeń gimnastycznych skutecznie likwidują dolegliwości i nieprawidłowości w funkcjonowaniu układu oddechowego. Przyczyniają się do:
- ukształtowania prawidłowego toru oddychania i pełnej wentylacji płuc
 - poprawy lub utrzymania ruchomości klatki piersiowej na pożądanym poziomie
 - poprawy czynności układu krążenia
 - zmniejszenie niewydolności serca poprzez bardziej sprawny pracę układu oddechowego

Ćwiczenia oddechowe stosuje się podczas ćwiczeń gimnastycznych, szczególnie w formie przerywników, tzw. czynnych przerw wypoczynkowych między poszczególnymi in-

tensywniejszymi ćwiczeniami. Ćwiczenia oddechowe powinny występować na każdych zajęciach rekreacyjnych ludzi starszych, bez względu na formę ruchu.

Gry i zabawy ruchowe należy traktować jako element uzupełniający proces usprawniania. Doskonałe efekty daje łączenie zajęć typu gimnastycznego z grami i zabawami ruchowymi. Traktować je wówczas można jako przerwę wypoczynkową między poszczególnymi ćwiczeniami gimnastycznymi. Gry i zabawy ruchowe dają duże możliwości w zakresie wprowadzania różnych uproszczeń i ułatwień. Dużym walorem zabaw ruchowych jest to, że każdy może brać w nich udział, bez względu na wiek i kondycję fizyczną. Należy zaznaczyć także, że ta forma ruchu zawiera duży ładunek emocjonalny. Doskonałe rozładuje napięcia psychiczne, integruje zespół ćwiczebnny, łagodzi lęk przed podejmowaniem wysiłków fizycznych. Atmosfera towarzysząca grom i zabawom ruchowym sprawia, że spełniają one także rolę psychoterapeutyczną. W atmosferze rozrywkowej, dobrej zabawy łatwiej o kontakt między poszczególnymi osobami, tym bardziej, że ludzie w starszym wieku nie-

chętnie podejmują rozmowę z nieznanymi osobami. Jest to forma ruchu, która wprowadza uśmiech i radość, co stwarza klimat do więzów przyjaźni.

Zajęcia plenerowe są jedną z najbardziej prozdrowotnych form aktywności ruchowej ludzi starszych. Najprostszą, opartą na naturalnym ruchu i najczęściej stosowaną przez osoby starsze formą są spacer i marsze. Zaleca się stosować je w różnym tempie i na urozmaiconym terenie. Podczas spacerów, które mogą być nużące, wskazane jest wprowadzanie różnych atrakcji w postaci zabaw terenowych, konkursów, konkurencji sprawnościowych z drobnym elementem współzawodnictwa. Podczas zajęć terenowych wykorzystujemy ścieżki zdrowia, ścieżki rekreacyjne, zgadywanki terenowe, marsze na orientację. Podczas marszów można wykorzystywać różne przeszkody terenowe, które urozmaicają zajęcia i doskonale nadają się do ćwiczeń usprawniających.

Urszula Parnicka
Zamiejscowy Wydział Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej

Ośrodek Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku w Sierpcu

Z inicjatywy ZG TKKF w Warszawie na terenie kraju powstało 20 Ośrodków Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku. Było to możliwe dzięki dofinansowaniu projektu przez MENiS.

Głównym celem programu jest dotarcie do mało aktywnych ruchowo osób powyżej 55. roku życia, które do tej pory nie doświadczyły na sobie korzystnych efektów regularnych ćwiczeń ruchowych. Większość ośrodków powstała na terenie wielkich aglomeracji miejskich, takich jak Warszawa, Katowice. Tytułem eksperymentu powołanie i prowadzenie Ośrodka Terapii Ruchowej powierzono Ognisku TKKF „Kubuś” w Sierpcu. Sierpc jest małym, niespełna 20-tysięcznym miasteczkiem.

- Na początku miałem obawy – mówi kierownik ośrodka, prezes Ogniska TKKF „Kubuś”, **Jakub Grodzicki** – czy uda nam się zebrać wymaganą liczbę osób. Wiele znajomych pukalo się w czoło i twierdziło, że porywam się z motyką na słońce. Komu w wieku 55, 60 lat będzie się chciało przychodzić na ćwiczenia. Ale zainteresowanie przeszło moje najśmielsze oczekiwania. Na spotkanie inauguracyjne 30 marca przyszło około 30 osób. W maju musieliśmy zamknąć listę uczestników. Obecnie w zajęciach bierze udział około 50 osób. I z przykrością musimy odmawiać kolejnym chętnym. Tworzymy listę rezerwową, ale w zasadzie nikt nie chce zrezygnować. Co sprawia, że osoby starsze chcą



Uczestnicy Ośrodka Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku z Sierpca podczas ćwiczeń w Ciechocinku
 Fot. Jakub Grodzicki

uczestniczyć w ćwiczeniach? Przede wszystkim to, że są one specjalnie dla nich prowadzone, dostosowane do ich potrzeb, sprawności fizycznej i wieku. Prowadzący zajęcia, **Katarzyna i Paweł Dul** z Fitness Klub „Step”, po konsultacjach z lekarzem podzielili uczestników na dwie grupy. Jedną stanowią osoby z wyraźnymi przeciwwskazaniami medycznymi bądź w słabszej formie, drugą zaś ci, którzy mogą bez przeszkód wykonywać intensywniejsze ćwicze-

nia. Zajęcia odbywają się dwa razy w tygodniu w różnorodnych formach. Są ćwiczenia w sali, ale także zajęcia w plenerze i na krytej pływalni. Szczególnie te ostatnie są wspaniałym przykładem, że wiek nie gra roli. Jeśli chodzi o uprawianie rekreacji. Wiele osób po raz pierwszy poszło na basen. Przestało się wstydić swojego ciała. Tak jak były problemy z przełamaniem oporów przez pierwszym kontaktem z wodą, tak teraz większość uczestników wypytuje, kie-

Barbara Podzińska

lat 70, uczestniczka zajęć Ośrodka Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku działającego przy Ognisku TKKF „Kubuś” z Sierpca

- Jestem bardzo zadowolona, że mogę uczestniczyć w zajęciach ośrodka. Nareszcie ktoś pomyślał o osobach takich jak ja. Do tej pory czas spędzałam głównie przed telewizorem. Dzięki zajęciom wyszłam z domu. Mam większy kontakt z ludźmi. Odpowiada mi atmosfera, jaka panuje na ćwiczeniach. Nie muszę się wstydić, że nie jestem tak sprawna jak 20 lat temu. Od kiedy chodzę na ćwiczenia, poprawiło mi się samopoczucie, przestały boleć nogi, mam lepsze krążenie. Zaczęłam też ćwiczyć sama. Staram się codziennie rano wykonywać kilka ćwiczeń. Podobają mi się wszystkie formy zajęć proponowane w ośrodku. Są bardzo różnorodne. Po raz pierwszy byłam na basenie. Odniosłam także wielki sukces w Marszu Zdrowia, podczas którego wywalczyłam puchar dla najlepszej seniorki. Jestem bardzo zadowolona, że ktoś wreszcie pomyślał o nas, osobach starszych. Stworzył możliwość wspólnych ćwiczeń, spotkań z ciekawymi ludźmi, lekarzami.



Barbara Podzińska zajęła I miejsce w Marszu Zdrowia 2005 w kategorii powyżej 60 lat. Nagrodę wręczyła przewodnicząca Rady Powiatu, Hanna Kurta



Ćwiczenia na krytej pływalni (aqua aerobik) dla uczestników OTRTW działającego przy Ognisku TKKF „Kubuś” Sierpc
 Fot. Jakub Grodzicki

dy znów będą zajęcia na krytej pływalni. Sporo osób rozpoczęło naukę pływania.

Ponieważ organizatorzy starają się zapewnić różnorodność ćwiczeń, były zajęcia tai tchi, testy sprawnościowe, było chodzenie z kijkami po lesie – modny obecnie nordic walking, był też festyn rekreacyjny.

Wszyscy uczestnicy są pod stałą opieką medyczną sprawowaną przez NS ZOZ Medicar. Doktor **Janusz Maciejewski**, świecąc dobrym przykładem, sam bierze udział w ćwiczeniach. Ruch usprawnia ciało, powoduje zmniejszenie ciśnienia tętniczego krwi, poziomu cukru. Każdy ćwiczący został zbadany, ma założoną kartę zdrowia. Profilaktycznie zostały przeprowadzone badania spirometryczne, wykonano uczestnikom lipidogram.

Ponadto w ramach ośrodków systematycznie prowadzone są pogadanki o zdrowym stylu życia, diecie, chorobach cywilizacyjnych. Uczestnicy otrzymują materiały informacyjne.

Są już pierwsze wymierne efekty zajęć. - Na początku były zakwasy, zakwasy i jeszcze raz zakwasy – mówi jedna z uczestniczek. - No, ale jak się ostatni raz ćwiczyło jeszcze w szkole, to trudno się dziwić. Kilka razy miałam ochotę zrezygnować, ale teraz wchodzę już bez zadyszki po schodach na III piętro. - A ja zerwałam z paleniem – chwali się ktoś inny – a wypalałam prawie 60 papierosów dziennie. Każdy uczestnik ma swoje większe czy mniejsze sukcesy.

Zainteresowanie, z jakim spotkały się zajęcia Ośrodka Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku świadczy o ogromnej potrzebie tworzenia takich grup również w małych miasteczkach. Wszystko zależy od dobrej atmosfery i przekonania, że gdy ma się skończono 55 lat, życie wcale się nie kończy i można jeszcze pograć z wnukiem w piłkę, a nie tylko siedzieć przed telewizorem.

Anna Matuszewska
 Ognisko TKKF „Kubuś” Sierpc
www.tk kf-kubu s.prv.pl

» Ośrodki Terapii Ruchowej dla Osób III Wieku

stanie specjalnego sprzętu, takiego jak pasy wypornościowe, rękawice piankowe, skrzydełka oporowe na ramiona i nogi, piankowe sztangi, hantle, obciążacze i rury (makarony).

Organizując Ośrodki Terapii Ruchowej, TKKF nakreślił przed osobami III wieku program, co robić, żeby zachować dobre samopoczucie, radość życia, sprawność fizyczną, być zdrowym i sprawnym i nie odczuwać osamotnienia. Dla grupy osób uprawiających systematycznie ćwiczenia stało się jasne, że każdy może wiele zdziałać, aby nie stać się ciężarem dla społeczeństwa. Można samemu troszczyć się o własne zdrowie, dobre samopoczucie i nie absorbować dodatkowymi kosztami szpitali geriatrycznych i psychiatrycznych. Wydłużenie wieku życia spowodowało zwiększenie liczby osób na emeryturze (może trwać ponad 20 lat).

Ośrodki Terapii Ruchowej TKKF są kroplą w morzu dla potrzeb społecznych, ale są również przykładem, jak

można pożytecznie zorganizować czas sterowany przez specjalistów.

Długie kolejki osób oczekujących na miejsca w ośrodkach mówią same za siebie – takich zespołów może powstać bardzo dużo. Inicjatywa należy między innymi do miejskich i gminnych Rad Narodowych, Uniwersytetów Złotego Wieku, Domów Spokojnej Starości.

Centralny Zespół Metodyczny Ośrodków Terapii Ruchowej działający przy Zarządzie Głównym TKKF pod-

jął działania zmierzające do przeprowadzenia badań mających na celu samoocenę zdrowia, sprawność i aktywność ruchową 789 uczestników zajęć na podstawie danych zebranych z anonimowych ankiet w październiku br. Wyniki ankiet będą stanowiły materiał do dalszej pracy programowej w ośrodkach w następnym roku.

Janina Przybylska

Konsultant Ośrodków Terapii Ruchowej dla osób III Wieku Zarządu Głównego TKKF

Wejście do hali sportowej



Nowoczesna bieżnia

Od lewej:
kierownik
budowy, dyrektor
ośrodka -
Marek Dziubiński,
prezes
TKKF - Mieczysław
Borowy,
inż. Grzegorz
Zaskiewicz



Widok z góry:
ośrodek
w trakcie
przebudowy

Od skanse nu do nowoczesności

Od salki gimnastycznej, basenów w jeziorze, betonowych kortów tenisowych, boiska piłkarskiego z kępami trawy, żużlowej bieżni, ceglanych boisk do koszykówki i siatkówki... do nowoczesnych obiektów sportowych, takich jak pełnowymiarowa hala sportowa z wykładziną „mondo” i zapleczem socjalnym, kryta pływalnia z dwiema nieckami (25x12,5 i 12,5x6) oraz zjeżdżalnią 58 m, do bieżni, skoczni w dal, trójskoku i wzwyż w tartanie, do boiska piłkarskiego, kortów tenisowych, boiska do piłki siatkowej, boiska wielofunkcyjnego ze sztuczną trawą, boiska do koszykówki i jednego kortu tenisowego z nawierzchnią syntetyczną.

Kryta pływalnia



Boisko ze sztuczną trawą



Wnętrze hali sportowej

Takie przeobrażenia przechodzi w ostatnich latach Centralny Ośrodek Sportowo-Szkoleniowy TKKF w Sierakowie, woj. wielkopolskim. Dzięki budowie nowych obiektów i modernizacji istniejących boisk ośrodek ze skansenu staje się jedną z bardziej nowoczesnych baz sportowo-rekreacyjnych nie tylko w kraju, ale i w Europie.

Tak wielkie zmiany zachodzące w ośrodku to wynik konsekwentnej realizacji przyjętego przez Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej planu, który zakłada stworzenie w COSSZ TKKF optymalnych warunków do treningu dla dzieci i młodzieży uzdolnionej sportowo (od siedmiu lat na obozach letnich przebywa około 1500 uczestników w czterech turnusach) oraz czynnego wypoczynku dla dorosłych, rodzin i ich dzieci, w których specjalizuje się ośrodek.

Dzięki istnieniu wielu obiektów w ośrodku przebywają grupy sportowe o różnych specjalnościach. W tym roku swoje programy realizowali tenisiści, piłkarze, pływacy, siatkarze, lekkoatleci i karatecy i inni. Powstawanie tak nowoczesnej bazy sportowo-rekreacyjnej to nie tylko podnoszenie standardu dla grup sportowych i osób wypoczywających. To także stwarzanie doskonałych warunków do uprawiania sportu i rekreacji dla społeczności lokalnych (gminy, powiatu, województwa).

Motorem napędowym, mózgiem wszelkich przedsięwzięć jest prezes ZG TKKF, **Mieczysław Borowy**. Dzięki jego zaangażowaniu, wizji rozwoju i pozyskiwaniu środków finansowych w centralnych urzędach możliwe są opisywane przeobrażenia.

Dopełnieniem zmian w COSSZ będzie budowa internatu sportowego z nowoczesną stołówką i zapleczem kuchennym oraz powstanie Europejskiego Centrum Turystyczno-Sportowego TKKF, w którym znajdzie się miejsce m.in. na carawaning, pole namiotowe, bungalowy, przystań wodną, plażę, park rekreacyjny itd. Realizacja tego pomysłu możliwa będzie dzięki uchwale radnych pow. międzychodzkiego, którzy przekazali 7 ha gruntów dla TKKF w celu realizacji przedstawionego zadania.

Investycje i modernizacje COSSZ TKKF są bardzo potrzebne, nie są to pieniądze wyrzucane w przyszłowie błoto. Stworzenie takiej bazy sportowo-rekreacyjnej dla młodych adeptów sportu i wszystkich osób pragnących dbać o kondycję fizyczną bez względu na wiek jest wielkim osiągnięciem Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej.

Marek Dziubiński
Fot. Tadeusz Andrzejewski

Dyrektor ośrodka Marek Dziubiński z dziećmi, Michałem i Asią



Od lewej: inwestor - prezes TKKF Mieczysław Borowy, wykonawca - właściciel firmy POLCOURT, Marek Piotrowicz

Ludzie sportu w Parlamencie

W Sejmie i Senacie nowej kadencji zasiadają ludzie sportu. Mandaty do Sejmu zdobyli: medalistka igrzysk paraolimpijskich i mistrzostw świata osób niepełnosprawnych w łucznicztwie **Małgorzata Olejnik**, szef komisji kultury fizycznej i sportu w Sejmie IV kadencji **Miroslaw Drzewiecki**, trzykrotnie olimpijczyk w pływaniu i pięcioboju nowoczesnym, były wiceprezes Polskiej Konfederacji Sportu **Zbigniew Pacelt**, pełnomocnik prezydenta Bydgoszczy ds. sportu **Andrzej Wal-kowiak**, dyrektor departamentu kultury, sportu i turystyki Pomorskiego Urzędu Marszałkowskiego **Arkadiusz Rybicki**, były trener koni wyścigowych **Lukasz Abgarowicz**, prezes Polskiej Federacji Sportu Młodzieżowego **Bogusław Wontor**, poseł III kadencji Sejmu **Czesław Fiedorowicz**, prezes klubu olimpijczyka w Racocie i dyrektor miejscowego gimnazjum imienia Polskich Olimpijczyków **Wojciech Ziemiński**, były trener piłkarskiej reprezentacji Polski **Janusz Wójcik**, piłkarz **Roman Kosecki**, działacz sportowy **Mieczysław Golba** oraz wiceprzewodniczący sejmowej komisji kultury fizycznej i sportu IV kadencji **Tadeusz Tomaszewski**.

W Senacie zasiadzie honorowy prezes Polskiego Związku Golfa, były rzecznik prasowy Polskiego Komitetu Olimpijskiego, dziennikarz sportowy **Andrzej Person**.

Trenerka Roku

Już po raz piąty Komisja Sportu Kobiet PKOl organizuje konkurs „Trenerka Roku”, którego celem jest popularyzacja sportu kobiet i promowanie wybitnych indywidualności trenerskich. Nagrodzeni zostaną trenerki i trenerzy pracujący z kobietami.

Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi w marcu 2006 r. Kandydatury (z uzasadnieniem) można zgłaszać do 31 stycznia 2006 r. na adres: PKOl, ul. Wybrzeże Gdynskie 4, 01-531 Warszawa, z dopiskiem Konkurs „Trenerka Roku”. Laureaci zostaną uhonorowani statuetkami Komisji Sportu Kobiet Polskiego Komitetu Olimpijskiego.

Mistrzostwa świata w karate shotokan

Sukcesem zakończył się start reprezentantek Polski w mistrzostwach świata w karate shotokan. **Karolina Grabczewska** (Gryfinski Klub Karate), **Marta Szymczak** (Budokan Wrocław) i **Anna Fajkowska** (Bushido Bydgoszcz) zdobyły w Chicago złoty medal w kumite drużynowym w mistrzostwach świata w karate shotokan organizacji WSKA.

Z Chicago białe-czerwoni, podopieczni trenera kadry narodowej **Marka Pawlaczka** przywieźli siedem medali: jeden złoty, trzy srebrne i trzy brązowe. Wicemistrzami świata w kumite drużynowym zostali: **Arnold Goliszewski** (Elbląski Klub Karate), **Michał Glowacki**, **Lukasz Lulek** (obaj AZS AR Wrocław), **Paweł Pinis** (Budokan Wrocław) i **Witold Wojciechowski** (Shobuken Łódź).

W kata drużynowym srebrny medal zdobyły: **Marta Szymczak** (Budokan Wrocław), **Michalina Łoboda** (Bushido Bydgoszcz) i **Agnieszka Wolna** (AZS AR Wrocław). W tej samej konkurencji **Tomasz Drożdżyński**, **Wojciechowi Blochowi** (Dynamic Akademia Karate Poznań) i **Lukaszowi Wolnemu** (AZS AR Wrocław) przypadł brązowy medal. W konkurencji kata **Agnieszka Wolna** (AZS AR Wrocław) zdobyła srebrny medal, a **Wojciech Bloch** i **Tomasz Drożdżyński** (obaj Dynamic Akademia Karate Poznań) brązowe.

Świecące piłki na polu golfowym

Pole golfowe może pomieścić w ciągu dnia 160 graczy. Podczas finałowego turnieju Audi Pro-Am Tour w Rajszewie do limitu zabrakło niewiele - do finałowej rozgrywki przystąpiło 135 zawodników, wśród nich 30 graczy z prestiżowym tytułem Pro.

W kategorii zawodowców turniej wygrał pracujący w Austrii Brytyjczyk **Frankie Young**. W nagrodę zdobył elegancki zegarek o długiej nazwie: Tag Heuer Link Automatic Tiger Woods Limited Edition. Zwycięstwo w całym cyklu Audi Pro-Am 2005 przypadło drugiemu w finałowym turnieju **Mike'owi O'Brienowi**. Lider polskiego rankingu golfowego wygrał także nocny konkurs Stroer Longest Drive rozegrany z użyciem świecących piłek. Jego poleciała najdalej i O'Brien zgarnął 5 tys. zł.

W oficjalnych materiałach cyklu Audi Pro-Am obok wizerunku Mike'a wykorzystano również fotografię słynnego **Tigera Woods**a. Na pytanie, jaki dystans dzielili ich obu (czyli także polski i światowy golf) O'Brien odpowiedział: - Oooh, to bardzo daleko. Ja w przyszłym roku będę grał w II lidze europejskiej. Aby awansować do europejskiej ekstraklasy (czyli European Tour), potrzeba bardzo dużo pracy. A żeby dorównać Tigerowi... baaardzo dużo.

Kiedy O'Brien zaczął grać w golfa, miał 11 lat, o rok więcej niż inny bohater dnia i turnieju, **Michał Karczmarczyk**. Dziesięcioletek wygrał finał i cały cykl w kategorii Stableford, przeznaczony dla amatorów z

handicapem wyższym niż 12. - Bardzo fajny był cykl turniejów, chciałbym podziękować sponsorom, współpracownikom i mojemu trenerowi **Wacławowi Laszkiewiczowi**, który mnie znakomicie przygotowywał, pogoda była ładna, pole świetnie przygotowane, dziękuję - wyrecytował jednym tchem Michał. Jako nagrodę otrzymał torbę golfową i wyjazd do ośrodka Club Med w Portugalii.

Wyniki turnieju Audi Pro-Am Championship w Rajszewie

Amatorzy Stableford: 1. **Michał Karczmarczyk**, 2. **Norbert Dąbrowski**, 3. **James Nam**

Amatorzy brutto: 1. **Piotr Robelek** (25 powyżej par), 2. **Michał Wacławek** (1 dnia najlepsza runda w tym turnieju), 3. **Witold Grzesiak**

Zawodowcy: 1. **Frankie Young**, 2. **Mike O'Brien**, 3. **Marcin Stelmasiak**

Nagroda dodatkowa
awans do Diners Club Pro-Am Classic 2006
Amatorzy Stableford: Stawomir Banaszkiewicz
Amatorzy brutto: Piotr Robelek
Klasyfikacja generalna
Amatorzy Stableford: 1. Michał Karczmarczyk , 2. Robert Mazur , 3. Patryk Trela
Amatorzy brutto: 1. Piotr Robelek , 2. Max Sałuda , 3. Piotr Dąbrowiecki
Zawodowcy: 1. Mike O'Brien , 2. Marcin Stelmasiak , 3. Jakub Ossowski

Andrzej Kraśnicki prezesem PSRISiR

29 sierpnia 2005 r. Andrzej Kraśnicki został wybrany na prezesa Polskiego Stowarzyszenia Rozwoju Infrastruktury Sportu i Rekreacji (PSRISiR). Za jego kandydaturą głosowali wszyscy członkowie-założyciele stowarzyszenia. W zebnaniu uczestniczyło 45 przedstawicieli.

Funkcję wiceprezesa zebrań powierzył **Janowi Kozłowskiemu**, a skarbnika - **Janowi Majowi**. Wybrali ponadto czterech członków zarządu oraz 3-osobową Komisję Rewizyjną, której przewodniczyć będzie **Jan Błoński**, zatwierdził także zaproponowany statut.

- Członkowie naszego stowarzyszenia będą w pełni korzystać z 40-letniego doświadczenia Międzynarodowego Stowarzyszenia na rzecz Rozwoju Infrastruktury Sportu i Rekreacji (IAKS), uczestniczyć na preferencyjnych warunkach w przedsięwzięciach organizowanych i współorganizowanych przez IAKS, promujących nowoczesne rozwiązania z zakresu budowy i planowania infrastruktury sportowo-rekreacyjnej, nie zapominając o promocji własnych osiągnięć inwestycyjnych - powiedział prezes Andrzej Kraśnicki.

Prezes Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej, **Mieczysław Borowy** wyraził oczekiwania w stosunku do nowo powołanego stowarzyszenia oraz do IAKS-u, że będą służyć wszechstronną pomocą w pozyskiwaniu środków z Unii Europejskiej oraz partnerów strategicznych.

Zarząd Polskiego Stowarzyszenia Rozwoju Infrastruktury Sportu i Rekreacji: prezes Andrzej Kraśnicki, wiceprezes Jan Kozłowski, skarbnik Jan Maj; członkowie: **Wojciech Blecharczyk**, **Andrzej Dąbrowski**, **Jacek Kwieciński**, **Marcin Sroczynski**; Komisja Rewizyjna: prezes Jan Błoński, **Wojciech Gućma**, **Jerzy Sawicki**.

DMŚ w warcabach 100-polowych

Na znak protestu polska reprezentacja odmówiła 25 września gry w dwóch ostatnich meczach drużynowych mistrzostw świata w warcabach 100-polowych we włoskim Varazze i ostatecznie została sklasyfikowana na 16. miejscu.

- Polacy nie przystąpili do spotkań ze Szwajcarią i Czechami na znak protestu przeciwko błędnej decyzji sędziów w pierwszym meczu o miejsca 9-16 z Włochami I. W początko-

wej fazie rywalizacji jednemu z naszych reprezentantów zadzwonił telefon komórkowy. Natychmiast go wyłączył, ale na wniosek zawodnika włoskiego sędziego z Senegalu orzekł ... przegraną Polaka - powiedział prezydent Europejskiej Konfederacji Warcabowej **Jacek Pawlicki**. - Wczorasz sędziego główny podtrzymał tę decyzję. Takich reguł nie ma w przepisach światowej federacji warcabowej! Zawodnik winien zostać upominany za przeszkadzanie w grze, przegrana w partii jest ostatecznym, a nie pierwszym orzeczeniem, jakim dysponuje sędzia. Pikanterii dodaje fakt, że w tym samym turnieju były wcześniej podobne przypadki i wówczas zawodnicy byli jedynie upominani - dodał Pawlicki.

Złoty medal DMŚ w warcabach 100-polowych zdobyła Rosja, która w finale pokonała Senegal 7:1. Trzecie miejsce zajęła Lotwa.

Mistrzostwa świata w low-kicku

Trzy medale mistrzostw świata w kick-boxingu w formule low-kick zdobyli Polacy w marokańskim Agadirze. Złoty wywalczył w kategorii powyżej 91 kg 34-letni **Lukasz Jaroś** (Giewont Rabka), a srebrne 31-letni **Robert Żytkiewicz** (Gwardia Zielona Góra, 63,5 kg) i 21-letni **Michał Głowowski** (TKKF Siedlce, 71 kg).

W mistrzostwach świata rywalizowało 187 zawodników w low-kicku i 93 w thaiboxingu. Reprezentowali 38 krajów z 4 kontynentów.

Mistrzostwa Ameryk w karate kyokushin

W hali Hunter College na Manhattanie rywalizowało 150 zawodników i zawodniczek z 12 krajów, którym kibicowało 2000 widzów. Gościem honorowym był prezydent Światowej Organizacji Kyokushin Karate **Shokei Matsui**.

Sześć medali międzynarodowych mistrzostw obu Ameryk w karate kyokushin zdobyli w Nowym Jorku reprezentanci Polski. Dwa wywalczyła **Agnieszka Sypień** (Wrocław) - złoty w kategorii ciężkiej (powyżej 65 kg) i brązowy w turnieju mistrzyni - yokozuna.

Na najwyższym stopniu podium w kategorii open senior stanął **Jacek Synoradzki** (Kraków). W kata open srebrny i brązowy medal przypadł rodzeństwu z Opola - **Aleksandrze** i **Wojciechowi Radziejewiczom**. W wadze 65 kg na trzeciej pozycji uplasowała się **Dobrosława Sołtyś** (Tarnowskie Góry).

Medaliści i miejsca Polaków

Open mężczyzn:

1. **Eduardo Tanaka** (Brazylia), 2. **Andrews Nakahara** (Brazylia), 3. **Andersen Da Silva** (Brazylia), 4. **Krzysztof Habraszka** (Tarnowskie Góry), 5. **Sylwester Sypień** (Wrocław)

Open senior:

1. **Jacek Synoradzki** (Kraków), 2. **Esteban Murillo** (USA), 3. **Iwan Atanassow** (Bułgaria)

Kategoria lekka kobiet 55 kg:
1. Miyoko Kimura (Japonia), 2. Sarita Wahba (USA), 3. Ewelina Czeremuga (USA)
Kategoria średnia kobiet 65 kg:
1. Julie Lamarre (Kanada), 2. Chinki Asano (Japonia), 3. Dobrosława Soltysik (Tarnowskie Góry)
Kategoria ciężka kobiet powyżej 65 kg:
1. Agnieszka Sypien (Wrocław), 2. Ndežeda Petrowa (Bulgaria), 3. Lisa Clarke (USA)
Kata open:
1. Anne Yalabowa (USA), 2. Aleksandra Radziejewicz (Opole), 3. Wojciech Radziejewicz (Opole)
Turniej yokozuna (mistrz):
1. Miyako Kimura (Japonia), 2. Julie Lamarre (Kanada), 3. Agnieszka Sypien (Wrocław)

Młodzieżowe mistrzostwa Europy w warcabach 64-polowych

Trzy medale - złoty, srebrny i brązowy - zdobyli reprezentanci Polski w młodzieżowych mistrzostwach Europy w warcabach 64-polowych zakończonych 28 sierpnia w Mławie. Z reprezentantów Polski najlepiej spisali się **Oskar Budis**, który okazał się najlepszy w grze błyskawicznej oraz był drugi w turnieju głównym. Brązowy medal wywalczyła w turnieju głównym **Arletta Flisikowska**.

Punktację drużynową wygrała Rosja przed Ukrainą i Polską. W rywalizacji w warcabach klasycznych uczestniczyli zawodnicy i zawodniczki z siedmiu krajów.

Równolegle rozegrane zostały mistrzostwa Polski. Wśród kobiet zwyciężyła **Marta Wilczopolska** przed **Małgorzatą Skolimowską** i **Danutą Skrzyńską**. W rywalizacji mężczyzn tytuł mistrzowski zdobył **Marcin Grzesiak**, wyprzedzając **Andrzeja Grodeckiego** i **Mariusza Maluchnika**. W grze błyskawicznej wygrał **Michał Janicki**. Drugi był **Marcin Grzesiak**, a trzeci **Andrzej Grodecki**.

Tytuł drużynowego Mistrza Polski już po raz trzeci z rzędu przypadł zespołowi UKS Struga Marki. Srebrny medal zdobył UKS Roszadą Lipno, a brązowy - LKS Grom Złota Dama Poczesna.

Warszawa gościła 28. Mistrzostwa Świata Dziennikarzy w Tenisie

Andrzej Karczewski (emerytowany dziennikarz Redakcji Sportowej PAP Warszawa) oraz **Wanda Narojek** (TS Raport) zdobyli srebrne medale 28. mistrzostw świata dziennikarzy w tenisie. W finale gry pojedynczej Karczewski w kategorii powyżej 65 lat przegrał ze **Stefanem Varchulikiem** ze Słowacji 6:4, 6:7, 3:6, natomiast Wanda Narojek uległa w rywalizacji tenisistek powyżej 55 lat **Norze Adamcovej** (Słowacja) 0:6, 0:6.

W turnieju pocieszenia powyżej 45 lat triumfował **Syl-**

wester Sikora, pokonując **Jacka Wana** (obaj Polska) 9:7, w kategorii open **Bartosz Gębicz** (Polska), wygrywając z **Edim Sepem** (Słowenia) 9:3, natomiast w turnieju przyjął mistrzostw **Rafał Twarowski**.

Głównym partnerem mistrzostw, zorganizowanych przez Stowarzyszenie Tenisowe - Narciarski Klub Dziennikarzy „Media”, był Urząd Miasta Stołecznego Warszawy, a z uczestnikami mistrzostw na zakończenie spotkał się prezydent Warszawy **Lech Kaczyński**.

W imprezie, która po raz drugi odbywała się w Polsce (poprzednio najlepszych dziennikarzy-tenistów gościł Szczecin), wzięło udział 130 zawodniczek i zawodników z 18 państw. O medale walczone w sześciu grupach wiekowych wśród mężczyzn i w trzech grupach wiekowych wśród kobiet.

Absolutnym rekordzistą, jeśli chodzi o liczbę zdobytych medali, jest Andrzej Karczewski, który ma w dorobku 5 złotych medali w grze pojedynczej oraz 12 w podwójnej. Tylko raz Karczewski nie startował w mistrzostwach świata.

Stołeczna AWF zainaugurowała 76. rok akademicki

Blisko siedem tysięcy studentów warszawskiej AWF im. Józefa Piłsudskiego rozpoczęło w czwartek nowy rok akademicki, 76. w dziejach uczelni. Ponad półtora tysiąca osób przyjętych na pierwszy roku studiować już będzie w systemie dwustopniowym. Według rankingu to najlepsza w Polsce uczelnia kształcąca kadry na potrzeby sportu.

Europejskie aspiracje stołecznej uczelni podkreślił zarówno rektor, **prof. Henryk Sozański**, jak i wygłaszający wykład inauguracyjny **prof. Lech Jaczynowski**. AWF kształcić będzie nauczycieli wychowania fizycznego, trenerów oraz specjalistów z zakresu fizjoterapii, rekreacji i turystyki w dwóch etapach - licencjackim i magisterskim.

Studenci AWF zdobywać będą wiedzę i tak zwane punkty kredytowe, których suma pozwalała zaliczyć kolejne semestry i lata studiów. Zgodnie z europejskimi zasadami można akumulować punkty i w znacznym stopniu układać własną ścieżkę edukacyjną. Można także realizować indywidualne zainteresowania, nie tylko na macierzystej uczelni, lecz również w najlepszych ośrodkach akademickich Europy. Każdy absolwent AWF otrzymywać będzie, obok dyplomu, dwujęzyczny suplement zawierający informacje o jego ocenach, dodatkowych kursach specjalistycznych czy szczególnych osiągnięciach. W opinii władz uczelni znacznie ułatwi to podjęcie pracy poza granicami kraju.

Inauguracja roku akademickiego połączona była z uroczystością odsłonięcia „Złotego Kręgu” wybitnych osobowości polskiego sportu. Symboliczny krąg powstaje z inicjatywy fundacji Gloria Optimis, ustanowionej w 2005 r. przez Towarzystwo Olimpijczyków Polskich, Fundację „Olimpiada” i AWF. Celem jest uhonorowanie tych, którzy przez swoje osiągnięcia sportowe, karierę zawodową, patriotyzm, niezłomny charakter zasługują na miano wybitnych osobowości polskiego sportu.

W obecności Senatu AWF, liczego grona zaproszonych gości i studentów oraz przewodniczącego Kapituły funda-

cji, olimpijczyka, mecenasa **Ryszarda Parulskiego**, na centralnym placu AWF odsłonięty został obelisk oraz dwadzieścia marmurowych tablic upamiętniających pierwszych laureatów „Złotego Kręgu”. Są wśród nich zarówno sportowcy, jak i laureaci olimpijskich konkursów sztuki, trenerzy i publicyści. Listę otwiera pierwszy dyrektor CIWF, poprzedniczki AWF, **Władysław Osmólski** - lekarz, działacz sportowy, teoretyk sportu, publicysta.

Złote litery na marmurowych tablicach upamiętniają nazwiska najwybitniejszych sportowców: **Haliny Konopackiej**, **Wacława Kuchara**, **Janusza Kusocińskiego**, **Stanisława Marusarza**, **Jadwigi Jędrzejowskiej**, **Rogera Vereya**, **Bronisława Czecha**, **Eugeniusza Lokajskiego**. Trzy tablice poświęcone są złotym medalistom olimpijskich konkursów sztuki - poecie **Kazimierzowi Wierzyńskiemu**, rzeźbiarzowi **Józefowi Klukowskiemu** i kompozytorowi **Zbigniewowi Turkiewiczowi**. Uhonorowany został także dziennikarz **Wojciech Trojanowski**, znakomity sprawozdawca radiowy.

W gronie laureatów pierwszej edycji „Złotego Kręgu” znalazło się też siedmiu wybitnych trenerów - **Feliks Stamm** (boks), **Janos Kevey** (szermierka), **Jan Mulak** (lekkoatletyka), **Kazimierz Górski** (piłka nożna), **Klemens Roguski** (podnoszenie ciężarów), **Henryk Łasak** (kolarstwo) i **Janusz Tracewski** (zapasy).

- Chcemy, aby w tym kręgu znalazły się nazwiska ludzi, którzy nie tylko w sporcie, ale i w całym swym życiu dawali przykład niezłomnego charakteru i patriotyzmu - powiedział Ryszard Parulski, ogłaszając, że Kapituła „Gloria Optimis” czeka na zgłoszenia kolejnych wybitnych postaci, które znajdą swe miejsce w „Złotym Kręgu” za rok, podczas inauguracji kolejnego roku akademickiego AWF Józefa Piłsudskiego.

Pierwsze zgłoszenie do II edycji „Gloria Optimis” 2006 - profesora **dr Mariana Weissa** (1921-1981) - wystosował do kapituły Polski Związek Sportu Osób Niepełnosprawnych „Start”. Profesor Weiss był wybitnym specjalistą w dziedzinie chirurgii, rekonstrukcji i rehabilitacji narządów ruchu. Od 1951 r. piastował funkcję dyrektora szpitala chirurgii kostnej w Konstancinie. Był organizatorem i późniejszym kierownikiem katedry i kliniki rehabilitacji stołecznej Akademii Medycznej. Na terenie Centrum Rehabilitacji Narządów Ruchu w Konstancinie profesor Marian Weiss zbudował zespół boisk, salę gimnastyczną i basen. Organizowanie igrzysk paraolimpijskich to także jego zasługa.

Piłka z mikrochipem na MŚ

Piłka z wmontowanym mikrochipem ułatwiała pracę arbitrom podczas zakończonych 2 października w Peru mistrzostw świata zawodników do lat 17, w których uczestniczyło 16 zespołów.

W lutym 2005 r. Międzynarodowa Rada (International Board), w skład której wchodzi przedstawiciel federacji piłkarskich Anglii, Walii, Szkocji, Irlandii Północnej, działająca przy Międzynarodowej Federacji Piłki Nożnej (FIFA) i czuwająca nad przepisami gry, wyraziła w Cardiff zgodę na przetestowanie piłki z mikrochipem, który ma sygnalizować przekroczenie linii bramkowej.

Nową technologię opracował Adidas. Opiera się ona na użyciu specjalnego 15-milimetrowego mikrochipu umiesz-

czanego wewnątrz piłki. Chip wysyłał specjalny sygnał do arbitra w momencie, gdy piłka całym obwodem przekroczy linię bramkową. Pomysł ten jest alternatywą wobec propozycji używania przez sędziów zapisów magnetowidowych podczas meczów piłkarskich. Tę koncepcję zdecydowanie odrzuca szef FIFA, Szwajcar **Sepp Blatter**.

Tytuł mistrza świata w kick-boxingu

Robert Nowak (AZS AWF Athletic Poznań) znokautował na ringu w Montpellier w szóstej rundzie Francuza **Fabrice'a Barelle** i obronił tytuł zawodowego mistrza świata w kick-boxingu w formule full contact kategorii 75 kg organizacji WAKO-PRO. Była to rewanżowa walka poznaniaka z Barelle, którego pokonał w marcu, także w Montpellier, w czwartej rundzie przez nokaut.

30-letni Nowak, zanim przeszedł na zawodowstwo, był mistrzem świata i trzykrotnym mistrzem Europy. Trzy razy zdobywał puchar świata.

W Niemczech trwa proces jednoczenia DSB i NOK

Proces łączenia dwóch najważniejszych niemieckich organizacji sportowych, Niemieckiego Komitetu Olimpijskiego (NOK) i Niemieckiego Związku Sportu (DSB) wchodził w decydującą fazę.

Komisja pracująca pod przewodnictwem prezesów **Klaus Steinbacha** (NOK) i **Manfreda von Richthofena** (DSB) opracowała propozycje statutu przyszłego Niemieckiego Olimpijskiego Związku Sportu (DOSB), który wysłała do członków obu organizacji. Na lekturę i ewentualne wniesienie uwag mają oni trzy tygodnie, aby do końca października zarówno NOK, jak DSB i krajowe związki sportowe zaakceptowały przyszły statut.

Na 10 grudnia wyznaczone zostało wspólne posiedzenie NOK i DSB, które mają się tego dnia rozwiać, stwarzając zielone światło powstaniu nowej organizacji. Do rozwiązania się potrzebna jest zgoda 75% członków. Zarówno DSB, jak NOK, mimo formalnego rozwiązania będą funkcjonować do 20 maja 2006 r., kiedy nastąpi zjednoczenie.

Planuje się, że w przyszłym prezydium DOSB zasiądzie jedynie jedenaście osób, co stanowi jedną trzecią dotychczasowych prezydiów NOK i DSB. Obok prezesa pracami prezydium DOSB kierować będzie sześciu zastępców, odpowiedzialnych za sport wyczynowy, sport kobiet, sport powszechny, zarządzanie, oświatę i finanse, sekretarz generalny, dwaj członkowie Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego oraz reprezentant sportowców.

- Proces jednoczenia jest trudny, prawie wszystkie grupy interesów w niemieckim sporcie musiały pójść na ustępstwa. Najważniejsze, że wszyscy stoją przed jedną szansą, mając świadomość konieczności doprowadzenia do zjednoczenia struktur niemieckiego sportu - powiedział prezes Manfred von Richthofen.



VI Piknik Olimpijski,
4 września 2005 r.

Olimpijczycy dzieciom

Czasem, gdy na ekranie telewizora śledzimy rozgrywki z różnych dyscyplin sportowych, ich główni aktorzy, czyli zawodnicy i trenerzy, wydają nam się tak bliscy a gra – niesamowita i wciągająca. Ile jednak osób miało w ręku fiolet lub chociażby próbowało dotrzeć konia lub opanować arkana pływania kajakiem? Myślę, że nieliczni sympatycy. Ale grono takich szczęściarzy powiększyło się 4 września, podczas VI Pikniku Olimpijskiego.

Założeniem imprezy było przybliżenie uczestnikom poszczególnych dyscyplin olimpijskich przez pokazy zawodowców, ale także dając możliwość samodzielnego uczestnictwa w zawodach. Największym powodzeniem cieszyły się stanowisko wioślarskie, gdzie można było spróbować swoich sił nie w łodzi, ale na ergometrze, czyli tak, jak trenują prawdziwi zawodnicy.

Piknik Olimpijski propaguje zdrowy, rodzinny styl życia poprzez uprawianie sportu w myśl hasła „Żyj sportowo”. Jak w poprzednich edycjach uczestniczyło w nim kilkadziesiąt tysięcy osób. Olimpijskiego charakteru nadała imprezie obecność ponad 100 uczestników i grzywk, w tym naszych największych gwiazd sportowych. Podczas całonocnej imprezy odbywały się liczne konkursy, gry sportowe i rekreacyjne. Cała impreza była swoistym prezentem polskich olimpijczyków i sponsorów ruchu olimpijskiego. Podczas wielogodzinnej wesołej zabawy znani sportowcy, popularni aktorzy, dziennikarze i politycy zachęcali wszystkich – dużych i małych – do aktywnego, sportowego stylu życia.

Już przed godziną jedenastą rywalizację rozpoczęli pierwsi zawodnicy i zawodniczki. Oficjalne otwarcie Pikniku nastąpiło o godzinie 12:00. Pierwsi kibice, którzy przybyli do parku Agrykola mieli okazję dopingować biegaczy przez płotki. Na boisku grali następcy Jerzego Dudka, Euzebiusza Smolarka i Macieja Żurawskiego.

W Pikniku Olimpijskim uczestniczyło kilka tysięcy osób
Fot. Krzysztof Schmidtke



Obok młodych piłkarzy toczono żartatą rywalizację w unihokeja.

Lekka Atletyka

Wspaniała zabawa, mnóstwo konkursów, wiele gwiazd sportu i cudowna atmosfera – tak w skrócie można opisać część lekkoatletyczną Pikniku Olimpijskiego. W konkursach zorganizowanych przez Polski Związek Lekkiej Atletyki wzięło udział ponad 3500 miłośników „królowej sportu”. Przez sześć godzin wszyscy chętni mogli sprawdzić swoje możliwości w konkurencjach sprawnościowych:

Finiszuje zwycięska osada smoczych łodzi
Fot. Krzysztof Schmidtke



biegu na dystansie 30 m przez niskie płotki, skoku w dal z miejsca, rzucie piłką lekarską, próbach zręcznościowych „Rzuty łotkami do celu” i „Rzuty kółkiem na patyk”.

Wszyscy mieli możliwość porozmawiania z największymi gwiazdami, m.in. **Ireną Szewińską, Teresą Sukniewicz, Grażyną Rabsztyn, Urszulą Kielan, Danielą Jaworską, Jolantą Januchą, Moniką Pyrek** czy **Marianem Woroninem**.

Do skoku w dal z miejsca zachęcała najlepsza lekkoatletka wszech czasów, zdobywczyni siedmiu medali olimpijskich – Irena Szewińska, natomiast Grażyna Rabsztyn pokazywała, jak się powinno biegać przez płotki. W roli atletów wystąpili olimpijczycy, którzy miotali piłką lekarską niczym... pingpongową. Po tak dalekich rzutach kibice z chęcią włączali się do konkursu, chcąc dorównać byłym mistrzom.

Jeździectwo

W tym roku po raz pierwszy w ramach Pikniku Olimpijskiego prezentowane było jeździectwo. A jako jedno z jego obliczy – styl

western. Publiczność gorąco oklaskiwała dynamiczny galop, efektowne spiny i zatrzymanie, precyzyjne pokonywanie przeszkód w trailu, a przede wszystkim niewymuszone prowadzenie koni na tzw. luźnej wodzy.

Jeździectwo prezentowali publiczności znani aktorzy, a wśród nich miłośnicy koni – **Marek Siudym** i **Ewa Kania**.

Na rowerach

Symulatory kolarskie także cieszyły się dużym wzięciem. Dystans dwóch kilometrów pokonywany na rowerze stacjonarnym był nie lada wyzwaniem, zwłaszcza, że przez cały czas „czuło się oddech” znanych olimpijczyków, którzy stawiali w szranki z kibicami.

Dzieci wioślarze

Przy ergometrach wioślarskich fachowych rad udzielał brązowy medalista olimpijski z Barcelony, dziś dyrektor w Polskim Komitecie Olimpijskim – **Kajetan Broniewski**. Jego entuzjazm plus sukcesy czwórki podwójnej, a także **Roberta Syca** i **Pawła Rańda** spowodowały, że swoich umiejętności na wioślarskich ergometrach próbowały także dzieci. Walka zawsze toczyła się do ostatnich metrów.

Smocze łodzie

Do rywalizacji stanęły 4 doświadczone zespoły złożone z byłych zawodników warszawskich klubów (sportowców – kajakarzy i kanadyjkarzy, byłych zawodników kajak-



polo) oraz 3 młodzieżowe zespoły amatorów. Młodzież z każdym kolejnym wyścigiem coraz lepiej radziła sobie z wiosłami i gromkimi okrzykami wyznaczała rytm płynięcia.

Rodzina Olimpijska

Licznie zgromadzonym widzom zaprezentowało się kilka pokoleń olimpijczyków: mistrzowie świata, Europy, a także zdobywcy medali na wielu igrzyskach. Witali



Licznie zgromadzonym widzom zaprezentowało się kilka pokoleń olimpijczyków
Fot. Krzysztof Schmidtke

Ergometry wioślarskie cieszyły się ogromną popularnością
Fot. Adam Nurkiewicz
www.olimpijski.pl

Program Pikniku Olimpijskiego

Badminton: minirozrywki dla dzieci i młodzieży, gry pokazowe kadry Polski, turniej rodzinny

Bocce: turniej dla publiczności, IV otwarte Mistrzostwa Warszawy w celności rzutów bocce

Zabawy na wodzie: regaty „smoczyc łodzi”, pływanie rekreacyjne na kajakach turystycznych

Koszykówka: rozgrywki koszykówki ulicznej „Triobasket”, konkursy rzutów z połowy boiska i rzutu za 3 punkty

Kucyki/jeździectwo: pokazy sportowych konkurencji jeździeckich, Jeździecka Sztafeta Olimpijska (skoki przez miniprzekłady, ujeżdżanie, kros), konkursy i zabawy jeździeckie (jazda na kucykach, bryczki itp.)

Lekka Atletyka: otwarte konkursy lekkoatletyczne (prowadzone przez gwiazdy polskiej lekkiej atletyki), skok w dal z miejsca, rzuty piłką i piłką lekarską, minibięgi sztafetowe, miniskok wżwż

Półka nożna: turniej piłkarski dla dzieci, konkursy i zabawy piłkarskie „Sprawna klasa”: finał ogólnopolskiej akcji „Sprawna klasa”, pięć konkurencji sprawnościowych przygotowanych przez mistrzów olimpijskich (startowały 3 najlepsze klasy z całej Polski), konkurs sprawnościowy „Sportowa Rodzina”

Strzelectwo: na specjalnie przygotowanych stanowiskach pokazy i

konkursy strzeleckie (trenerzy laserowe itp.)

Szermierka: miniturniej fioletowy i szpadowy dla dzieci, konkursy podstaw szermierki dla wszystkich, walki pokazowe młodzieży z UKS D'Artagnan, pokazy szermierki historycznej

Symulatory kolarskie: zawody sportowe z nagrodami dla dorosłych i dzieci na trenerach, prezentacja mobilnych technik przez Internet, minikonkursy

Test sprawności fizycznej: blok testów i edukacyjnych programów sportowych przygotowany przez Instytut Sportu i Polską Federację Sportu Młodzieżowego

Triathlon: prezentacja dyscypliny w wykonaniu młodych zawodników, otwarte minizawody duathlonu (bieg, jazda na rowerze)

Tenis: Akademia Tenisa Donalda (zabawy i konkurencje tenisowe), aerobik tenisowy (rozgrzewka przy muzyce), pokazy gry w minitenisa, „Moja pierwsza lekcja tenisa”, miniturniej familijny

Wioślarstwo/ergometry wioślarskie: regaty na ergometrach wioślarskich dla dzieci (dystans 200 m), dla młodzieży i dorosłych (dystans 500 m)

Świat 1000 Uśmiechów: prawie trzydzieści stanowisk i konkurencji dla najmłodszych uczestników pikniku i ich opiekunów, m.in. krykiet, minigolf, rzut podkową, wspieranie po linie, gra w klasy.

ich i prezentowali **Henryk Urbaś** (Polskie Radio) i **Dariusz Szpakowski** (Telewizja Polska). W imieniu olimpijczyków przemawiał Prezes PKOl, **Piotr Nurowski**.

Sponsorzy ruchu olimpijskiego przygotowali nagrody i upominki dla uczestników zabaw sportowych. Kreisel, sponsor polskich olimpijczyków, uhonorował najlepszych w turnieju piłkarskim, którego był współorganizatorem.

Beneficjentem pikniku zostało Centrum Onkologii, na konto którego wpłynęło 1300 zł uzyskanych z licytacji roweru turystycznego. Zdaniem uczestników, organizatorów i zaproszonych gości imprezy tego typu to najlepsza promocja ruchu olimpijskiego i forma zachęcenia do aktywnej rekreacji i sportu dzieci i młodzieży.

Redakcja

IV Festiwal Gwiazd Sportu

Maria Kwaśniewska-Maleszewska – brązowa medalistka Igrzysk Olimpijskich w Berlinie (1936 r.), Renata Mauer-Różańska – trzykrotna medalistka igrzysk olimpijskich, Bogdan Wołkowski – wielokrotny mistrz świata w trikach bilardowych, Czesław Lang – medalista olimpijski z Moskwy, dyrektor Tour de Pologne, Włodzimierz Lubański – mistrz olimpijski w piłce nożnej, Artur Szulc – znany prezydent sportowy byli Gwiazdami IV Festiwalu Sportu w Dziwnowie i w Alei Gwiazd Sportu odkryli repliki swoich medali. Festiwal, w tym roku, odbywał się pod patronatem Polskiego Komitetu Olimpijskiego, a specjalnym gościem był sekretarz generalny PKOl. Adam Krzesiński

Zanim jednak odbyła się uroczystość w Alei Gwiazd Sportu, przez pięć dni wczasowicze i mieszkańcy Dziwnowa brali udział w różnych imprezach sportowo-rekreacyjnych z udziałem sportowców.

Amatorzy strzelectwa walczyli o puchar Renaty Mauer-Różańskiej w strzelaniu do celu. Pani Renata w trakcie pojedynku strzeleckiego udzielała cennych rad oraz barwnie opowiadała o zasadach obowiązujących podczas zawodów strzeleckich. Umiejętności strzelców były zadziwiająco wysokie, o zwycięstwie zdecydowała dopiero druga dogrywka. Puchar Renaty Mauer-Różańskiej zdobył **Maciej Stawiszynski** ze Złotowa.

Bogdan Wołkowski organizował liczne pokazy swoich umiejętności przy stole bilardowym. Chętni, pod okiem mistrza, mogli nauczyć się kilku podstawowych tricków.

Tradycyjnie już odbyła się przejażdżka ulicami Dziwnowa w towarzystwie naszych mistrzów kolarstwa: **Lecha Piaseckiego** i Czesława Langa, a towarzyszyli im również **Marek Łbik** i Bogdan Wołkowski. Dodatkową atrakcją rajdu były pokazy cyklotrialu. Po rajdzie właściciel najstarszego roweru otrzymał specjalną nagrodę.

Remisowo zakończył się mecz plażowej siatkówki pomiędzy mistrzami sportu w składzie: Marek Łbik, Lech Piasecki, Bogdan Wołkowski, Włodzimierz Lubański, Adam Wrzesiński, Marian Sypniewski a pracownikami Urzędu Miejskiego w Dziwnowie. Po dwóch setach i stanie 1:1 postanowiono, że rozstrzygnięcie tego pojedynku



Małe gwiazdeczki wśród gwiazd sportu

Jedna z konkurencji podczas rywalizacji o tytuł Miss Sportu



odbędzie się za rok, podczas kolejnego Festiwalu Gwiazd Sportu.

Zwolennicy czynnego wypoczynku na wodzie rywalizowali w regatach kajakowych pod kierunkiem Marka Łbika. **Marcin Łopucki** (wicemistrz Europy w fitness) prowadził zajęcia dla turystów, głównie pań, na dziwnowskiej plaży.

Publiczności zgromadzonej w przestronnym namiocie „Bosmana” podobały się pokazy szermierki w wykonaniu Mariana Sypniewskiego i Adama Krzesińskiego

Wybory Miss Sportu były kolejną atrakcją tygodnia sportu. Kilkanaście finalistek, oprócz swoich wdzięków zaprezentowały również umiejętności sportowe. Miss Sportu została **Monika Szlachetka** ze Stargardu Szczecińskiego, pierwszą wicemiss **Magdalena Dwojak** z Łodzi, drugą **Ewa Gimier** z Elku. Na publiczność wrażenie zrobiła obywatelka Ruandy, studiująca w Łodzi, **Liliana Iliguga**.

Najważniejsze imprezy festiwalowe odbyły się w sobotę 13 sierpnia. W południe, na starcie VII Międzynarodowego Biegu pod patronatem Burmistrza Dziwnowa, „Cztery mile Jarka”, stanęły do rywalizacji przedszkolaki, dzieci ze szkół podstawowych i młodzież gimnazjalna. Młodym sportowcom towarzyszyły Gwiazdy Sportu, które osobiście dekorowały najlepszych.

Przed biegiem memorialowym odbył się bieg vipów o „Wielką Muszlę Burmistrza Dziwnowa”. Po emocjonującym finiszu wygrała Renata Mauer-Różańska przed Czesławem Langiem i Bogdanem Wołkowskim. O godzinie 14.15 rozpoczął się bieg memorialowy „Cztery mile Jarka”. Udział w nim

wzięło 118 uczestników. Od początku szybkie tempo narzucili faworyci – dwóch Kenijczyków: **Michael Karonei** i **Abel Kirui** oraz **Michał Bartoszak** (olimpijczyk z Aten w maratonie). Decydujący finisz rozegrał się, gdy zawodnicy wbiegli na plażę w Dziwnówku. Kenijczycy przyspieszyli i z dużą przewagą przekroczyli linię mety. Lepszy o metr okazał się Michael Karonei, drugi był Abel Kirui, jako trzeci linię mety minął Michał Bartoszak. Wśród kobiet najlepsza była **Ewa Zawadzka** – Osowa Sień przed **Katarzyną Musiał** – Krzyż i **Beąą Pokrzywińską** z Polic. Puchary dla najszybszych kobiet po raz kolejny ufundował Związek Miast i Gmin Morskich z siedzibą w Gdańsku.

Przed dekoracją zwycięzców biegu odbyła się miła uroczystość – okazałymi pucharami udekorowano „siedmiu wspaniałych”, czyli osoby, które startowały w każdej edycji biegu memorialowego. Ta elitarna siódemka to: **Jolanta Jama** – Dziwnówek, **Krzysztof Pieczyński** – Szczecin, **Jerzy Ochota** – Policie, **Jarosław Kosoń** – Kołczewo, **Andrzej Woliński** – Wolin, **Kazimierz Biskupski** – Gnieszno i **Krzysztof Jama** – Dziwnówek. Poślanka **Elżbieta Piela-Mielczarek**, jak co roku, zadbała o nagrody dla uczestników biegu, fundując kosze z owocami i słodyczami. Organizatorzy biegu „Cztery mile Jarka”: Burmistrz Dziwnowa, Urząd Miejski w Dziwnowie, Ludowy Uczniowski Klub Sportowy „Bałtyk” przy GP „Pomerania”, Miejski Ośrodek Kultury i Sportu serdecznie dziękują wszystkim sponsorom

i osobom, które swoim zaangażowaniem przyczyniły się do organizacji biegu.

Imprezą kończącą wakacyjne sportowe zmagania były VII Regaty „Pożegnanie Lata”. Załogi 56. jachtów walczyły o puchar Przewodniczącego Rady Miejskiej w Dziwnowie. W klasie Optymistów zwycięstwo zajęli: **Anna** i **Piotr Kusio** (Wolin) i **Piotr Rzezak** (Kamień Pom.) Klasę Alf wygrał **Rafał Nowak** (Dziwnów) przed **Jackiem Zieniewiczem** (Dziwnówek), w Omegach triumfował „Follow Me” ze sternikiem **Kamillem Rasińskim** (Dziwnów). W klasie turystycznej jachty zostały podzielone na trzy grupy, w zależności od długości jachtu. W klasie do 6 m wygrał jacht „Ifigenia” – sternik **Jerzy Pitucha** (Dziwnów), drugie miejsce zajął „Obcy” – st. **Piotr Chwiczynski** (Szczecin), trzecie „Pamela” – st. **Roman Jabloński** (Dziwnów). W klasie 6-8 m kolejność była następująca: „Oról” – st. **Lesław Ródc** (Szczecin), „Malina” – st. **Ryszard Krawczyk** (Kamień Pom.), „Difur” – st. **Szymon Grzesiak** (Kołobrzeg). Wśród jachtów powyżej 8 m zwyciężyli: „Amigo” – st. **Krzysztof Woronowicz** (Szczecin), „Jatos” – st. **Jerzy Jaroszewski** (Swinoujście), „Almayer” st. **Michał Kunysz** (Kołobrzeg). Organizatorem regat był Miejski Ośrodek Kultury i Sportu. Puchary i nagrody wręczali **Marek Lisowski** – przewodniczący RM Dziwnowa i **Jacek Rasiński** – komandor Regat. Mam nadzieję, że za rok wakacje w Dziwnowie będą również atrakcyjne dla ludzi kochających sport.

Jerzy Janawa

W poszczególnych kategoriach zwyciężyli:

- Przedszkolaki:**
- Dziewczeta: **Justyna Iskrzyńska** – Łódź, **Katarzyna Woźniak** – Dziwnów, **Alicja Bany** – Police
 - Chłopcy: **Mikołaj Zajac** – Tychy, **Michał Adamczewski** – Dziwnów, **Kamil Foret** – Legnica

- Klasy I-II**
- Dziewczeta: **Natalia Kowalewska** – Police, **Klaudia Sobiech** – Kościan, **Alicja Milczarek** – Dziwnów
 - Chłopcy: **Aleksander Bany** – Police, **Mateusz Grabski** – Szczecin, **Patryk Stankowski** – Opalenica

- Klasa III-IV**
- Dziewczeta: **Natalia Brozja** – Police, **Martyna Pawłowska** – Świerżno, **Karolina Soja** – Kalisz
 - Chłopcy: **Wiktor Krawczyński** – Poznań, **Daniel Kokowicz** – Czerwieski, **Szymon Belgau** – Międzyrzecz Wlkp.

- Klasa V-VI**
- Dziewczeta: **Olga Wolsztyniak** – Osowa Sień, **Anna Dąbkowska** – Wojciechowie, **Agata Maksymiuk** – Dziwnów
 - Chłopcy: **Dawid Castaneda** – Krotoszyce, **Mateusz Broda** – Osowa Sień, **Marcin Misiurek** – Wrocław

- Gimnazja:**
- Dziewczeta: **Ewa Zawadzka** – Osowa Sień, **Izabela Skrzypczak** – Osowa Sień, **Paulina Nosek** – Dziwnów
 - Chłopcy: **Miłosz Szczesniowski** – Osowa Sień, **Arkadiusz Ankiel** – Osowa Sień, **Łukasz Gryniwicz** – Bielsko-Biała



Start do biegu memorialowego

Zbigniew Kaptur Misterem Łopienia 2005

Tymbark – Góra Łopień

Już po raz piąty Urząd Gminy w Tymbarku, Ochotnicza Straż Pożarna w Tymbarku, JS Nr. 2007, ZS „Strzelec”, OSW w Tymbarku i UKS „Tymbark” były organizatorami górskiego zjazdu turystycznego na górze Łopień (polana Myconówka).

Turyści imprezę rozpoczęli minutą ciszy, oddając hołd poległym i umęczo-

nym - w związku z przypadającą 60. rocznicą zakończenia II wojny światowej i 66. rocznicą napaści Niemiec hitlerowskich i ZSSR na Polskę.

Organizatorzy dla licznej grupy turystów przygotowali konkursy z nagrodami, zorganizowali zawody strzeleckie z broni pneumatycznej, dokonali wyboru Mistra Łopienia 2005

oraz nagrodzili najstarszego i najmłodszego uczestnika zjazdu.

W zawodach strzeleckich w grupie osób starszych zwyciężyli: **Rafał Wyrostek** z Nowego Sącza, **Maciej Kapurkiewicz** z OSP Tymbark, **Mateusz Biernat** z Tymbarku. Wśród dzieci pierwsze miejsce przypadło **Katarzynie Sołtys** ze Słonic, drugie **Marcinowi Krzakowi** z Limanowej a trzecie **Maciejowi Banachowi** z Tymbarku.

Tytuł Mister Łopień 2005 zdobył naczelnik Ochotniczej Straży Pożarnej w Tymbarku, druh **Zbigniew Kaptur**, który nie dał szans rywalom w konkursie przygotowanym przez **Karolinę Ptaszek**, **Katarzynę Kalisz** i **Paulinę Mróz** z tymbarskiego „Strzelca”.

Najstarszym uczestnikiem zjazdu był **Stanisław Bubula** (65 lat - 50 lat w OSP Tymbark), najmłodszym - **Michał Kordeczka** (5 lat).

W konkursie przyrodniczym najlepsze miejsca zajęli: **Damian Duda**, **Paweł Janczak** i **Maria Kordeczka**, **Łucja Krzak**. Konkurs przygotował i przeprowadził leśniczy **Tadeusz Rybka**.

W konkursie wiedzy turystycznej pierwsze miejsce zajęła **Łucja Krzak**, drugie - **Damian Duda**, trzecie - **Maciej Surdziel**. Konkurs przygotował i przeprowadził **Józef Banach**. Fundatorami nagród rzeczowych dla uczestników konkursów były: Urząd Gminy w Tymbarku, firma „Tymbark” oraz Małopolska Organizacja Turystyczna w Krakowie.

Druhowie z tymbarskiej OSP aktywnie włączyli się w akcję „Sprzątanie Świata - Polska 2005”. Na polanie Myconówka zlikwidowali wysypisko śmieci i posprzątaali szlak z Łopienia do Chyszówce.

Robert Nowak



Sprawdzian ze znajomości historii walk Legionów
Fot. Grzegorz Jurek

XII Rajd Górski „Szlakiem Walk Legionów Polskich Na Ziemi Limanowskiej”

Lekcja historii

Reprezentacja tymbarskiego „Strzelca” w składzie: **Barbara Kozuch**, **Klaudia Janiczak**, **Tomasz Wojtyłko**, **Kamil Ozga** i **Krzysztof Pyka** (opiekun **Grzegorz Jurek**) oraz drużyna Publicznego Gimnazjum w Skrzydlnej w składzie: **Maciej Nowak**, **Wojciech Struś**, **Adam Smaga**, **Mariusz Piwko** i **Grzegorz Zajac** (opiekun **Stanisław Opach**) zajęły pierwsze miejsca w XII Rajdzie Górskim „Szlakiem Walk Legionów Polskich Na Ziemi Limanowskiej”.

Młodzież pokonała trasę: Tymbark - Góra Łopień - Chyszówce - Góra Mogielica - Zaświercze/Słonic - Tymbark, na której rozlokowane były trzy punkty kontrolne. Na tych punktach młodzież musiała wykazać się znajomością wiedzy z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej, historii walk Legionów Józefa Piłsudskiego na limanowszczyźnie oraz Beskidu Wyspowego i krajoznawstwa.

Na zakończenie rajdu na strzelnicy sportowej w Zespole Szkół im. Komisji Edukacji Narodowej w Tymbarku zorganizowano zawody strzeleckie z broni pneumatycznej. W grupie młodzieży

pierwsze miejsce zajął **Kamil Ozga**, drugie **Tomasz Wojtyłko**, trzecie **Daniel Makowski**. W grupie opiekunów zwyciężyła **Agnieszka Burek**, miejsce drugie przypadło **Stanisławowi Opach**, trzeci wynik uzyskał **Krzysztof Kawula**. Wszyscy uczestnicy rajdu i zawodów strzeleckich otrzymali puchary, dyplomy, nagrody rzeczowe oraz okolicznościowy znaczek, których fundatorami były: Urząd Gminy w Tymbarku i Małopolska Organizacja Turystyczna w Krakowie. Trud pieszej trasy młodzieży chłodziły soczki ufundowane przez firmę Tymbark.

Organizatorami rajdu byli: **Józef Banach** (Zespół Szkół im. KEN w Tymbarku), **Robert Nowak** (Urząd Gminy w Tymbarku), **Artur Kruszyński** (Ochotnicza Straż Pożarna w Tymbarku), **Agnieszka Burek** („Strzelec” Tymbark), **Grzegorz Dziadoń** (UKS Tymbark), **Tadeusz Rybka** (UG Tymbark) i **Krzysztof Kawula** („Strzelec” Tymbark). Rajd zorganizowany w Tymbarku był dla młodzieży doskonałą lekcją historii oraz możliwością poznania Szlaku Pańskiego i rowerowego na górach Łopień i Mogielica jak również form wypoczynku i rekreacji w górach.

Robert Nowak

III Puchar Tymbarku w BNO

Mistrzostwa UKS-ów Województwa Małopolskiego w biegu na orientację 10 września 2005, Tymbark - Piekietko

Organizatorzy: UKS „Ogniwo” Piekietko, współorganizatorzy: Polski Związek Biegu na Orientację, MENiS, Małopolski Związek Biegu na Orientację, zespół szkół w Piekietku

Patronat honorowy: Urząd Gminy Tymbark; patronat medialny: „Dziennik Polski”

Sponsorzy: MENiS, Urząd Gminy Tymbark, firmy: „Jarecki” Mordarka, R. Pasyka Zamieście, Jan Puchała, „Fakro” Nowy Sącz, „Tymbark” Tymbark, Ochot-



Fot. Grzegorz Jurek

nica Straż Pożarna Piekietko, rodzice

W biegu na orientację wystartowało 115 zawodników, ukończyło go 111 zawodników. Wzięły w nim udział kluby: UKS „Patria” (Młynne), UKS „Strzała” (Wielogów), UKS „Orlik” (Rajbrot), UKS „Olimpijczyk” (Tymbark), UKS „Azymut” (Dębów), MUKS „Gliwice” (Gliwice), KTK „Berdo” (Zagórz), WKS „Wawel” (Kraków), „Szybkie Żółwie” (Kraków), UKS „Ogniwo” (Piekietko) oraz zawodnicy indywidualni.

VII Wieloetapowy Spływ Klubowy „Petla Toruńska – 2005”
2-13 sierpnia 2005 r., organizator: TKKF Szczęśliwice

Siedmioro wspaniałych

Od kilku lat pływałem już tylko rekreacyjnie. Tymczasem namówiono mnie i moją żonę na prawdziwy spływ, gdzie wszystko wozí się w kajaku. Było nas siedmioro, pięć osób z Warszawy i my z Międzyzdrojów. 2 sierpnia wyruszyliśmy ze stacji wodnej PTTK na jez. Bałchówek.

O 6:00 pobudka, pakowanie kajaka. Wypłynęliśmy tuż po 9:00. Odcinek do Tamy Brodzkiej to sama przyjemność, przenoskę traktowaliśmy jako coś normalnego. Pogoda sprzyjała, humory dopisywały, przed nami jakieś 500 km. Wpłynęliśmy na Drwęcę, gdzie zaczynają się zakola i meandry. Cel: Gołub-Dobrzyń.

Wrażenia estetyczne wspaniałe. Bogactwo roślinności lądowej i wodnej oszalałające. Przed nami otwierały się karty przeglądanych w domu atlasów przyrodniczych. Natura pokazała najpiękniejsze swe oblicze. Mięta, tatarak, woń skoszonej łąki, łany zbóż na polach - konglomerat aromatów i woni.

W miarę upływu czasu zaczęliśmy nabierać coraz większego szacunku do rzeki. 45-50 km dało się już we znaki. Kiedy wreszcie w oddali zobaczyłem gołubski zamek, krzyknąłem z radości, że widać kres długiego etapu, bagatelą 64 km. Drwęca jednak zakpiła z nas, o zakończeniu wiosłowania można było tylko pomarzyć. Pierwsze zabudowania, kościół nicopodał, ale... ostry zakręt i oddaliliśmy się od miasta. Znam Gołub - w linii prostej od kościoła do biwaku przy mostku zaledwie 300 m, a tu bardzo długie 2 km. Wreszcie pierwszy upragniony biwak.

Drugi dzień zaczął się od zbiorowego nacierania zboliałych mięśni. I znowu na wodę. Toruń i dwie przenoski. Piękno oraz czystość rzeki uskrzydlały wszystkich. Pierwszy postój po dwóch godzinach płynięcia minął w błyskawicznym tempie. Dało się wyczuć zbliżającą się przeszkodę, prąd słabł i wpłynęliśmy na jezioro zaporowe. Jaz w Lubiczu był zamknięty, czekała nas 100-metrowa przenoska. Każdy kajak przenosiliśmy w sześciu, na pasach, w pocie czoła mozolnie pokonując niewinnie wyglądający pagórek.

Do następnej przenoski tylko 700 metrów. Pokonaliśmy ją lewym brzegiem poprzez pokrzywy, chaszcze i zarośla, ale tylko na odcinku 40 metrów. Wpłynęliśmy na wody naszej królowej rzek. Na przedmiesiach Torunia, na 731 km rozbiliśmy biwak.

Trzeciego dnia od rana padał deszcz, niebo było jednolicie zaciągnięte. Gdy wsiadaliśmy do kajaków,

Codziennie maraton kajakowy. Przedstawiciele sportu masowego zrzeszeni w Krajowej Federacji Sportu dla Wszystkich: TKKF, PTTK w 12 dni pokonali 500 km – trasę, którą pomyślnie szlak, Józef Rusiecki, zaplanował na 3-4 tygodnie.

Od redakcji:
Przedstawiamy fragmenty relacji ze spływu napisanej przez jednego z uczestników.



Tama Brodzka, pierwsza przenoska

deszcz przeszedł w intensywną mżawkę. Przed nami był skromny 70-kilometrowy etap. Przed Solcem Kujańskim wiatr zaczął się wzmagać, chmury zrzedły, odsłaniając słońce. Wiatr jednak stawał się coraz silniejszy. Wjeżdżając od dziobu, podnosił falę, która na tym akwenie dawała wrażenie solidnego sztormu. Rekompensatą mozolnej walki z żywiołem był uroczy biwak pod kasztanem na 783 km.

Następnego dnia od rana dalszy ciąg zajęć z czytania Wisły. Wielokrotnie spływająca woda z podwodnej łachy ustawiała kajaki bokiem do nurtu. Płynęliśmy przy brzegu, aby obserwować ostrogi regulacyjne. Nurt

tam przyspiesza, a na zakończeniach ostróg tworzą się wiry i cofki. Obserwowaliśmy jeden wir (średnica na oko jakieś 80 cm, głębokość lejka 30 cm), pięknie szumiął. Pomimo ładnej pogody czuliśmy solidne zmęczenie, 60-kilometrowy etap dał nam w kość. Rozbiliśmy biwak na wysokim lewym brzegu, na 845 km przed Nowem.

Następny etap liczył tylko 22 km brakujące do planu. Popłynęliśmy do Korzeniewa. Wylądowaliśmy na terenie nadzoru wodnego w strugach deszczu. Dzięki gościnności pracowników przemoczoną odzież suszy-

Etap do Elbląga zapowiadał się nijako. Słońce na lekarstwo, za to wietrzyk niczego sobie. Długi, prosty odcinek przed śluzą w Michałowie przy bocznym wietrze dał się we znaki. Po służowaniu i odpoczynku nabrał się jednak otuchy - wyszło słońce. Wpłynęliśmy w kanał Jagielloński. Nocleg naprzeciwko dworca żeglugi pasażerskiej na terenie TKKF Fala. Przed nami wieczorna panorama elbląskiej starówki. Od następnego dnia już z górki, na południe.

Znów kolejny chłodny poranek. Lekki deszczyk... Trzeba było założyć sztorciaki. Na jez. Drużno nie było



Od lewej:
Jerzy Potentas, Andrzej Pawlewski, Zbigniew Skrzimowski, Magda Jakubowska, Adam Jakubowski, Paweł Szeromski, Andrzej Wojciechowski

Etapy dzienne

1 dzień
64 km

2 dzień
51 km

3 dzień
52 km

4 dzień
62 km

5 dzień
22 km

6 dzień
38 km

7 dzień
42 km

8 dzień
28 km

9 dzień
20 km

10 dzień
25 km

10 dzień
56 km

12 dzień
40 km

razem
500 km
średnia dziennego etapu – 41,67 km

liśmy w korytarzach budynku. Jakże to miłe uczucie rano założyć coś suchego.

Szóstego dnia od rana świeciło słońce, było jednak zimno. Pokonując Wisłę i Nogat, mieliśmy dopłynąć do Malborka. Biała Góra, pierwsze służowanie przy wejściu na Nogat. Kompleks hydrotechniczny służy i jazu na Liwii oraz wrót i wałów przeciwpowodziowych... Wisła jest groźna. Nogat na początku przypomina bardziej kanał niż rzekę, z niskimi brzegami, nad którymi majestatycznie przechadzają się żurawie. Musieliśmy jednak bardziej przyłożyć się do wiosła, nie było czasu na czytanie wody. Później biwak na terenie gościnnego OSiR-u.

wiało, na szczęście w plecy. Otwarta przestrzeń dawała złudzenie stania w miejscu. Pewną ulgę odczuliśmy po wejściu do kanału Elbląskiego - nareszcie brzegi szybko się przesuwały. Narastający deszcz przeplatany mżawką. Pierwsza pochylnia - Całuny Nowe. Wpłynęliśmy w wózek i czekaliśmy, zrobiło się nieprzyjemnie chłodno, przepocona odzież traciła ciepło i przyklejała się do ciała. Wreszcie pochylnia ruszyła. Okazało się, że z przeciwnej strony dokowały dość ślamazarnie dwa jachty. Dalej poszło jak z płatka. Jelenie, Oleśnica, Kąty i Bucznice, tu na terenie pochylni stanęliśmy biwakiem. O tej porze i przy takiej pogodzie turystów już nie

Pochylnia
na Kanale
Elbląskim



Już po
spływie



było. Szaro, mokro, tylko my, kajakarze. Kolarz pod opustoszałymi parasolami nieczynnych barów. Ranek nie przyniósł ulgi, dalej mżawka. Zwiedziliśmy muzeum kanału, którego najciekawszym elementem jest pomieszczenie maszynowni.

Zwodowaliśmy, przepuszczając statek idący do Ostródy i... błyskawicznie go dogoniliśmy. Okazało się, że kajaki w kanale są szybsze, a może to owe 300 kilometrów za nami zrobiło swoje. Nareszcie wyjrzało słońce. 20-kilometrowy etap zakończyliśmy w połowie jez. Ruda Woda na wysokości wsi Szymonowo.

Następnego dnia od rana oswajaliśmy się z wilgocią, cel - jez. Drwęckie. Odcinek jeziorny pokonaliśmy w zacinającym z prawej burty deszczu i tak aż do Miłomłyna. Deszcz ustał. Atrakcje służowania przeszły bez większych emocji. Ze względu na wiatr zaplanowany biwak przy wypływie Drwęcy trzeba było przenieść w atrakcyjne miejsce ujścia kanału do jeziora. Nazajutrz, gdy pierwszy statek przepływał obok, pasażerowie z politowaniem patrzyli na wariatów, którzy w taką pogodę wypoczywają na kajakach i pod namiotem. Nadrabialiśmy minami i uśmiechami, ale czy były to przekonujące gesty?

Drwęca przywitała nas zamkniętym jazem pod mostem w Samborowie. Niektórzy z nas spławiali kajaki, zanurzając się w

wodzie. Inni woleli suchą przeprawę, targając sprzęt przez wysoki nasyp. Powoli pogoda zaczęła się zmieniać, wyszło oczekiwane słońce. Płynęliśmy do Nowego Miasta Lubawskiego. Etap spokojny, lecz od Bratjana zaczęło się coś dziać niepokojącego. Zewsząd dochodziły okropne zapachy. Zbliżaliśmy się do kresu etapu. Nasz biwak znajdował się na terenie OSiRu. Wyjście fatalne, tylko na jeden kajak, ładowaliśmy po kolana w szlamie. Tego wieczoru fetor towarzyszył nam do zaśnięcia.

Nadszedł ostatni dzień spływu, meta w punkcie startu. Słoneczko pokazało się przy śniadaniu i... tyle go było widać. Gdy zeszliśmy na wodę, deszcz rozpoczął harce. Każdy z posępną miną parł do przodu. Na tym odcinku Drwęca tak pięknie mędruje, że Jajkowo oglądaliśmy ze wszystkich stron po kilkanaście razy. Gdy dopłynęliśmy do Tamy Brodzkiej, opady się skończyły. Przenieśliśmy sprzęt przez jaz. Ostatni odcinek do stacji pokonaliśmy w regatowym tempie. Wreszcie meta.

Na brzegu pogratulowaliśmy sobie udanego spływu. Obyśmy mieli lepszą pogodę podczas kolejnej eskapady. Do zobaczenia za rok.

Adam Jakubowski



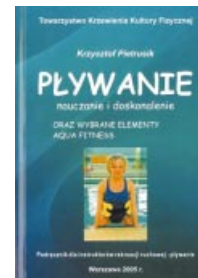
Za lotem piłki

Czy marszałek Piłsudski był na meczach legionistów? Dlaczego Reyman nie przyjął piłkarskiego zakładu? Czy Leonidas grał boso? Za co chcieli zlinczować sędziego po meczu Makkabi? Czego zakazywano piłkarzom na igrzyskach w Helsinkach? Co wymyślił trener Górski przed meczem na Wembley? Nie wiecie Państwo? Jest na to rada. Siegnijcie po książkę znanego krakowskiego dziennikarza sportowego **Jana Otałogi** „Za lotem piłki”. Przekonacie się, że warto.



Wspólny język XXI wieku. Sztuka licytacji

Wszyscy sympatycy gry w brydża powinni jak najszybciej uzupełnić domową biblioteczkę o publikację **Władysława Izdebskiego** „Wspólny język XXI wieku. Sztuka licytacji”. W książce zaprezentowano najnowsze osiągnięcia brydżowego świata. Wiele rozwiązań jest zupełnie nieznanymi, gdyż zostały stworzone na potrzeby „wspólnego języka XXI wieku”. Praca Władysława Izdebskiego to nie tylko suchy opis poszczególnych sekwencji. Jej priorytetowym celem jest zaprezentowanie zaawansowanej wiedzy o licytacji.



Pływanie. Nauczanie i doskonalenie oraz wybrane elementy aqua fitness

To najlepsza, jak twierdzą fachowcy, publikacja dotycząca pływania dla instruktorów rekreacji ruchowej. Jej autorem jest **dr Krzysztof Pietrusik**, nauczyciel akademicki w Zakładzie Pływania i Ratownictwa Wodnego Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu. Lektura tej książki utwierdza wszystkich w przekonaniu, że aktywność ruchowa w pływaniu ma duże znaczenie relaksujące i zdrowotne, a także kompensacyjno-korekcyjne. Umiejętność pływania wywiera pozytywny wpływ nie tylko na ogólny poziom sprawności fizycznej człowieka, lecz także doskonali takie cechy psychiczne, jak odwaga, zdecydowanie, systematyczność, zdyscyplinowanie i siła woli. Zdaniem autora książka jest pierwszą w Polsce próbą przedstawienia w formie podręcznikowej wybranych zagadnień z zakresu pływania i ma szansę zwiększyć efektywność zajęć prowadzonych w wodzie.



Resovia 100 lat

Resovia to po łacinie znaczy Rzeszów. Nic więc dziwnego, że Centralno-Wojewski Klub Sportowy Resovia od swoich narodzin przed stu laty był i jest wierny miastu nad Wisłokiem. Wrzesniowe uroczystości 100-lecia klubu zgromadziły wielu znakomitych sportowców, którzy rozstawiali ten klub na igrzyskach olimpijskich, mistrzostwach świata, Europy i kraju.

Klub rozwija działalność pod życzliwymi skrzydłami władz miasta z prezydentem, w przeszłości piłkarzem **Tadeuszem Ferenecem** na czele. To właśnie jemu podczas uroczystości, nad którymi honorowy patronat objął prezydent RP Aleksander Kwaśniewski, w miejscowej filharmonii zgromadzano największą owację. Uroczystości uświetnił obecnością pierwszy wiceprezydent Międzynarodowej Federacji Łucznicz (FITA) **Paul Paulsen**, podkreślając ogromne zasługi dla klubu członków sekcji łucznicz, z której wywodziła się pierwsza na Podkarpaciu mistrzyni świata, triumfatorka światowego championatu w 1955 r.,

Katarzyna Wiśniowska. Publikacja znanego rzeszowskiego dziennikarza sportowego, redaktora **Andrzeja Kosiorowskiego**, stanowi dokumentację osiągnięć zawodników i zawodniczek Resovii podczas stuletniej działalności.



Gry rekreacyjne

Ukazała się kolejna publikacja **Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej** w ramach Programu kształcenia kadr instruktorów rekreacji ruchowej „Gry rekreacyjne”. Program tej specjalności jest zaktualizowaną wersją dotychczasowych programów szkolenia instruktorów rekreacji ruchowej (sportu dla wszystkich) z wykorzystaniem aktualnych zmian i tendencji występujących w danej dyscyplinie sportu.



Federacja Sportowa „Energetyk”
Al. Jerozolimskie 91, 02-001 Warszawa, prezes Zbigniew Bicki sekretarz Kazimierz Remiszewski, (22) 629 40 76, 621 91 83



Fundacja Makabi Polska
ul. Wielicka 36 lok. 16, 02-657 Warszawa, prezes zarządu Robert Czajkowski, tel./faks (22) 636 99 40, 0501 367 990, maccabi@pro.onet.pl, maccabipoland@onet.pl



Fundacja Polskiej Lekkiej Atletyki
ul. Siodlarska 12, 01-464 Warszawa prezes Marian Woronin, (22) 666 41 00, faks 665 21 45



Katolickie Stowarzyszenie Sportowe RP
ul. Gwintowa 3, 00-704 Warszawa, prezes Henryk Zając, sekr. generalny Stefan Kowalik, (22) 841 24 53, e-mail: skjk@o2.pl



Liga Obrony Kraju
ul. Chocimska 14, 00-791 Warszawa, prezes Grzegorz Jarząbek, dyrektor Jan Rozmus, zastępca dyr. Włodzimierz Melion, (22) 849 34 51, e-mail: info@lok-zg.org.pl



Luterńska Organizacja Sportowa w RP
ul. Św. Antoniego 39, skr. 9, 97-200 Tomaszów Mazowiecki, prezes ks. Roman Pawlas, (44) 724 57 39, e-mail: tomaszow@luteranie.pl



Polska Federacja Sportu Młodzieżowego
ul. Łazienkowska 6a, 00-449 Warszawa, prezes Bogusław Wontor, www.sportmłodzieżowy.pl, biuro@sportmłodzieżowy.pl



Polski Otwarty Związek Stowarzyszeń Sportu Psich Zaprzęgów
ul. Kilińskiego 1, 05-180 Pomiechówek, prezes Małgorzata Szurlo, wiceprezes Anna Wodzińska, (22) 785 44 78



Polski Związek Sportu Budo
ul. Korkowa 78, 04-519 Warszawa, prezes Jan Roman Braun, (22) 812 04 70



Polski Związek Sportu Niepełnosprawnych „Start”
ul. Filtrowa 75, 02-057 Warszawa, prezes Witold Dłużniak, (22) 659 30 11



Polskie Towarzystwo Ringo
ul. Andriollego 1, 01-493 Warszawa, prezes Krystyna Anioł-Strzyżewska, (22) 638 87 15



Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze
ul. Senatorska 11, 00-075 Warszawa, sekretarz generalny Andrzej Gordon, tel. (22) 826 22 51 (centrala), 826 57 35, 826 01 56, faks 826 25 05, www.pttk.pl, e-mail: poczt@pttk.pl

Polskie Towarzystwo Warcabowe
ul. Budowlanych 2, 62-200 Gniezno, korespond.: al. Niepodległości 225/10, 02-087 Warszawa, prezes Leszek Łysakowski, sekretarz Maria Moldenhawer-Frej, (22) 825 37 88



Polski Związek Weteranów Lekkiej Atletyki
ul. Chrobrego 105/107, 87-100 Toruń, prezes Wacław Krankowski, tel. (56) 658 42 12, e-mail: biuro@psp.to-run, www.weteranila.phg.pl



Prawosławna Organizacja Sportowa RP
ul. Korkowa 78, 04-519 Warszawa, prezes Jarosław Łukaszuk, (22) 812 04 70



Salezańska Organizacja Sportowa RP
ul. Kawęczńska 53, 03-775 Warszawa, prezes Zbigniew Dziubiński, wiceprezes ks. Edward Pleń, (22) 670 06 55, 818 65 51 w. 126, e-mail: salosrp@salosrp.pl



Stowarzyszenie Młodych Wielkopolan
ul. Woźna 12, 61-777 Poznań, prezes Tadeusz Tomaszewski, (61) 852 93 05, 852 92 50, e-mail: smw-poznan@wp.pl



Stowarzyszenie na Rzecz Wiejskich Dzieci i Osób w Podeszłym Wieku
ul. Gwardii Ludowej 1/6, 06-400 Ciechanów, prezes Zbigniew Grabowski, 0604 42 34 51, (23) 672 04 48



Stowarzyszenie Parafiada im. św. Józefa Kalasancjusza
ul. Gwintowa 3, 00-704 Warszawa, prezes o. Józef Joniec Sch.P., (22) 651 08 71, 651 08 73, 841 58 44



Stowarzyszenie Pomocy Młodzieży „Młodzież Polska”
ul. Saska 78, 03-914 Warszawa, prezes Wiesław Bobowik, (22) 617 77 75, e-mail: btm.oskar@op.pl



Szkolny Związek Sportowy
ul. Mazowiecka 7, 00-52 Warszawa, prezes Artur Piłka, 827 89 07, 848 91 17, e-mail: zgzs.warszawa@wp.pl



Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej
ul. Wspólna 61, 00-687 Warszawa, prezes Mieczysław Borowy, (22) 828 47 36, 826 13 29



Towarzystwo Kultury Fizycznej „Budowlani”
ul. Instalatorów 7, 02-237 Warszawa, prezes Krzysztof Lewicki, (22) 846 49 42, 868 31 51, skarbnik Iwona Głogowska, (22) 868 31 75



Towarzystwo Przyjaciół Dzieci
ul. Krakowskie Przedmieście 6, 00-325 Warszawa, prezes Wiesław Kołak, członek zarządu Stanisław Paczkowski, (22) 827 76 51, 827 78 44, 847 39 42



Wojskowe Stowarzyszenie „Sport - Turystyka - Obronność”
al. Niepodległości 141, 02-570 Warszawa, prezes Rajmund Gduch, sekretarz Stanisław Janowicz, (22) 684 01 91



Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe
ul. Krzyżanowskiego 46a, 01-220 Warszawa, przewodniczący R.G. Roman Jagliński zastępca przew. R.G. Wacław Hurko dyrektor R.G. Helena Koziej, (22) 631 82 64, 631 77 07, e-mail: rgzls@poland.org

Krajowa Federacja Sportu dla Wszystkich zaprasza na nową stronę internetową

<http://federacja.com.pl>

The screenshot shows the homepage of the Krajowa Federacja Sportu dla Wszystkich. The header includes the organization's name and logo. The main content area features a list of services and news, each preceded by a pink arrow icon. A mouse cursor is pointing at the 'aktualności' (news) link.

- zapowiedzi imprez organizowanych przez Krajową Federację Sportu dla Wszystkich
- aktualności
- materiały edukacyjne
- wydania biuletynu „Sport dla wszystkich” z 2005 r.
- Na stronie WWW można zgłosić udział w seminariach organizowanych przez KFSdW

nr 3/2005



sport dla wszystkich

ISSN: 1730-7333

Zwycięstwa
zespołów
z Warszawy
i Zielonej Góry

Finał X Turnieju w Piłce Nożnej
dla Dzieci im. Marka Wielgusa

34

Ośrodki Terapii
Ruchowej dla
Osób III Wieku

Aktywność ruchowa ludzi
w starszym wieku

36

Od skansenu
do nowoczesności

Ośrodek Sportowo-Szkoleniowy
w Sierakowie po przebudowie

42

Sport dla wszystkich - strategią jutra

XIX Światowy Kongres TAFISA
Warszawa, 15-20 września 2005 r.

6

Krajowa
Federacja Sportu
dla Wszystkich

ul. Wspólna 61; 00-687 Warszawa
tel./fax (0-22) 825-85-88, 825-11-13
<http://federacja.com.pl>
e-mail: federacja@post.pl

Sfinansowano ze środków Ministerstwa Sportu