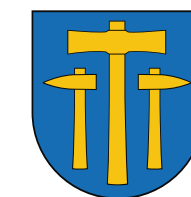


SOLNY ŚWIAT



W NUMERZE MIĘDZY INNYMI:

SMS WIELICZKA | WIELICCY SPORTOWCY - **ALICJA GRABKA** | **WIELKI SUKCES POLSKIEJ REPREZENTACJI**
SIATKÓWKI W WIELICZCE ! | BUDOWA **WIELICKIEJ MEDIATEKI** | ZNANI SPORTOWCY - **ILYA MARKOV** |
KÓRNICKIE TSUNAMI PRZETOCZYŁO SIĘ PRZEZ WIELICZKĘ | W PODRÓŻY Z **TOMKIEM MICHNIEWICZEM** PO
KAMERUNIE | ZAGRAJ Z **BŁASZCZYKIEM**



WIELICZKA

Drodzy Czytelnicy

Za nami niewątpliwie najważniejsze wydarzenie w ostatnim czasie, które miało miejsce w Wieliczce w Centrum Edukacyjno-Rekreacyjnym „Solne Miasto”. W dniach 19-21 maja Wieliczka została organizatorem 2 Rundy Eliminacji Mistrzostw Świata Juniorek w piłce siatkowej. To bardzo duże wyróżnienie dla Wieliczki, która po raz kolejny okazała się świetnym organizatorem wydarzeń na tak dużą skalę i o tak dużej randze. Wieliczka to niewątpliwie sportowe miasto z ogromnym zapleczem i potencjałem, po raz kolejny docenionym przez federacje polskie, a także międzynarodowe. Podczas turnieju Polki pokonały zespoły z Belgii, Bułgarii oraz Niemiec i pojadą na mistrzostwa świata do Meksyku. Dla tych, którzy nie wiedzą, przypomnijmy, iż zawodniczką Reprezentacji Polski Juniorek jest wieliczanka Alicja Grabka, która została najlepszą zawodniczką Turnieju Eliminacyjnego.

Pomyślnie dla wielickich pływaków zakończył się VII Puchar Solnego Miasta. W sobotę, 27 maja, zawodnicy sekcji pływackiej „Solne Miasto” wywalczyli pierwsze miejsce w klasyfikacji drużynowej. Ponadto zdobyli 29 medali, w 8 złotych padło też wiele „życiówek”. Serdecznie wszystkim gratulujemy, zwłaszcza najmłodszym zawodnikom, dla których były to pierwsze tak duże zawody. Wielkie brawa należą się trenerom i rodzicom – bez nich nie byłoby możliwe osiąganie tak wspaniałych wyników. Dziękujemy za pracę włożoną w przygotowanie naszych podopiecznych.

W Wieliczce coraz częściej pojawiają się znane osobistości ze świata sportu. W środę 24 maja na Małopolskiej Arenie Lekkoatletycznej gościliśmy znanego wszystkim, dwukrotnego złotego medalistę olimpijskiego – Tomasza Majewskiego, który otworzył Mistrzostwa Powiatu Wielickiego w Szkolnej Drużynowej Lidze Lekkoatletycznej dziewcząt i chłopców w ramach Gimnazjady.

Maj okazał się miesiącem bardzo intensywny. Weekend 19-21 maja obfitował w trzynaście wydarzeń sportowo-kulturalnych. Wieliczanie dzielnie skracali linię, zmierzali się z kórnickim tsunami w czasie 7. Wielickiego Dyktanda, wzięli udział w Akademii Młodego Wędkarza, upiekli ciasto z gospodyniami wiejskimi

w ramach Babskiego Kocioła, a rodziny świętowały na Festynie Rodzinnym przy parafii św. Klemensa w Wieliczce oraz Rodzinnym Pikniku Montessori. Weekend ten okazał się również świetliwy dla załogi rajdowej Rafała Ślęczy. Wiceburmistrz Wieliczki, pilotowany przez swojego brata Grzegorza, startując rajdową Honda Civic VTI, osiągnął bardzo dobry rezultat: pierwsze miejsce w Klasie H-2, trzecie miejsce w Kategorii PZM HR+ oraz siódme miejsce w Klasyfikacji Generalnej HRSMP. Bardzo serdecznie gratulujemy i trzymamy kciuki za kolejne starty.

Czerwiec zapowiada się równie ciekawie. Już 3 czerwca w czasie Nocy Bibliotek przekonamy się o tym, że czytanie porusza nie tylko umysł, ale i ciało. W programie Turniej Pięknego Czytania, warsztaty argentyńskiego tanga, czy biblioteczny „Escape Room” dla fanów wyzwań, Sherlocka Holmesa. Niewątpliwie godnym uwagi będzie III Piknik z Ratownikami GOPR, organizowany przez Xtreme Park Linowy Grabówki, a nad którym Patronat Honorowy sprawuje Burmistrz Miasta i Gminy Wieliczka Artur Kozioł. Wydarzenie odbędzie się w sobotę 25 czerwca, start godzina 11:00.

Kończy się rok szkolny 2016/2017, niebawem rozpoczną się wakacje. My jednak nie będziemy leniuchować. Od września br. rozpoczyna działalność Niepubliczna Szkoła Mistrzostwa Sportowego, której nadrzędnym celem będzie połączenie nauki z realizacją i doskonaleniem pasji sportowych, wychowaniem dzieci do szlachetnej rywalizacji, rozbudzenie radości uczenia się oraz uprawiania sportu przez całe życie. Szkoła będzie dbać także o wszechstronną i trwałą postawę kształcenia, dzięki skonstruowaniu programu na najnowszych osiągnięciach edukacji ogólnej i sportowej poprzez zapewnienie profesjonalnej, wykwalifikowanej kardy trenerskiej, pedagogicznej oraz nowoczesnej bazy sportowej. Szczegółowe informacje dostępne są na stronie www.smswieliczka.pl.

Wydawca: Miasto i Gmina Wieliczka
32-020 Wieliczka, ul. Powstania Warszawskiego 1
www.wieliczka.eu

Redaktor naczelny: Angelika Starzec

Projekt, skład i druk: Grupa Press Art - www.grupapressart.pl

SUMMER MUSIC FESTIVAL

WIELICZKA
1-8 lipca 2017

INAUGURACJA FESTIWALU
Reprezentacyjna Orkiestra Policji Holandii
1.07.2017 /sobota/ godz. 19.30, Dziedziniec Zamku Żupnego
Muzeum Żup Krakowskich Wieliczka

“Maria Callas” - widowisko baletowe
Występują: Lyrics Dance Company /Włochy/
Reżyseria i choreografia: Alberto Canestro
2.07.2017 /niedziela/ godz. 19.30, Dziedziniec Zamku Żupnego
Muzeum Żup Krakowskich Wieliczka

Michał Szpak z zespołem eM BAND
3.07.2017 /poniedziałek/ godz. 18.00
Kopalnia Soli Wieliczka - Komora Warszawa

Koncert “Pan Brzechwa Robi Show”
Słowa: Jan Brzechwa, muzyka: Robi Show
5.07.2017 /środa/ godz. 18.00, Kampus Wielicki - wstęp wolny

Recital "Moje inspiracje"
Występuje: Julian Mere - aktor teatrów Roma i Rampa
W programie: piosenki autorskie, M. Grechuty,
A. Osieckiej, B. Okudźawy, L. Cohena
6.07.2017 /czwartek/ godz. 19.30
Hotel Turówka - wstęp wolny
“Uśmiechnij się z Kiepurą”

Występują: Anna Lasota (sopran), Jakub Oczkowski (tenor)
Krynicka Orkiestra Zdrojowa pod dyr. Mieczysława Smydy
Scenariusz i prowadzenia: Łukasz Lech
7.07.2017 /piątek/ godz. 19.30
Dziedziniec Sztugarówki /Starostwo Powiatowe/ - wstęp wolny
GALA FINAŁOWA

“The Beatles - symfonicznie”
Występują: Zespół ŻUKI
Orkiestra OBLIGATO pod dyrekcją Jerzego Sobeńko
8.07.2017 /sobota/ godz. 19.30, Rynek Górny - wstęp wolny

Na Festiwal zapraszają:
Jolanta Suder - Dyrektor Festiwalu
Jerzy Sobeńko - Dyrektor Artystyczny

Bilety do nabycia:
Muzeum Żup Krakowskich,
Wieliczka, ul. Zamkowa 8
tel. 12 289 16 36

FILMOTECHNIKA (Pasaż Bielaka)
tel. 12 422 89 45, 12 421 23 43

Punkt Informacji Miejskiej
ul. św. Jana 2, tel. 12 354 27 25
www.eventim.pl

ORGANIZATOR



WSPÓŁORGANIZATORZY

PARTNERZY STRATEGICZNI



MAŁOPOLSKA

PARTNERZY FESTIWALU

POWIAT
WIELICKI

SPONSORZY



PATRONAT MEDIALNY



DZIENNIK POLSKI Puls Wieliczki

PANORAMA Wieliczka

wieliczka.eu

NIEPUBLICZNA

SZKOŁA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO W WIELICZCE

O UPRAWNIENIACH PUBLICZNEJ SZKOŁY PODSTAWOWEJ



SERDECZNIE ZAPRASZAMY

**8 CZERWCA 2017 R. (CZWARTEK) O GODZ. 18.30 DO SOLNEGO MIASTA
NA SPOTKANIE INFORMACYJNE DLA RODZICÓW CHŁOPCÓW
I DZIEWCZYNEK Z ROCZNIKÓW 2004, 2005, 2006, 2007 oraz 2010.**

PRZYJDŹ NA SPOTKANIE, DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ,
ROZWIEJ WĄTPLIWOŚCI!!!

Dokumenty niezbędne przy rekrutacji

Przed przystąpieniem do postępowania rekrutacyjnego należy osobiście złożyć w szkole następujące dokumenty:

- podanie
- kwestionariusz osobowy kandydata zawierający opinię wychowawcy
- zaświadczenie od lekarza medycyny sportowej
- ewentualne opinie z Poradni Psychologiczno - Pedagogicznych
- 2 zdjęcia legitymacyjne (na odwrocie podpisane imieniem i nazwiskiem ucznia)

- informacja z oddziału przedszkolnego/ przedszkola o gotowości szkolnej dziecka - tylko w przypadku uczniów klasy pierwszej szkoły podstawowej.

Niezbędne dokumenty - własnoręcznie podpisane przez rodziców/opiekunów prawnych - należy złożyć osobiście w sekretariacie Solnego Miasta, ul. T. Kościuszki 15, 32-020 Wieliczka lub za pomocą poczty tradycyjnej na wyżej wskazany adres z dopiskiem: SMS Wieliczka.

Czesne wynosi 490 zł, a w jego ramach zapewniamy:

- » zajęcia sportowe i edukacyjne z wysoko wykwalifikowaną oraz profesjonalną kadrą trenerską i pedagogiczną
- » program treningowy oparty o wytyczne PZPN i PZPS, dostosowany do zajęć edukacyjnych
- » 16 godzin zajęć sportowych tygodniowo- 4 godziny wychowania fizycznego wynikające z realizacji Podstawy programowej oraz 12 godzin treningu
- » wyżywienie (codzienny obiad i posiłek regeneracyjny)
- » zajęcia dodatkowe- basen
- » opiekę medyczną- pielęgniarka, lekarz, dietetyk,
- » dostęp do nowoczesnie wyposażonych sal lekcyjnych i pracowni oraz pomocy dydaktycznych, biblioteki oraz świetlicy
- » dostęp do sprzętu sportowego oraz świetnej bazy sportowej (basen, siłownia, hala, arena lekkoatletyczna, boiska ze sztuczną oraz trawiastą nawierzchnią)
- » opiekę pedagoga szkolnego

KADRA SZKOŁY MISTRZOSTWA SPORTOWEGO

ROŚNIE W SIŁĘ!!!

Kadra trenerska SMS Wieliczka prezentuje się coraz bardziej okazale. Trenerami piłki siatkowej w wielickiej placówce zostali bowiem- Rafała Kalinowski oraz Jakub Kaliciecki!!!



RAFAŁ KALINOWSKI

trener reprezentacji Polski juniorek oraz kadetek, szkoleniowiec z ogromnym doświadczeniem oraz wybitnymi sukcesami na arenie międzynarodowej i polskiej - pracował z drużynami żeńskimi w każdej kategorii wiekowej- młodziczki, kadetki, juniorki, seniorki. Nauczyciel wychowania fizycznego w szkołach podstawowych, stażysta w klubie Metalleghe Montichiari (Serie A). Do jego największych sukcesów należą m.in.: II miejsce w Mistrzostwach Polski Juniorek - I trener, II miejsce w Mistrzostwach Strefy Wschodnioeuropejskiej EEVZA - II trener reprezentacji Polski, VIII miejsce w Mistrzostwach Europy Kadetek- II trener reprezentacji Polski.

JAKUB KALICIECKI

nauczyciel w Zespole Szkół w Librantowej oraz Siatkarskich Ośrodków Szkolnych w Gimnazjum Stary Sącz, trener MUKS POPRAD Stary Sącz oraz MKS MUSZYNIANKA MUSZYNA- zespołu Młodej Orleń Ligi, w latach 2013-2016 trener małopolskiej kadry siatkówki plażowej. Do jego największych osiągnięć należą: Mistrzostwo Małopolski Kadetek oraz Mistrzostwo III ligi kobiet – awans do II ligi, Mistrzostwo Małopolski Kadetek, Mistrzostwo Małopolski Młodziczek w siatkówce plażowej – udział w Finałach Mistrzostw Polski w Lubsku, a także Mistrzostwo szkół średnich w piłce siatkowej – udział w finałach ogólnopolskiej Licealiady oraz Wicemistrzostwo III ligi Seniorek awans do baraży o II ligę.



Harmonogram przebiegu rekrutacji

14 - 21 czerwca 2017 r.	Dostarczenie do szkoły podania i kwestionariusza osobowego ucznia oraz pozostały dokumentów
23 - 28 czerwca 2017 r.	Dostarczenie do szkoły świadectwa szkolnego i oświadczenia o udziale w rozgrywkach ligowych*
24 - 25 czerwca 2017 r.	Przeprowadzenie testów sprawnościowych**
29 - 30 czerwca 2017 r.	Weryfikacja i punktowanie świadectw
6 lipca 2017 r.	Opublikowanie listy przyjętych po I turze Postępowania rekrutacyjnego***

- * szkoła uwzględnia możliwość gry ucznia w rozgrywkach ligowych w aktualnym klubie.
- ** o godzinie i miejscu testów sprawnościowych poinformujemy indywidualnie każdego z rodziców/ opiekunów prawnych.
- *** możliwość w sierpniu naboru uzupełniającego, gdy w szkole zostaną po I turze postępowania rekrutacyjnego wolne miejsca.

Wszelkie niezbędne druki oraz szczegółowe informacje dotyczące rekrutacji znajdziecie Państwo na stronie www.smswieliczka.pl w zakładce **rekrutacja/druki do pobrania**. SERDECZNIE ZAPRASZAMY!!!
Tel.: +48 790 207 119 | e-mail: info@smswieliczka.pl | www.facebook.com/smswieliczka/

ALICJA GRABKA

WIELICCY SPORTOWCY



FOTO Rogalska

„
... teraz chciałabym się
dalej rozwijać jako
zawodniczka, a kiedyś
może wrócić do sportu
w roli trenera.
Zobaczmy,
co życie przyniesie.
”

Siatkówka dostarcza mi najpiękniejszych przeżyć

Alicja Grabka, wychowanka MKS MOS Wieliczka, jest gwiazdą młodzieżowej reprezentacji Polski. W majowym turnieju rozegranym w Wieliczce została wybrana najlepszą zawodniczką, i wraz z koleżankami z drużyny, zapewniła sobie awans na mistrzostwa świata, które już w lipcu odbędą się w Meksyku.

W finałowym turnieju byliście niepokonane...

Bardzo się cieszę, bo w pięknym stylu pokonałyśmy wszystkie drużyny i zakwalifikowałyśmy się do mistrzostw świata, co nie było wcale takie proste, bo już trzeci raz się o to starałyśmy.

Mistrzostwa są zaplanowane na drugą połowę lipca. Dobrze jesteście przygotowane?

Teraz mamy małą przerwę, bo w drugiej turze zdajemy maturę, ale już 12 czerwca spotkamy się

w Szczyrku na zgrupowaniu i rozpoczniemy przygotowania do mistrzostw. Czasu jest niewiele, ale ufam, że jeśli trenerzy przygotują nas równie dobrze jak podczas ostatniego meczu, to mamy sporo szans na zwycięstwo.

Nauka i treningi są bardzo wymagające. Jak udaje się pani godzić szkołę ze sportem?

Ten sezon był bardzo ciężki, bo grałam w drużynie z Legionowa. Trudno było znaleźć czas na szkołę, bo trenowałyśmy dwa razy dziennie. Sporadycznie chodziłam na lekcje, najczęściej uczyłam się sama, przed i po treningach. Mam jednak nadzieję, że wszystkim dziewczynom z drużyny uda się zdać egzaminy maturalne.

Jak to jest, kiedy trzeba się usamodzielniać w tak młodym wieku?

Tak naprawdę od czterech lat mieszkam sama. Najpierw dostałam się do Szkoły Mistrzostwa Sportowego do Sosnowca, gdzie trenowała reprezentacja. Znalazłam się wśród 14 dziewczyn wybranych z całej Polski. Potem przeniosłam się do Szczyrku, a od roku mieszkam w Legionowie. W domu coraz rzadziej bywam, zwykle na święta, ale rodzina już się do tego przyzwyczaiła. Myślę, że dzięki temu szybciej dorosłam.

Sama wybrała pani siatkówkę?

Wcześniej tańczyłam, pływałam i trenowałam gimnastykę artystyczną, ale żadna z tych dyscyplin mnie, aż tak nie zainteresowała. Kiedy pierwszy raz wybrałam się na trening moich starszych koleżanek, które grały w piłkę siatkową, to wyszłam z niego oczarowana. Spodobało mi się to, że gra jest zespołowa, nie wszystko zależy tylko ode

mnie, ale od całej drużyny. Przede wszystkim to wpłynęło na mój wybór.

Kiedy przed laty zaczynała pani swoją przygodę z siatkówką, w Wieliczce nie było takich możliwości, jakie teraz otwierają się przed zawodniczkami. Od września rusza Szkoła Mistrzostwa Sportowego...

To jest ogromna szansa dla polskiej siatkówki. Cieszę się, że taki ośrodek powstał właśnie w Wieliczce, bo to jest niesamowite, bardzo przychylne różnym dyscyplinom sportowym, miejsce. Jest tu bardzo duża grupa kibiców wspierających zawodników, a sztab szkoleniowy, który gromadzi się przy tej szkole, będzie w stanie wyszkolić sportowców na bardzo wysokim poziomie. Gdybym kiedyś miała możliwość zostać z rodziną w Wieliczce, na pewno wybrałabym tę szkołę. Niestety, nie było wtedy podobnego ośrodka, dlatego cieszę się, że moje młodsze koleżanki dostały taką szansę.

Czy chce pani związać swoją przyszłość ze sportem?

Jak najbardziej, teraz chciałabym się dalej rozwijać jako zawodniczka, a kiedyś może wrócić do sportu w roli trenera. Zobaczmy, co życie przyniesie. Na razie nie wybiegam zbyt daleko w przyszłość, cieszę się z tego, co dzieje się w moim życiu i mam nadzieję, że dalej również wszystko będzie układać się po mojej myśli.

Dlaczego kocha pani siatkówkę?

Bo dostarcza mi wiele radości, emocji i pięknych chwil, które dzięki niej przeżywam. Wszystkie moje najwspanialsze wspomnienia są związane właśnie z siatkówką.

Alicja Grabka

Alicja Grabka ma 19 lat. Urodziła się w Wieliczce i jest wychowanką MKS MOS Wieliczka, z którym zdobywała medale mistrzostw Polski w kategoriach dwójek, trójek i czwórek. W kolejnym roku wywalczyła wraz z młodziczkami prowadzonymi przez trenera Jana Mazura piąte miejsce mistrzostw Polski młodziczek oraz szóste miejsce w kategorii juniorek, grając pod wodzą trenera Jerzego Janeczka z zawodniczkami starszymi od siebie o 4 lata. W 2014 roku poprawiła ten wynik i wraz z juniorkami zajęła piąte miejsce w Polsce.

Pasma sukcesów zaowocowały powołaniem do reprezentacji Polski kadetek oraz propozycją uczęszczania do Szkoły Mistrzostwa Sportowego pod patronatem Polskiego Związku Piłki Siatkowej w Sosnowcu. W kolejnym sezonie szkoła przeniesiona została do Szczyrku, a Ala otrzymała propozycję reprezentowania w rozgrywkach klubowych drużyny Legionovii Legionowo i z niej skorzystała. Los chciał, że pod koniec kwietnia 2015 roku finały Mistrzostw Polski juniorek odbywały się w hali Kampusu Wielickiego. „Graba” wróciła więc na stare śmieci z „przypadkiem” i razem ze swoją drużyną wywalczyła Mistrzostwo Polski. Kilka tygodni później zdobyła również krążek tego samego koloru w kategorii kadetek. Wcześniej, na początku kwietnia wzięła udział w Mistrzostwach Europy kadetek w Bułgarii.

W sezonie 2015/2016 Grabka zdecydowała się opuścić Szkołę Mistrzostwa Sportowego w Szczyrku i przeniosła się na stałe do Legionowa, gdzie trenując z zespołem

Orlenligowym reprezentowała barwy klubu w rozgrywkach juniorskich oraz Młodej Ligi. Rok ten zakończyła z kolejnym złotem w kategorii juniorek (MVP turnieju finałowego) oraz debiutem na parkietach ekstraklasy, a także zadebiutowała w seniorskiej reprezentacji Polski w rozgrywkach Ligi Europejskiej

Z kolei sezon 2016/2017 okazał się być przełomowym w jej dotychczasowej karierze. Została podstawową rozgrywającą pierwszej drużyny Legionovii, regularnie występując we wszystkich spotkaniach tej drużyny. Rozgrywki te ukoronowała trzecim z rzędu złotym medalem Mistrzostw Polski juniorek oraz utrzymaniem drużyny seniorskiej w Ekstraklasie. Otrzymała także powołanie do reprezentacji Polski juniorek na drugą rundę eliminacji do Mistrzostw Świata do lat 20 w Wieliczce (pierwsza odbyła się w Styczniu 2017 roku w Portugalii-również brała w niej udział). W Solnym Mieście wystąpiła we wszystkich spotkaniach, a w decydującym o awansie starciu z Belgią została wybrana najlepszą zawodniczką meczu.

Po zakończeniu turnieju Alicja podkreślała świetną atmosferę panującą w naszej hali. Przyznała również, że Mazurek Dąbrowskiego śpiewany przez naszych kibiców na długo pozostanie w jej pamięci. Na koniec, nauczona własnym doświadczeniem, zachęcała wszystkie dzieci chcące trenować siatkówkę do zapisania się do Szkoły Mistrzostwa Sportowego, która o Wrześniu funkcjonować będzie w Solnym Mieście.

W kolejnym sezonie Ala również reprezentować będzie barwy Legionovii Legionowo.

WIELKI SUKCES

POLSKIEJ REPREZENTACJI SIATKÓWKI W WIELICZCE !

Wieliczka okazała się szczęśliwa dla polskiej reprezentacji w siatkówce kobiet. W dniach 19 – 27 maja 2017 roku drużyna rozegrała w Wieliczce trzy bardzo dobre spotkania. Podczas 2. rundy turnieju eliminacyjnego do Mistrzostw Świata Juniorek U20 w piłce siatkowej, Polski pokonały zespoły z Belgii, Bułgarii oraz Niemiec i pojadą na mistrzostwa świata do Meksyku.



Trzy dni trwał w Wieliczce turniej kwalifikacyjny do mistrzostw świata juniorek w siatkówce. Rywalizowały ze sobą 4 drużyny narodowe: Polski, Belgii, Bułgarii i Niemiec. I miejsce wywalczyły siatkarki z Polski, wysoko (3-0) pokonały wszystkie pozostałe zespoły. Najlepszą zawodniczką Turnieju Eliminacyjnego do Mistrzostw Świata Juniorek zo-

stała wieliczanka Alicja Grabka, która swoją przygodę z siatkówką rozpoczęła w MKS MOS Wieliczka, obecnie zawodniczka Legionovii Legionowo. Puchar najlepszej zawodniczce wręczył Burmistrz Wieliczki Artur Kozioł.

Wielicka hala sportowa przez cały turniej wypełniona była do ostatniego miejsca. Dziękujemy

kibicom za liczne przybycie i żywiołowy doping.

Organizatorem turnieju był Polski Związek Piłki Siatkowej oraz Gmina Wieliczka.

Dziękujemy za weekend niezapomnianych sportowych wrażeń!

FOTO Rogalska



VII. MIĘDZYNARODOWY TURNIEJ O **PUCHAR SOLNY**

W sobotę 13 maja br. w Centrum Edukacyjno-Rekreacyjnym „Solne Miasto” w Wieliczce, odbył się VII. Międzynarodowy Turniej o Puchar Solny juniorów, młodzików, kadetów i dzieci. W tym dniu gościliśmy w „Solnym Mieście” ponad 300 zawodników z ponad 30 ośrodków Kyokushin z terenu całej Polski.



FOTO Rogalska

Organizatorem turnieju był Wielicki Klub Karate Kyokushinkai kierowany przez shihan Roberta Kopciowskiego 5 DAN. Funkcje kierownika obsługi zawodów pełnił sensei Krzysztof Kopciowski 2 DAN. Najmłodszy konkurowali w konkurencjach 5 technik i kata a starsi w przepisach kumite semi kontakt. Sędzią głównym był shihan Andrzej Drewniak 8 DAN, a sędzią technicznym sensei Bogdan Świątkowski 4 DAN.

Wyniki klasyfikacji drużynowej :
1. Nowy Sącz
2. Bielsko-Biała
3. Limanowa
4. Tarnów Opolski
Drużyna z Wieliczki zdobyła wysokie 5 miejsce na 30 klubów biorących udział w turnieju. Warto podkreślić, iż po raz pierwszy wystarto-

wali zawodnicy z sekcji w Koźmicach Wielkich zdobywając:
Gabrysia Sosin (3 miejsce- 5 technik dziewczynki)
Klaudia Róg (4 miejsce- 5 technik dziewczynki)
Otwarcia turnieju dokonali zastępca Burmistrza Miasta i Gminy Wieliczka Rafał Ślęczka, Prezes Krakowskiego AZS Lech Pankiewicz oraz Radny Rady Miejskiej w Wieliczce Kazimierz Windak.

MISTRZOSTWA POLSKI KADETÓW W KICK BOXINGU!

5-7 maja w Rydzynie odbyły się Mistrzostwa Polski Kadetów w Kick Boxing. Na starcie stanęło 675 zawodników z 75 klubów w tym 5-osobowa reprezentacja Wielicko-Gdowskiej Szkoły Walki Prime.



W pierwszym dniu zawodów odbyły się walki pointfighting. W kategorii kadetek starszych do 50 kg brązowe medale wywalczyły Aleksandra Kucharz oraz Emilia Wójcik. W drugim dniu zawodów odbyły się walki light-contact. Jedyne medale w tej formule walki zdobyła

ponownie Aleksandra Kucharz. Po dwóch wygranych pojedynkach (z rywalkami z Leszna i Pułtusza), zawodniczka Szkoły Walki Prime w półfinale uległa rywalce z Gdańska, co dało jej 3 miejsce i brązowy medal. W zawodach wzięli udział również kadeci Mate-

usz Kucharz, Filip Suder oraz Mikołaj Drożdż. Każdy z nich stoczył wyrównane pojedynki z rywalami i nabrał cennego doświadczenia na imprezie najwyższej rangi w Polsce w Kick Boxing. Wyjazd został dofinansowany ze środków finansowych Miasta i Gminy Wieliczka oraz Gminy Gdów.

VII ZAWODY O **PUCHAR SOLNEGO MIASTA**

W dniu 27 maja br. w Centrum Edukacyjno-Rekreacyjnym „Solne Miasto” w Wieliczce odbyły się już VII Zawody o Puchar Solnego Miasta. W zawodach udział wzięło 300 zawodników z 4 województw. Zawody odbyły się pod patronatem Starosty Wielickiego Jacka Juskiewicza oraz Burmistrza Miasta i Gminy Wieliczka Artura Koziola.



FOTO Rogalska

Corocznie wartościowe nagrody oraz prestiż zawodów, zachęcają wielu czołowych zawodników Polski, do rywalizacji w ramach Pucharu Solnego Miasta. Kibice zostali świadkami wspaniałej rywalizacji zawodników w wieku 7 do 14 lat. Zawodnicy mogli emocjonować się rywalizacją o piękne puchary z soli, a kibice świetnymi wynikami m.in. Rekordem Małopolski 10-latek, Flawi Kamzol z Korony Kraków (50m st. dowolnym) oraz

Rekordem Małopolski 12-latek, Wiktorii Ziober z Chrzanowa (100m st. dowolnym), a najlepsze tegoroczne czasy w Polsce uzyskał Jakub Kalkan z Jedność 32 Przysowice w konkurencjach 50m st. klasycznym oraz 100m st. dowolnym. Wśród zawodników, było aż siedmiu rekordzistów małopolski, będących reprezentantami sekcji pływackiej Solnego Miasta. Wieliczanie zdobyli 32 medale, w tym 8 złotych.

Był to na pewno udany weekend dla pasjonatów wielickiego pływania. Na koniec, tuż przed uroczystą dekoracją, można było podziwiać umiejętności Bartka Hajduka, Mistrza Polski juniorów w trialu rowerowym. Zapraszamy już za rok !

BUDOWA WIELICKIEJ MEDIATEKI

Trwają prace przy budowie jednego z najnowocześniejszych obiektów kulturalnych w naszym mieście – Wielickiej Mediateki. Do końca czerwca zostanie zamknięty stan surowy budynku. W nowym obiekcie będzie miała miejsce wielicka biblioteka, znajdą się tam również sale konferencyjne i kino.



Fot. Tadeusz Warczak

Nowa mediateka to nowe możliwości na rozwój społeczny naszego miasta i okolic. W Wieliczce powstaje miejsce, które będzie służyć mieszkańcom. Nowy budynek zaprojektowany został z myślą

o zmieniającej się funkcji biblioteki, która z miejsca wypożyczania książek zmienia się w centrum społeczne, swoiste centrum aktywności lokalnej, miejsce spędzania wolnego czasu, miejsce kreatywne

przeznaczone dla wszystkich.

Dzisiaj biblioteka to nie tylko książki to miejsce spotkań, miejsce rozwijania kreatywności, swoiste centrum społeczne z miejscem dla każdego.

HISTORIA NA ŻYWO CZYLI „WIELICZKA SKRĘCA LINĘ”

Każdy, kto w dniach 20-21 maja 2017 r. chciał poczuć atmosferę naszego miasta sprzed 200 lat, spędził czas na Trakcie Powroźników oraz na Trakcie Solnym w Wieliczce, gdzie już po raz czwarty odbyło się historyczne wydarzenie plenerowe pn. „Wieliczka Skręca Linę”. Inicjatorem wspomnianej imprezy był Warsztat Powroźniczy z Wieliczki, wspierany przez Gminę Wieliczka.



FOTO Rogalska

Podczas wspomnianego wydarzenia przechodniów zabawiali szczudlarze i kuglarze. Chętni skorzystali z darmowej przejażdżki przytulną i wygodną kareta lando z XIX w. Wszyscy uczestnicy mogli indywidualnie skręcać powrozy pod czujnym okiem przedstawicieli Warsztatu Powroźniczego, któremu przewodził p. Marek Skubisz.

Tradycyjnie już podczas wydarzenia „Wieliczka Skręca Linę” w naszym mieście gościliśmy przedstawicieli historycznego wojska Pułku 4 Piechoty Xięstwa Warszawskiego oraz oddziału wojska słowackiego. Żołnierze, ubrani w barwne mundury, założyli swój obóz nieopodal Traktu Powroźników. Tam właśnie, przy ognisku i smacznych kielbaskach

pokazywali zebranym, jak wyglądało życie obozowe dawnych wojaków. W ciągu dnia paradowali ulicami Wieliczki, prezentując nie tylko swoje umundurowanie, ale również broń i umiejętności strzeleckie, które słychać było daleko poza granicami miasta.

TRENING MIĘŚNI DLA MIEDNICY

W sobotę 27 maja w fitness klubie SolnyFit odbyły się warsztaty treningu mięśni dna miednicy. Spotkanie poprowadziła fizjoterapeutka Klaudia Noworyta, uczestniczyło w nim 18 Pań.



Plan warsztatów obejmował teorię, w której można było poszerzyć wiedzę na temat podstaw anatomii dna miednicy, narządu rodowego oraz fizjologii kobiecej. Nie zabrakło również ćwiczeń praktycznych wzmacniających i rozluźniających

mięśnie dna miednicy oraz ćwiczenia świadomościowe. Choć to nie łatwe jak się wydaje uczestniczki nauczyły się, jak ćwiczyć mięśnie dna miednicy podczas codziennych czynności i ochronić je przed przeciążeniami.

Pamiętajmy, że mocna miednica to silna kobieta, warto więc zadbać o siebie na każdym etapie życia, nieważne czy jesteś seniorką, zabieganą trzydziestką, zmęczoną czterdziestką, czy młodą lub przyszłą mamą.

ILYA MARKOV

ZNANI SPORTOWCY



Fot. Grażyna Krzywdą Fotografia



Aktywny wypoczynek na łonie natury

Wspaniała zabawa w gronie przyjaciół

Emocje sportowej rywalizacji

4x10,5 KM BIEG DRUŻYNOWY



UWAGA! TYLKO 150 DRUŻYN!

KIEDY?
17/09/2017 r.

GDZIE?
Puszcza Niepotomicka

www.4restrun.pl



To już trzeci sezon biegowy grupy Solne Miasto...

O pasji biegania i sile, która tkwi w grupie rozmawiamy z trenerem grupy Solne Miasto, Mistrzem Świata i Europy, vice-mistrzem olimpijskim w chodzie sportowym na 20 km, trenerem polskiej kadry w chodzie sportowym w latach 2009-2013 – Ilyą Markovem.

Dokładnie 2 lata temu, 19 maja 2015 r. odbył się na Małopolskiej Arenie Lekkoatletycznej pierwszy trening, jak pracuje Ci się z wielickimi biegaczami?

Ciężko mi uwierzyć, że trwa właśnie trzeci sezon naszej działalności w Solnym Mieście! Przez ten czas z wielickich biegaczy zrobił się mocny zespół ludzi, których łączy jedna pasja – bieganie. Praca na Małopolskiej Arenie Lekkoatletycznej sprawia mi naprawdę dużo satysfakcji, bo widzę efekty swojej pracy w postaci wyników które osiągają uczestnicy treningów. A czuję, że to jeszcze nie koniec!

Na początku na treningi przychodziło dosłownie kilka osób, w tym momencie jest to już dość liczna grupa, na każdych zajęciach pojawiają się też nowi biegacze - amatorzy. Co cieszy Cię najbardziej: czy sukcesy pojedynczych uczestników, czy postępy jakich dokonują, a może fakt, że bieganie - dzięki Twojemu zaangażowaniu - staje się coraz popularniejsze również na terenie Wieliczki?

Przeżywam razem z biegaczami tak sukcesy, jak i porażki. Staram się wspólnie szukać nowych rozwiązań. Cieszy mnie też, że cały czas przychodzą na zajęcia nowe osoby, które dopiero rozpoczynają swoją przygodę z bieganiem. Bieganie jest najprostszą formą fizycznej aktywności i ma wiele zalet. Daje nam radość, zdrowie i robi z nas bardziej szczęśliwych ludzi.

Tak jak wspominałam, początkowo niewielu wielickich biegaczy trenowało pod Twoimi skrzydłami, w tym momencie możemy mówić o kilkudziesięciu uczestnikach treningów. Obserwujemy, jak biegacze zaczynają utożsamiać się z marką Solnego Miasta, zaprzyjaźniają się ze sobą, spędzają razem czas wolny. Dlaczego tworzenie grup, trenowanie w grupach jest ważne? Co nam daje?

Tak jak mówiłem, trenowanie w grupie łączy ludzi ze sobą wspólną pasją. Bieganie jest najlepszym sposobem odreagowania stresu. Dzięki endorfinom, które wytwarza nasz mózg podczas treningu, bieganie robi się swojego rodzaju pigułką antydepresyjną. Każdy z nas czasami ma brak motywacji wyjścia na trening i w tym przypadku grupa działa jak najlepszy motywator. Kiedy przychodzisz na stadion i biegniesz w grupie, to się okazuje, że potrafisz zrobić więcej niż Ci się wydawało. Rośnie twoja wiara w siebie i chęć, by znów wrócić za kilka dni na kolejny trening. Na takich treningach poznajemy nowych ludzi, powstają nowe przyjaźnie. Nasz świat się poszerza!

Doskonale tę tezę podkreśla hasło biegu „4Rest Run”, na który już dziś serdecznie wszystkich zapraszam.

Nie jest to zwyczajny bieg. To połączenie sportowej rywalizacji, relaksu w otoczeniu przyrody oraz poczucia „bycia razem” w zespole. To sportowa zabawa,

„Tak jak już wspominałem, bieganie jest dla każdego.”

w której na sukces składa się wynik 4 osób. Wynik całego zespołu jest ważny, ale znaczenie ma również atmosfera oczekiwania na wyniki kolegów czy koleżanek z zespołu. Biegamy po lesie, biegamy w czwórkę, cieszymy się, że jesteśmy razem. W zespole jest MOC! Mam nadzieję, że Solne Miasto „wystawi” kilka swoich drużyn i spotkamy się w puszczy 17 września 2017 r.

Zajęcia biegowe w Solnym Mieście, to nie tylko zajęcia na bieżni areny. To także zajęcia w klubie fitness SolnyFit, na sali. Czy ten element jest również ważny, jak na przykład bieganie interwałowe, czy długie wybiegania?

Trening biegacza musi być urozmaicony. Jeśli planujemy biegać długo i robić postępy bez większego uszczerbku na zdrowiu, samo bieganie nie wystarczy. Na jakość naszego biegania mają wpływ mięśnie pośladków, bioder, pleców, brzucha i inne. Właśnie tym się zajmujemy się na sali Solnego Miasta, wzmocnieniem i rozciąganiem.

Poza zajęciami cotygodniowymi udało się również zorganizować szereg spotkań, w tym cykl konferencji pod hasłem Forum dla biegaczy, Test Coopera, warsztaty jogi, Biegową majówkę na grabówkach, czy chociażby spotkanie świąteczne.

Bez wątpienia organizacja cyklu konferencji „Forum dla biegaczy” jest wielkim wydarzeniem, które stało się dobrą tradycją. Dziękuję ekipie „Solnego Miasta”, za tak cenny pomysł i realizację tego projektu. Dzięki forum setki biegaczy, głównie z terenu powiatu wielickiego, skorzystało z bardzo specjalistycznej wiedzy podanej w prosty, skondensowany sposób. Na każde forum zapraszani są inni specjaliści, z różnych dziedzin związanych ze sportem zawodowym, rehabilitacją, wyżywieniem. To pozwala, aby bieganie amatorskie przenieść na bardzo zawodowy i zdrowy poziom. Wprowadzenie jogi do treningu biegaczy również uważam za bardzo udany pomysł, który urozmaica trening biegowy, uelastycznia ciało i pomaga zapobiegać kontuzjom. A wspólne majówki tylko potwierdzają, że w grupie panuje wspaniała atmosfera.

Do grupy biegowej Solne Miasto należą osoby o różnicowanych umiejętnościach, doświadczeniu, trenujące z różnych pobudek, w różnym wieku (najmłodszy uczestnik ma w tym momencie 20 lat, a najstarszy 70!). Jak pracuje się z tak różnorodną grupą? Czy rzeczywiście treningi adresowane są do wszystkich? Czy

osoba, która planuje dopiero rozpocząć swoją przygodę z bieganiem może w każdej chwili dołączyć i bez żadnych obaw trenować z pozostałymi?

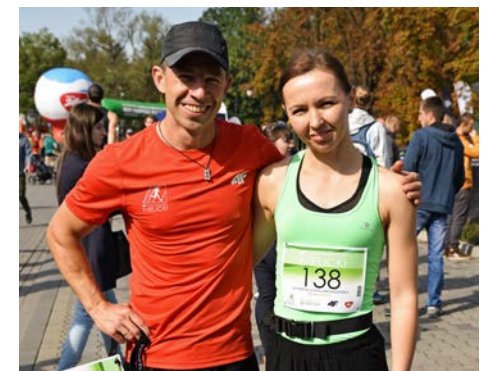
Tak jak już wspominałem, bieganie jest dla każdego. Jednak trzeba pamiętać, że przed rozpoczęciem zaangażowanego biegania trzeba zrobić profilaktyczne badania lekarskie i skonsultować swój stan zdrowia. Moim zadaniem jest bezpieczne zaplanowanie treningu od pierwszego wyjścia na ścieżkę, do maratonu i dalej...

Proszę powiedzieć, dlaczego Ilya Markov - utytułowany sportowiec i trener, posiadający na swoim koncie międzynarodowe sukcesy tak chętnie pracuje z amatorami. Czy ta praca może dawać satysfakcję?

Przez całe życie jestem związany ze sportem. Mam wielką wiedzę i doświadczenie, ale bez dzielenia się nią z innymi jest nic nie warta... Praca z osobami biegającymi dla przyjemności i zdrowia jest bardzo satysfakcjonująca. Błysk w oczach moich zawodników daje mi dużo radości i ładuje mnie energią i chęcią do pracy z amatorami biegania. Amatorzy to po rosyjsku lubiciele - od zawodowców różni ich miłość do biegania, dla zawodowców to jest ciężka praca.

Dziękuję serdecznie za spotkanie i w imieniu całej grupy biegowej Solne Miasto życzę powodzenia we wszelakich przedsięwzięciach, tak prywatnych jak i zawodowych.

Rozmawiała: Katarzyna Sowa-Lewandowska



Fot. Grażyna Krzywdą Fotografia

Ilya Markov to utytułowany sportowiec i trener, posiadający na swoim koncie międzynarodowe sukcesy. Obecnie jest prezesem i trenerem Stowarzyszenia Niepotomice Biegają, Solnego Miasta i innych grup biegowych. Urodzony w Rosji, absolwent AWF w Jekaterynburgu. Mistrz Świata (Sewilla - 1999) i Europy (Budapeszt - 1998) oraz vice-mistrz olimpijski (Atlanta - 1996) w chodzie sportowym na 20 km. Trener polskiej kadry w chodzie sportowym w latach 2009-2013. Jako trener odznaczony przez Prezydenta RP Bronisława Komorowskiego Srebrnym Krzyżem Zasługi za zdobycie vice-mistrzostwa Europy przez zawodnika Grzegorza Sudola (2010). Trener-asystent rekordzisty Polski w maratonie Henryka Szosta (2013). Zrzeszony w rosyjskiej organizacji trenerskiej Циклон (CycleON). Nauczyciel jogi.

WIKTORIA KRÓL DRUŻYNOWĄ MISTRZYNIA POLSKI W JUDO

W dniu 07.05.2017 r. w Gorzowie Wielkopolskim odbyły się „Drużynowe Mistrzostwa Polski Juniorek młodszych” w Judo. W Mistrzostwach wystartowała drużyna „UKS JUDO WOLBROM” w barwach , której wystartowała wieliczanka WIKTORIA KRÓL.



Wiktoria wraz z koleżankami klubowymi wygrały wszystkie mecze grupowe. W pierwszym meczu pokonały stosunkiem 5:1 drużynę „Olimp Nowa Sól” a w drugim pojedynku pokonały również w takim samym stosunku 5:1 drużynę „Fenix Bytom” i tym samym drużyna Wiktorii awansowała do półfinału z pierwszego miejsca w grupie „A” gdzie czekała już drużyna „Juvenia Wrocław”, która zajęła drugie miejsce w grupie „B” i również w tym pojedynku” UKS JUDO WOLBROM” nie pozostawił złudzeń co do tego kto będzie walczył o tytuł mistrzowski i pokonał przeciwników z Wrocławia stosunkiem również 5:1.

W finale spotkały się zdecydowanie najmocniejsze drużyny tych Mistrzostw „UKS JUDO WOLBROM” i „GKS CZARNI BYTOM” a walki finałowe stały na bardzo wysokim poziomie. Drużyna z Wolbromia w której barwach walczy Wiktoria zaskoczyła przeciwników składem jaki wystawiła na finał i po zaciętych walkach i wygranej rywalizacji wynikiem 4:2 „UKS JUDO WOLBROM” w składzie : Nikola Szlachta, Marta Kuraś, Paulina Szlachta, Anna Szatan, Natalia Kozłowska, Aleksandra Szatan, Wiktoria Król, Anna Kaleta i Anna Paś wywalczył tytuł najlepszej dru-

żyny w Polsce i tym samym „DRUŻYNOWE MISTRZOSTWO POLSKI” Juniorek Młodszych w Judo stało się faktem. Jest to 100 medal rangi Mistrzostw Polski dla klubu Wiktorii od początku istnienia tego klubu na którego czele stoi charyzmatyczny trener i koordynator posiadacz 7 Dan i pierwszego w Historii polskiego Judo medalu na Mistrzostwach Europy CZESŁAW ŁAKSA. Dla Wiktorii Król jest to największy sukces w dotychczasowej karierze !!!

PRACOWITY KWIECIEŃ ZAWODNIKÓW WIELICKIEGO KLUBU OYAMA KARATE

Pracowicie minął kwiecień zawodnikom z Wielickiego klubu OYAMA Karate, wzięli oni udział w dwóch dobrze obsadzonych turniejach 8 kwietnia w Otwartych Mistrzostwach Polski Zachodniej OYAMA PFK w Iłowej oraz 23 kwietnia w Otwartych Mistrzostwach Polski Wschodniej w Radomiu.



Reprezentanci OYAMA zdobyli łącznie 17 medali, w tym 10 złotych 2 srebrne i 5 brązowych. W pierwszym turnieju cała reprezentacja w konkurencji kumite stanęła na podium złoto zdobyli dla nas Kacper Broński , Bartłomiej Płoskonka, Dominki Gryciewicz oraz Kacper Woźniak, srebro wywalczył Kajetan Oprządek, brązowy medal zdobyli Gabriela Gabryś,

Maciej Midura i Patryk Hebda natomiast w konkurencji kata brązowy medal wywalczyła Nina Kowalczuk. Dwa tygodnie później w Radomiu duży sukces wieliczaczan ponownie cała reprezentacja stanęła na podium. Złoto wywalczyli Martyna Górak, Patryk Fliśnik Michał Płonka, Maciej Midura, Emilia Hajduk oraz Gabriela Gabryś, brązowy medal zdobyli Gabriela Gabryś, srebro Wiktoria Fliśnik brąz debiutant Jakub

Polkowski. Dodatkowo na zakończenie zawodów z grona zwycięzców wybrano najlepszych zawodników mistrzostw i to wyróżnienie otrzymał startujący w kategorii seniorów nasz reprezentant Patryk Fliśnik. Wszystkim serdecznie gratulujemy!

TOMASZ MAJEWSKI GOŚCIEM SPECJALNYM DRUŻYNOWEJ LIGI LEKKOATLETYCZNEJ



W uroczystości otwarcia i na zawodach na Małopolskiej Arenie Lekkoatletycznej, jako gość specjalny, pojawił się dwukrotnie złoty medalista olimpijski Tomasz Majewski, który życzył wszystkim udanych za-

wodów i zachęcał do uprawiania lekkiej atletyki. W gronie gości otwierających zawody w których uczestniczyło ponad 200 młodzieży byli Zastępca Burmistrza Rafał Ślęczka, Henryk Olszewski Prezes PZLA

z Warszawy, Grzegorz Sobczyk Prezes Małopolskiego ZLA, Olimpijczyk Edward Stawiarz, Radny Powiatu Wielickiego Lech Pankiewicz, Członek Zarządu Małopolskiego SZS Dariusz Zawisła.

SOLNA ŚCIANA TĘTNI ŻYCIEM...

Niezmiernie cieszy nas fakt, że Solna Ściana tętni życiem. To wspaniale, że wspinaczka staje się coraz bardziej popularna w naszym mieście. Doskonale pokazały to ostatnie zawody na ścianie wspinaczkowej w Solnym Mieście. Drugi etap turnieju „Solna Ściana” odbędzie się już na jesieni 2017 r. A tymczasem zapraszamy wszystkie dzieci do spróbowania swoich sił na zorganizowanych zajęciach z trenerami UKS Lider Siercza, w każdy wtorek o godzinie 17:00. Tuż po grupie dla dzieci odbywają się również treningi ze wspinaczki dla dorosłych. O tym, dlaczego warto uprawiać ten sport opowiada Agata Klewar, trenerka wspinaczki z UKS Lider Siercza.



Działalność wspinaczkowa jest bardzo szerokim pojęciem, które rozróżnia rodzaje wspinania w zależności od preferencji i miejsca. W ostatnich latach wspinaczka skałkowa oraz na sztucznych obiektach stała się bardzo popularnym sportem, a nawet sportem olimpijskim. Wspinanie na sztucznych obiektach daje nam tę możliwość, że niezależnie od warunków pogodowych można regularnie trenować.

Sport ten, który jest również traktowany jako element rekreacji zaczynają uprawiać nawet kilkuletnie dzieci. Jest to bardzo pozytywne zjawisko, ponieważ wspinanie wpływa pozytywnie na rozwój całego organizmu.

Zanim jednak rodzice decydują się posłać dziecko na zajęcia dodatkowe, chcą wiedzieć jakie korzyści będą wynikały z wybrania właśnie tego sportu. Ponieważ popularność wspinaczki rośnie, a świadomość rodziców jest większa, oczywistym się staje, że dzięki wspinaniu dzieci i młodzież m. in. może:

- Wzmocnić mięśnie całego organizmu – trzeba pamiętać, że wspinanie to nie tylko ręce i nogi. Pracują nam plecy, brzuch, mięśnie klatki oraz inne w zależności od ruchów wymuszonych przez stopnie i chwyt. Nierzadko o efektach pracy całego ciała uświadamiają nas dopiero zakwasy po intensywnym treningu.
- Poprawić gibkość i „rozciągnąć” się – każdy kto trenował kiedyś jakiś sport wie, że rozciąganie jest bardzo ważne. Jak często w ciągu dnia to robimy? Nikt o tym nie pamięta. Pamiętajmy zatem, że nasze dzieci większość dnia spędzają w pozycji siedzącej czy to w szkolnej ławce czy w domu przy komputerze, obiedzie odrabianiu lekcji... Podczas wspinaczki są to ćwiczenia naturalne i nie wymuszone, można się czasem zdziwić jak duży zakres ruchów można wykonać.

- Podnieść swoją wytrzymałość fizyczną oraz kondycję. Wydawało by się, że wspinanie jest sportem statycznym i kondycja nie ma znaczenia – nic bardziej mylnego. Jest wiele dynamicznych ćwiczeń, które potrafią nas zmęczyć jakbyśmy przebiegli kilka razy wokół stadionu.
- Rozwinąć poczucie równowagi, które przydaje się w życiu codziennym choćby przy jeździe na rowerze, czy wyjściu po drabinie. Kiedy ciężar całego ciała spoczywa na jednej stopie, a w zasadzie na palcach stopy, a rękami możemy się przytrzymać tylko kilkucentymetrowego chwytu zaczynamy lepiej rozumieć nasz organizm i pojęcie środka ciężkości. Balans ciałem jest już zaawansowaną techniką wspinaczkową i nie każde dziecko jest w stanie zrozumieć jego istotę na pierwszych zajęciach, jednak z czasem zaczyna być to naturalnym odruchem nazywanym potocznie „układaniem się na ścianie”. Pomaga to w życiu codziennym w tym, że dziecko ma szybszą reakcję na różne zagrożenia, łatwiej ominie dziurę jadąc na rowerze czy pieszo jadąc na rolkach, zmniejsza to ryzyko upadku a zwiększa refleks.
- Opanować słabości np. „lęk wysokości” i nie tylko. Świadomość, że można pokonać jakieś bariery i przezwyciężyć słabości rozwija w dzieciach wytrwałość i cierpliwość. Sukces taki jak wyjście na samą górę ścianki, czy przejście drogi wspinaczkowej, której nie mogły wcześniej zrobić motywuje dzieci do działania. Przekłada się to na inne sfery życia. Dzieci stawiają sobie coraz bardziej ambitne cele. Może to być inna czynność, praca plastyczna albo wyniki w szkole ale mechanizm działania taki sam.
- Istotne jest również panowanie nad stresem i zmiana negatywnego stresu w motywację do działania.

- lania. Naturalnym odruchem człowieka jest to, że gdy znajdzie się u eksponowanym terenie odczuwa lęk. Ważne jest to aby umieć nad tym lękiem zaprowadzić. Wspinaczka jest alternatywą na występujące zagrożenia społeczne związane z różnymi patologiami i wprowadzenie zdrowego trybu życia. Warto pielegnować w dzieciach wartości, które wpajamy im od najmłodszych lat. Zajęcia sportowe dają też bezpośredni cel trwania w takich wartościach, który jest bardziej zrozumiały dla młodzieży. Łatwiej przeciwstawić się namowom i naciskiem ze strony rówieśników.
- Jak wiadomo sport to zdrowie, a zajęcia ze wspinaczki dodatkowo pomagają przeciwdziałać otyłości – odczucie siły względnej mobilizuje dzieci do ograniczenia słodczy, chipsów i innych wysokokalorycznych produktów, które często konsumowane są w nadmiarze.
- Dzieci regularnie uprawiające sport potrafią lepiej organizować swój czas, tak by pogodzić obowiązki z zajęciami.
- Uczą się również zdrowej rywalizacji poprzez liczne zawody i turnieje, a także skutecznej komunikacji (przekazywanie komend podczas wspinania), współpracy, zaufania i odpowiedzialności poprzez wzajemną asekurację pod nadzorem instruktora.

Wspinaczka skałkowa może być również świetną formą spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. Zapewnia cenny kontakt z przyrodą. A co najważniejsze można wspinać się całą rodziną.

Agata Klewar
Uczniowski Klub Sportowy „Lider”
www.uk.s.p.siercza.pl
www.facebook.com/UKSlidersiercza/

FITNESS NA TRAMPOLINACH

Z ogromną przyjemnością zapraszamy do klubu fitness SolnyFit pierwszego punktu zajęć fitness na TRAMPOLINACH Jump4Fit w Wieliczce.

Co to są zajęcia Trampoliny Jump4Fit?
Fitness na trampolinach to innowacyjny trening, który łączy w sobie dużą dawkę wysiłku i zabawy. Pomaga wzmacniać i kształtować sylwetkę przy jednoczesnym czerpaniu frajdy ze skakania. Do treningu wykorzystywana jest jednoosobowa trampolina o małych rozmiarach, na której wykonuje się wolne i szybkie skoki, ćwiczenia wzmacniające znane z fitnessu i dynamiczne „biegi” w miejscu, nie zabraknie również ćwiczeń rozciągających.
Udowodniono, że skakanie na trampolinie jest dziesięć razy skuteczniejsze niż bieganie. Jak to możliwe? Dzięki nieustannym zmianom grawitacji więcej mięśni jest jednocześnie zaangażowanych w ruch, przez co podnosi się efektywność ćwiczeń. Co więcej, w czasie godzinnej treningu na trampolinie możemy spalić aż 800 kcal! Jeśli więc szukasz sposobu na skuteczną utratę kilogramów, ten typ ćwiczeń jest dla Ciebie idealny. Mimo wysokiej intensywności trening nie obciąża stawów.

Harmonogram zajęć :
- PONIEDZIAŁEK- 20.15 Ewa Makiela
- WTOREK- 19.15 Ada Frasik
- ŚRODA- 19.30 Ada Frasik
- CZWARTEK- 20.30 Agnieszka Maj
- PIĄTEK- 20.30 Ewa Makiela
Zapisy od pon.-pt. w godzinach: 10-18 pod numerem tel. 519-691-201 lub e-mail: jumpfit.wieliczka@gmail.com
Zapraszamy do polubienia naszego Fanpage’a: Jump4Fit Wieliczka
SKACZ! ĆWICZ! BĄDŹ FIT W SOLNYFIT! :)

jump4fit

WIELICZKA

SKACZ!
ĆWICZ!
BĄDŹ FIT!

SOLNYfit

ZAPRASZAMY CODZIENNIE!
CENNIK ZAJĘĆ:
1 WEJŚCIE - 20 zł
4 WEJŚCIA - 69 zł
8 WEJŚĆ - 129 zł

Pierwszy w Wieliczce

FITNESS NA TRAMPOLINACH

w Klubie SolnyFit

ZAPISY od poniedziałku do piątku w godzinach: 10.00-18.00 pod nr 519 691 201 lub e-mail: jumpfit.wieliczka@gmail.com

Jump4Fit Wieliczka

Solne Miasto Sp z o.o., 32-020 Wieliczka, ul. T. Kościuszki 15

Harmonogram zajęć klub fitness SolnyFit						
zapisy na zajęcia pod nr: 12 297 39 64, zapisy na trampoliny - 519 691 201						
	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
9:00		ABT Klaudia Noworyta			BODY SHAPE Ewa Makiela	STRONG BY ZUMBA® Emilia Furman
16:00						10.00 - ABT (Brzuch, Pośladki, Uda) Agnieszka Maj
17:00	CAPOEIRA dla dzieci od 7 lat Fernando/Maciej	GIMNASTYKA KOREKCYJNA dla dzieci od 6 lat Ewa Makiela	CAPOEIRA dla dzieci od 7 lat Fernando/Maciej	ZUMBA KIDS Ada Lembas	ZUMBA® Emilia Furman	
18:00	ZUMBA® Ada Frasik	FORMACJA TANECZNA Ewa Makiela 18.00 - grupa podstawowa 19.15 - grupa zaawansowana	PŁASKI BRZUCH Agnieszka Maj	BODY SHAPE Marta Korcela	TRENING BIEGOWY* Iliya Markov	
19:00	BODY SHAPE Ewa Makiela	PILATES & ZDROWY KRĘGOSŁUP Kamila Maciejko	ZUMBA® Emilia Furman	PIŁKI Marta Korcela CROSS & RUN HEROES Areny Lekkoatletycznej Grzegorz Holewa	19.30. CROSS HEROES P1 Grzegorz Holewa	
20:00	PŁASKI BRZUCH Klaudia Noworyta	STOP CELLULIT Kamila Maciejko	ABT (Brzuch, Pośladki, Uda) Agnieszka Maj	PILATES & STRETCHING Marta Korcela	PŁASKI BRZUCH Kamila Maciejko	
21:00	TABATA Klaudia Noworyta	CAPOEIRA Fernando/Maciej, wiek 15+	KICK BOXING Monika Kędzierska	TABATA Grzegorz Holewa	KICK BOXING Monika Kędzierska	
	20.15 TRAMPOLINY* Ewa Makiela	19.15 TRAMPOLINY* Ada Frasik	19.30 TRAMPOLINY* Ada Frasik	20.30 TRAMPOLINY* Agnieszka Maj	20.30 TRAMPOLINY* Ewa Makiela	
ZAJĘCIA WZMACNIAJĄCE ZAJĘCIA TANECZNE ZAJĘCIA DLA DZIECI TRENING BIEGOWY ZAJĘCIA MENTALNE SZTUKI WALKI TRAMPOLINY Więcej informacji na stronie internetowej www.solnemiasto.eu/fitness lub na Fan Page facebook.com/SolnyFit * Obowiązuje zakup osobnego karnetu 25zł/4 wejścia, 50zł/8 wejść. jump4fit WIELICZKA						

KÓRNICKIE TSUNAMI PRZETOCZYŁO SIĘ PRZEZ WIELICZKĘ

[ANNA KACZOR]

20 maja 2017 roku na medal spisali się uczestnicy 7. Wielickiego Dyktanda. Po raz kolejny mieszkańcy powiatu wielickiego i wybrańcy z małopolski zmierzili się w walce o tytuł Wielickiego Mistrza Ortografii biorąc udział w siódmej edycji Wielickiego Dyktanda.

Dr hab. Mirosława Mycawka, autorka tekstu, nie zawiodła uczestników konkursu. Napisała tekst ciekawy, ale z delikatną nutką zgrozy, nie wynikającą jednak tylko z zawłości ortograficznych, ale też z przypadków i przygód rezolutnej pół-Kaszubki Honoraty. Różnorodność owych przygód Honoraty i ich konsekwencje po raz pierwszy zademonstrował uczestnikom tegorocznej edycji konkursu Irek Jakubek z RMF MAXXX.

Po obradach Jury, mającego pod opieką wolontariuszy sprawdzających prace, wyłoniono 3 laureatów oraz przyznano 10 wyróżnień dla osób, których prace konkursowe uplasowały się tuż za pracami laureatów. Ponadto zostały przyznane nagrody niespodzianki. W czasie oceniania prac, uczestnicy konkursu oraz wszyscy goście nie biorący udziału w konkursie mogli wziąć udział w spotkaniu autorskim z Tomkiem Michniewiczem oraz w tradycyjnej akcji bookcrossingowej.

Wielickim Mistrzem Ortografii 2017 został Tomasz Malarz, który odebrał puchar, dyplom i nagrodę z rąk przewodniczącego Jury prof. dr hab. Bogusława Dunaja, Przewodniczącego rady miejskiej w Wieliczce Tadeusza Lurańca oraz p.o. Dyrektora Biblioteki w Wieliczce Katarzyny Sowy-Lewandowskiej. Nagrodą za pierwsze miejsce był notebook ufundowany przez Burmistrza Miasta i Gminy Wieliczka Artura Koziola.

Drugie miejsce i tytuł I Wielickiego Wicemistrza Ortografii 2017 zdobył Krzysztof Marszałek, który odebrał dyplom oraz nagrodę z rąk dr hab. Mirosławy Mycawki oraz p.o. Dyrektora Biblioteki w Wieliczce Katarzyny Sowy –Lewandowskiej. Nagroda za drugie miejsce została ufundowana przez Starostę Wielickiego Jacka Juszkwiewicza.

Trzecie miejsce i tytuł II Wielickiego Wicemistrza Ortografii 2017 zdobyła Agnieszka Roszczak, która odebrała dyplom oraz nagrodę z rąk dr hab. Mirosławy Mycawki oraz p.o. Dyrektora Biblioteki w Wieliczce Katarzyny Sowy – Lewandowskiej. Nagrodą za trzecie miejsce była drukarka laserowa OKI, ufundowany przez firmę MK System.

Przyznano także 10 wyróżnień oraz 4 nagrody niespodzianki. W gronie 10 wyróżnionych znalazły się następujące osoby: Angelika Guzik, Kinga Hojka, Grażyna Kasprzyk, Bartosz Klimek, Katarzyna Krakowiak, Marek Kuźmiński, Paulina Ohar-Zima, Monika Rachwał, Jovan Radicević, Małgorzata Węgrzyn. Wyróżnieni otrzymali książki ufundowane m. in. przez Wydawnictwo Czarne, wejściówki na Trasę Turystyczną przekazane przez Kopalnię Soli w Wieliczce oraz



FOTO Rogalska

upominki przekazane przez Muzeum Żup Krakowskich w Wieliczce oraz Starostwo Wielickie.

Nagrodę dla najmłodszego uczestnika otrzymali Emilia Peszko i Cyprian Wójcik: zestaw gier przekazanych przez Instytut Pamięci Narodowej, książki przekazane przez Kopalnię Soli w Wieliczce – Trasę Turystyczną, wejściówki do parku linowego Xterme Park, a także zestaw upominków przekazany przez Starostwo Wielickie i Muzeum Żup Krakowskich w Wieliczce.

Nagrodę dla najliczniejszej reprezentacji rodzinnej otrzymały dwie rodziny: Państwa Peszków oraz Państwa Rapkiewiczów – zestaw biletów do parku linowego X-tram, zestaw gier przekazanych przez Instytut Pamięci Narodowej oraz upominki od Starostwa Wielickiego i Muzeum Żup Krakowskich w Wieliczce.

Gratulujemy nagrodzonym!

Dziękujemy wszystkim, którzy wsparli wielicką bibliotekę w organizacji 7. Wielickiego Dyktanda finansowo jak i rzeczowo; obejmując patronat medialny, a także patronat honorowy - wyrażając tym samym poparcie dla idei konkursu jakim jest od siedmiu lat Wielickie Dyktando.

Nieocenioną pomocą w realizacji 7. Wielickiego Dyktanda byli wolontariusze, którzy pod bacznym okiem Jury sprawdzali prace konkursowe: Żaneta Bednarz, Elżbieta Ładyka, Elżbieta Kaszowska, Joanna Luraniec, Joanna Sufek, Jolanta Trzeciacka, Agnieszka Załoga oraz grupa studentów Wydziału Polonistyki Uniwersytetu Jagiellońskiego. Wsparła nas także Pani Janina Wereszko opiekując się wymianą książek.

Swoim autorytetem wsparli i patronatami honorowymi objęli 7. Wielickie Dyktando: Burmistrz Miasta i Gminy Wieliczka Artur Koziół, Starosta Wielicki Jacek Juszkwiewicz, Wydział Polonistyki UJ – Dziekan Wydziału prof. dr hab. Renata Przybylska, Rada Języka Polskiego przy Prezydium PAN w Warszawie.

Instytucje, które objęły patronat medialny nad 7. Wielickim Dyktandem pomogły nam rozpowszechnić informacje o zapisach oraz o wynikach: portal WieliczkaCity.pl, TVP3, Gazeta Wielicka, magazyn Solny Świat, radio Plus.

7. Wielickie Dyktando nie mogłoby się odbyć bez wsparcia partnerów oraz sponsorów. Idealne miejsce dla konkursu wraz z wspianą ekipą wsparcia technicznego, czyli Kampus Wielicki, zapewnił Pan Michał Roehlich – prezes zarządu Powiatowego Parku Rozwoju Sp. z o. o. w Wieliczce.

Głównym sponsorem była 7R Logistic S. A., dzięki której odbyło się także spotkanie z Tomkiem Michniewiczem.

Wsparcia finansowego lub materialnego udzielili sponsorzy: GPA Grupa Press Art, Kopalnia Soli w Wieliczce Trasa Turystyczna, Park Linowy Xtreme Park, MK System, Wydawnictwo Czarne, Instytut Pamięci Narodowej, Muzeum Żup Krakowskich w Wieliczce, Starostwo Wielickie.

Dziękujemy przede wszystkim stałym i nowym uczestnikom Wielickich Dyktand, którzy dzielnie i skutecznie walczą w ciężkich a zaskakujących potyczkach ortograficznych wyreżyserowanych przez niezłomnych autorów tekstów konkursowych.

KRÓTKI WYWIAD

[PAULINA PIEPRZYK]

O DŁUGICH PODRÓŻACH

O poszukiwaniu przygód, przełamywaniu schematów i o podróżach, raczej tych dużych, rozmawiamy z gościem 7. Wielickiego Dyktanda – Tomkiem Michniewiczem.

Tomek Michniewicz – reporter, dziennikarz, fotograf, autor bestsellerowych książek: „Swoją drogą”, „Samsara”, „Świat równoległy”. Bezkompromisowy i odważny. Organizator wypraw, podejmujący się najtrudniejszych i najbardziej niebezpiecznych projektów reporterskich. Świadomy ekolog promujący odpowiedzialne podróżowanie.

-Węże, rekiny, gangi przemytników, współcześni piraci to Pana chleb codzienny, czy jest coś lub ktoś budzący w Panu strach?

Boję się podczas pracy nad większością tego typu projektów. Odwaga to nie brak strachu, a raczej umiejętność zachowania zimnej krwi nawet, gdy człowiek się bardzo boi. Strach jest potrzebny, pozwala uniknąć zagrożenia, szacować ryzyko w ułamku sekundy, albo i brać nogi za pas z większą szybkością niż zazwyczaj. W takiej pracy jak moja trzeba go zaakceptować.

-Ciekawi mnie źródło, z którego pozyskuje Pan środki na swoje podróże. Przypuszczam, że dziś ma Pan sponsorów, jest Pan nagradzany i znaną tworzą

w podróżniczym świecie, ale jak było kiedy stawiał Pan pierwsze kroki?

Bardzo częste pytanie. Nie ma jakiegoś magicznego źródła. Tak naprawdę nie chodzi o to, skąd biorę pieniądze, tylko na co je wydaję. Nie kupuję stale nowych ubrań i gadżetów, nie piję alkoholu, nie imprezuję, jeżdżę rowerem, oszczędzam gdzie się da i całą zgromadzoną w ten sposób gotówkę wydaję na to, co kocham, czyli podróże. Jeśli ma się mocne priorytety, nie jest to takie trudne, ale trzeba się nauczyć wielu wyrzeczeń.

-Czy będąc w ciągłej podróży ma Pan czas na życie prywatne: przyjaciół, rodzinę? Czy jest miejsce, do którego wracając myśli Pan „wreszcie w domu”?

Im więcej czasu spędza się w podróży, tym bardziej rozchodzą się relacje z bliskimi ludźmi. To niestety smutna prawda. Rodzą się dzieci, ludzie się pobierają, rozchodzą, zmieniają pracę – a mnie nie ma, bo spływam Orinoko. To wielki koszt życia zawodowego podróżnika, o którym rzadko się mówi. Po 15 latach



FOTO Rogalska

”
Odwaga to nie brak strachu, a raczej umiejętność zachowania zimnej krwi nawet, gdy człowiek się bardzo boi.
”

doszedłem do tego, że najważniejsze w podróżach jest to, by mieć do czego wracać. Teraz kieruję się tą zasadą.

-W książkach często szukamy odpowiedzi. „Świat równoległy” ich nam nie daje. Za to wzbudza wątpliwości i zmusza do zadania sobie nowych pytań. Czy to był zamierzony efekt?

Tak. Nie chciałem dawać jasnych odpowiedzi, bo świat nie jest jednoznaczny. Szkoła nas uczy, że każde zadanie ma jedno prawidłowe rozwiązanie. X musi być konkretną liczbą, a wiersz ma określoną, „prawidłową” interpretację. Świat jest pełen sprzeczności i równorzędnych racji. Nie lubię go upraszczać.

-Nie mogłam jednak oprzeć się wrażeniu, że tak naprawdę te opowieści stanowią poniekąd tło dla rozważań o sensie podróżowania, a nawet sensie bycia dziennikarzem czy reportażyście.

Coraz mniej piszę „o podróżach”. Podróż to tylko tło, scenografia właściwego tematu. W czasach mediów społecznościowych mamy dostęp do informacji z każdego zakątka globu i wydaje się, że reporterzy przestają być potrzebni. Tyle tylko, że mamy dostęp do miliardów informacji, ale nikt nam ich nie tłumaczy, nie objaśnia ich sensu. Faktycznie, w tej książce [Świat równoległy] zastanawiam się nad rolą reporterów, reportażyistów. Nowoczesność wymusza na nas zmiany.

Wielicka biblioteka serdecznie dziękuje za szczere i rzeczowe odpowiedzi. Niezmiernie miło było nam gościć podczas Wielickiego Dyktanda tak barwną postać. Mamy nadzieję, że spotkanie z Panem zainspirowało wszystkich planujących zarówno te małe jak i duże podróże - w końcu nadchodzi długo oczekiwany sezon urlopowy.

[PAULINA PIEPRZYK]

W PODRÓŻY Z TOMKIEM MICHNIEWICZEM PO KAMERUNIE

20 maja 2017 roku, na Kampusie Wielickim, odbyła się siódma edycja kultowej już imprezy kulturalnej pod nazwą Wielickie Dyktando i przy tej okazji nie mogło zabraknąć innych atrakcji. W tym roku było to spotkanie z Tomkiem Michniewiczem.



FOTO Rogalska

Tomek Michniewicz – reporter, dziennikarz, fotograf, autor bestsellerowych książek: „Swoją drogą”, „Samsara”, „Świat równoległy”. Bezkompromisowy i odważny. Organizator wypraw, podejmujący się najtrudniejszych i najbardziej niebezpiecznych projektów reporterskich. Świadomy ekolog, promujący odpowiedzialne podróżowanie.

Zastanawiacie się zapewne, jakie są najczęściej zadawane pytania osobom, których sposobem na życie jest podróżowanie. Otóż tym, co budzi naszą największą ciekawość, są: najbardziej niebezpieczne przygody, sposób porozumiewania się z ludźmi oraz „Co obrzydliwego trzeba było zjeść?”. Jednak to nie ciągle odpowiadanie na te same pytania może być powodem do frustracji. Jak sam Tomek mówi: nic nie denerwuje go bardziej niż stwierdzenie „ale Ci zazdroścę” – bo przecież rzadko zdajemy sobie sprawę, jakie wyzwania stanowią chleb codzienny „zawodowego” podróżnika. To właśnie dla tych wszystkich, którym wydaje się, że zawód podróżnika wiąże się z ciągłymi wakacjami i wylegiwaniem się w najpiękniejszych miejscach świata, nasz gość przygotował projekt „Swoją drogą”. Projekt polegał na zabranii w podróż, w dowolne miejsce na świecie osoby, która tu i teraz powie gdzie i dlaczego chce jechać. Udało się spotkać takich śmiałków i jedną z takich podróży odbył przyjaciel naszego gościa – Marcin. Wszyscy zebrani na sali audytoryjnej Kampusu Wielickiego mieli niewątpliwą przyjemność posłuchać relacji z tej niezwyklej podróży. Bohater historii – Marcin – to księgowy w dużej korporacji. Jego codzienna praca raczej daleka jest od nieprzewidywalnych niespodzianek. Marcin marzył o niezwyklej przygodzie, którą kiedyś będzie mógł opowiedzieć wnukom. Na cel swojej po-

dróży wybrał afrykański las deszczowy w Kamerunie. Jak sam Tomek mówi, jest to miejsce, które nazywa „pachą świata” – nie ma co zwiedzać, a poruszając się po tamtejszych błotnistych drogach dobrze zadać sobie pytanie nie: „Czy się zakopiemy?”, ale „Ile razy?”. Mimo trudów drogi na twarzy zmęczonego i głodnego Marcina widniał uśmiech – on właśnie takiej przygody oczekiwał. Celem podróży było odnalezienie plemienia Pigmejów Baka – przedstawicieli mniejszości etnicznej o bardzo małym wzroście, mieszkających w dżungli. Pierwszym krokiem w poszukiwaniach było znalezienie przewodnika, który wskaże drogę do takiego plemienia. Nie jest bowiem tak, że spacerują oni beztrudnie po lesie. Następnie, trzeba było się zastanowić, jak przełamać pierwsze bariery komunikacyjne z żyjącym w środku dżungli plemieniem. Najlepszym „lodolamaczem” jest oczywiście przywitanie się w ich języku- nawet jeśli nie wybrzmiewa to w naszym wydaniu zbyt ładnie. Jeśli jednak to nie pomaga, należy poprosić o rozmowę z wodzem. Tym samym wskazujemy, że jesteśmy kimś ważnym bądź, że stało się coś ważnego. Marcinowi i Tomkowi udało dostać się do wioski plemienia Baka. Dostali swój mały szałas i z niecierpliwością czekali na przygodę. Po pierwszych dniach okazało się jednak, że niewiele się dzieje: kołbię gotują, dzieci siedzą na ławce- takie codzienne życie. Jedzenie, które przynieśli ze sobą zostało rozdysponowane w wiosce, a ich nadzieja, że zostaną wzięci pod uwagę w „obiegu kulinarnym” legła w grunach. Dopiero wtedy, kiedy człowiek jest głodny (naprawdę głodny!), a nie tylko odczuwa łaskotanie w żołądku; kiedy przekona się, jak się żyje w tak trudnym klimacie, jakim jest afrykańska dżungla, gdzie wilgotność jest tak wysoka, że ubranie nigdy nie jest suche

dostrzega się, jak na co dzień wygląda życie ludzi Baka i ile w rzeczywistości się dzieje.

Nasi bohaterowie próbowali wnieść różne nowinki technologiczne do wioski. Szybko się jednak okazało, że Baka doskonale radzą sobie na swoim terenie. Baka żyją tu i teraz, nie wybiegają w przyszłość: jedynym słowem określającym przyszłość jest „jutro”, a codzienne życie dzieli się na fazę niejedzenia, jedzenia i liczne inne fazy związane z tym ważnym punktem dnia, a odchodzenia na „tamten świat” jest codziennością. Najpiękniejsze i najbardziej zjawiskowe rzeczy dzieją się w nocy, poza fleszami aparatów, kiedy mieszkańcy osady siadają przy ognisku, tańczą, śpiewają, opowiadają legendy. Receptą na zyskanie sobie przyjaźni w podróży jest odrzucenie funkcji, które w naszym świecie nadaje nam status społeczny oraz traktowanie napotkanych ludzi jak równych sobie, szanowanie ich kultury oraz tradycji.

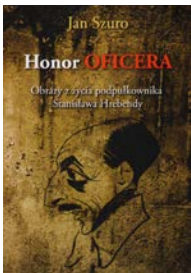
Na pytanie o to, co zainspirowało Tomka do podróżowania, gość odpowiedział, że to jego rodzice i kolorowy folwark gości odwiedzający ich dom: „przychodzi taki moment, że człowiek przestaje chcieć słuchać i zaczyna chcieć dotknąć”. Na kolejne pytanie, tym razem o ryzyko tych niezwykłych podróży, podła odpowiedź, że można je jedynie minimalizować, a jeśli stosuje się do lokalnych reguł, to nie trzeba się obawiać, gdyż lokalna społeczność nie ma powodów żeby zrobić Ci krzywdę; w ekstremalnych sytuacjach to strach pozwala określić, kiedy należy brać nogi za pas. Padły też pytania o kolejną podróż do Kamerunu, kolejny program telewizyjny oraz największe dotychczasowe wyzwanie podróżnicze. Fani nie mogli także pominąć pytania, kiedy pojawi się najnowsza książka i teraz wiemy, że musimy jeszcze poczekać.

SPOTKANIE Z

JANEM SZURO

2 czerwca
godz. 17.00

Sala na poddaszu



Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna
w Wieliczce oraz

Stowarzyszenie „Klub Przyjaciół Wieliczki” zaprasza
na spotkanie z

Janem Szuro

autorem książki pt.: „Honor Oficera. Obrazy z życia podpułkownika Stanisława Hrebendy”



POWIATOWA I MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA W WIELICZCE
ZAPRASZA NA

WAKACJE DLA MŁODZIEŻY

e-KSIAŻKA Projekt

Inspiracje
kreowanie postaci
budowanie bohatera
obrazy
fabuła
tworzenie historii
dobra zabawa
przydatne programy i aplikacje
skład tekstu
projektowanie grafiki
nowe technologie
e-publikowanie

Kiedy?
26 – 30 czerwca 2017 /poniedziałek - piątek/
godz. 14.00 - 16.00
Gdzie?
Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna
w Wieliczce /ul. Żwirki i Wigury 2/
Sala na poddaszu
Dla kogo?
młodzież 13+
bezpłatnie
Prowadzący: **Monika Małgorzata Lis, Katarzyna Piątek**

Liczba miejsc ograniczona
Zapisy od 5 czerwca, szczegóły na www.biblioteka.wieliczka.eu
kontakt: kpiatek@biblioteka.wieliczka.eu, tel. 012 278-30-75 wew. 24



Wakacyjny Klub Seniora - harmonogram zajęć wakacyjnych

Organizator: Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna w Wieliczce,
ul. Żwirki i Wigury 2, 32-020 Wieliczka, tel. /12/ 278 30 75, /12/ 278 15 65

SPACER nt. WISŁY W KRAKOWIE
Zbiórka o godz. 10:55 przed kościołem św. Idziego ul. Grodzka 67, obok Wawelu

3.07 PONIEDZIAŁEK
wieliczka

MUZEUUM FARMACJI W KRAKOWIE
Zbiórka o godz. 11:45 przed muzeum przy ul. Floriańskiej 25, bilet ulgowy z przewodnikiem 9 zł

11.07 WTOREK
wieliczka

DUCHY, ZJAWY I ALCHEMICY W DAWNYM KRAKOWIE
Zbiórka o godz. 10:55 przed wejściem do kościoła Norbertanek przy ul. Tadeusza Kościuszki 88 (Salwator); dojazd z Wieliczki: 304 przystanek pod Jubilatem, przesiadka na tramwaj lub pieszo

17.07 PONIEDZIAŁEK
wieliczka

TYNIEC - ZWIEDZANIE OPACTWA
Zbiórka o godzinie 10:55 przed Opactwem; dojazd z Wieliczki: 304 z przesiadką na ul. Konopnickiej, przejście na Rynek Dębicki, stamtąd autobus 112 przystanek końcowy – „Tyniec”

24.07 PONIEDZIAŁEK
wieliczka

RAKOWICE - WYCIECZKA Z PRZEWODNIKIEM PO CMENTARZU
Zbiórka o godz. 10:55 przed główną bramą przy ul. Rakowickiej; dojazd z Wieliczki: 304 z przesiadką pod Bagatelą na tramwaj nr 2, przystanek końcowy – pętla na ul. Rakowickiej

31.07 PONIEDZIAŁEK
wieliczka

NOWA HUTA - WYCIECZKA Z PRZEWODNIKIEM
Zbiórka o godz. 10:55 przed kościołem Arka Pana; dojazd z Wieliczki: 304 z przesiadką na ul. Bieżanowskiej na tramwaj nr 9 - przystanek D.H. Wanda lub TK Busem z Wieliczki, potem pieszo

7.08 PONIEDZIAŁEK
wieliczka

RAKOWICE - WYCIECZKA Z PRZEWODNIKIEM PO CMENTARZU
Zbiórka o godz. 10:55 przed główną bramą przy ul. Rakowickiej; dojazd z Wieliczki: 304 z przesiadką pod Bagatelą na tramwaj nr 2, przystanek końcowy – pętla na ul. Rakowickiej

21.08 PONIEDZIAŁEK
wieliczka

PODGÓRZE - WYCIECZKA Z PRZEWODNIKIEM
Zbiórka o godz. 10:45 przed Muzeum Schindlera; dojazd z Wieliczki: bus/w kierunku ul. Wielickiej/przystanek przy Placu Bohaterów Getta, 304 z przesiadką na ul. Bieżanowskiej na tramwaj nr 3.13

28.08 PONIEDZIAŁEK
wieliczka

OGNIKO INTEGRACYJNE W CZASŁAWIU
Zbiórka o godz. 14:30 pod SP nr 2 w Wieliczce. Obowiązują zapisy i wcześniejsze wpłaty. Szczegóły podamy w późniejszym terminie. Koszt ogniska: ok. 25 zł.

6.09 ŚRODA
wieliczka



Szczegóły w bibliotece w Wieliczce u koordynatora –
obowiązują zapisy.
Harmonogram może ulec zmianie.

Wakacje w bibliotece

poniedziałek – piątek
26.06 – 21.07
godz. 12.00 – 14.00



dla dzieci w wieku 6+
udział bezpłatny
Prowadzący zapisy:
tel. 012 278-30-75 wew. 24
dzialdzieci@biblioteka.wieliczka.eu

W programie:
- Spotkania podróżnicze – Akademia Twórczego Rozwogu Bystrzak
- Warsztaty plastyczne - techniczne
- Pokazy naukowe – eksperymentalne
- Gry i zabawy literackie
- Warsztaty z kaligrafii

designed by freemip



„BIBLIOTEKA? OCZYWIŚCIE!

Z okazji Tygodnia Bibliotek, który odbył się w dniach 8 - 13 maja 2017, wielicka biblioteka przygotowała bogaty program, w którym każdy, mały i duży, mógł znaleźć coś interesującego dla siebie. W siedzibie głównej PiMBP już od poniedziałku czekały na czytelników, przygotowane specjalnie na tę okazję, bony na książki. Można je było zrealizować na stoisku bibliotecznej akcji wymianki książek - Wymień się! w czasie 7. Wielickiego Dyktanda, 20 maja w Kampusie Wielickim.



W sobotę, w sali na poddaszu odbył się *Dzień Gier Planszowych* - nasze planszówkowe zbiory zostały oddane w ręce graczy. Przez cały tydzień trwała nieprzerwanie akcja „*Książki bez ogródek*”. Dla wszystkich zapalonych ogrodników, Dział Literatury Pięknej wielickiej biblioteki przygotował niespodziankę w postaci nasionek kwiatów. W poniedziałek seniorzy w ramach *Klubu Seniora* wysłuchali dwóch wykładów: *Fraktale*, który poprowadził dr Zbigniew Powązka oraz *Zrównoważona gospodarka leśna*. Leśne kompromisy, którego prelegentem był mgr. Inż. Krzysztof Przybyła.

Bogatą ofertę na cały tydzień przygotowały także filie. Na wtorkowych zajęciach w *Bibliotece na Os. Krzyszkowice* uczestnicy testowali gry planszowe. Na stole królował „gorący ziemniak”, a w grze „Wilki i owce” zły wilk bezskutecznie próbował złapać owieczki. W bibliotece można było również zagubić się w labiryncie. Kolejny dzień w bibliotece rozpoczęły dzieciaki z klasy 0b ze Szkoły Podstawowej z oddziałami integracyjnymi nr 4 w Wieliczce. Po przeczytaniu książki „Martynka i dzień mamy” rozpoczęła się dyskusja na temat sposobów wykonania pięknych prezentów na Dzień Matki. Pojawiło się mnóstwo ciekawych i kreatywnych propozycji. Po krótkim instruktarzu dzieci zabrały się do pracy, efektem czego były kartki pełne kolorowych

serduszek. Na zajęciach popołudniowych powstały także kartki okolicznościowe i „śmiejące się” zakładki do książek. W czwartek bibliotekę odwiedziły dzieci ze świetlicy szkolnej. Spotkanie rozpoczęło się zabawą z książkami, następnie na warsztatach manualnych powstały bardzo kreatywne i oryginalne zakładki dla moli książkowych. Tydzień bibliotek zakończono tutaj popołudniowymi warsztatami, na których uczestnicy obejrzeli krótki film o tym jak powstawała bajka rysunkowa, a bibliotekarka Dagmara krótko opowiedziała o historii jednej z największej wytwórni bajek, którą założył Walt Disney. Przez cały tydzień można było wymienić się książkami w ramach akcji *Wymień się!*

W *Filii w Chorągwiczy* dominowały zajęcia z kaligrafii. Swoich sił spróbowały dzieci oraz młodzież. Okazało się, że pisanie piórami gęsimi jest trudną sztuką i trzeba było dużej cierpliwości i staranności, by prace były na odpowiednim poziomie. Dużym zainteresowaniem cieszyła się również instalacja „*Książki zakazane*”. Czytelnicy byli zaskoczeni widząc „Biblię”, czy „Czerwonego kapturka”. Ponieważ Dzień Matki zbliża się wielkimi krokami, dzieci wzięły udział w zajęciach plastycznych, podczas których powstały kartki z życzeniami dla wszystkich mam. Wykorzystano technikę iris folding polegającą na wypełnianiu wyciętych wcześniej sz-

blonów kolorowymi skrawkami papieru. Tydzień Bibliotek to czas zabawy, dlatego wszystkie zajęcia przeplatane były różnego rodzaju grami i zabawami. W piątkowe popołudnie młodzież chorągwicka spotkała się w bibliotece. Dzień ten obfitował w różnego rodzaju gry i zabawy. Każdy z uczestników mógł sprawdzić się w grach sprawnościowych oraz zadaniach logicznych. Trudność wykonywanych zadań była punktowana słodkościami.

W *Filii w Koźmicach Wielkich*, na specjalne życzenie czytelników, zrealizowano spotkanie „*Z Japonią za pan brat*”. Zajęcia łączyły w sobie spotkanie podróżnicze, z zajęciami informatycznymi. Uczestnicy zajęć poznali historię, kulturę i ciekawostki dotyczące Japończyków i ich życia. Poznali różnice w sposobie zachowania między Polską i Japonią. Uczestnicy mieli wiele zadań do wykonania przy wykorzystaniu Internetu. Musieli znaleźć między innymi podstawowe założenia kodeksu bushido, broje lamelkowe, czy rodzaje kimon. Największym zaskoczeniem były strony poświęcone kulturze emo oraz anime -najpopularniejszym sposobie rysowania postaci. Dzieci i młodzież skorzystalili również ze stron ukraińskich, by znaleźć Anastazję Szpaginę- dziewczynę, która poświęciła swe życie na upodobnieniu się do postaci anime. Dzieci musiały również użyć translatora Google, by

zrozumieć treść stron. Ukoronowaniem zajęć o Japonii były zajęcia z kaligrafii japońskiej.

Filia biblioteczna na osiedlu Kościuszki zorganizowała najmłodszym czytelnikom kilka ciekawych spotkań w ramach tegorocznego Tygodnia Bibliotek. Tydzień rozpoczął cykl dla najmłodszych czytelników pt. „*Przygoda z pędzlem i kredką*”. Na samodzielnie zrobionych zakładkach do książki, pojawił się Alfabet wzorowego czytelnika. Powstały piękne i kolorowe zakładki. Niektórzy umieszczali na nich swoje imiona. Następnie uczniowie gimnazjum wzięli udział w *Poniedziałkowych Potyczkach Planszowych*. 10 maja biblioteka gościła grupę przedszkolną z Przedszkola Siedmiomilowe Buty. Spotkanie miało charakter edukacyjny. Najmłodsza grupa Biedronki zapoznała się z pracą bibliotekarza oraz dowiedziała się jak funkcjonuje biblioteka. Najmilszą jednak chwilą było spotkanie z Molikiem. Każdy chciał się do niego choć na chwilę przytulić.

Klub Poczytaj Pomyśl Podyskutuj zaproponował tym razem wszystkim niezdecydowanym trzeci tom książki z cyklu *Czerwona królowa* pt. „*Królewska klatka*”, a najmłodszym obserwatorom przyrody książeczkę „*Rok w lesie*”. Na zakończenie Tygodnia Bibliotek w cyklu *Zagadki z bibliotecznej szufladki*, odbył się konkurs kwiatowy z poezją w tle pt. „*W poszukiwaniu zagubionego słowa*”. Uczestnicy mieli okazję spędzić miłe chwile z poezją największych polskich poetów. W niektórych strofach wierszy brakowało nazw popularnych, kwiatów. Zwyciężył Franek, który jak jedyny odgadł nazwy wszystkich kwiatów, a drugie i trzecie miejsce zajęli Weronika i Szymon -gratulujemy!Tydzień Bibliotek w naszej bibliotece upłynął w atmosferze miłej zabawy, ciekawie podanej edukacji i emocjo-

nującej rywalizacji.

W *Filii bibliotecznej w Raciborsku* tydzień rozpoczął cykl dla najmłodszych czytelników pt. Z katalogiem za pan brat. Dzieci z klas trzecich ze Szkoły odwiedził w siedzibie *Molik* – ulubiona maskotka najmłodszych czytelników. Dzieci miały okazję zaprzyjaźnić się z Molikiem. W drużynowym, pełnym emocji konkursie na czas wykonały jego portret. Najlepsza i najszybsza drużyna została nagrodzona. Kolejne spotkanie z cyklu *Warto wiedzieć warto znać*, to spotkanie z patronką szkoły Marią Konopnicką. Klasa trzecia zapoznała się z życiem i twórczością tej wielkiej poetki, pisarki i patriotki. Obejrany film zabrał ich w świat Konopnickiej, czyli w miejsca gdzie się urodziła, podróżowała i tworzyła. Potem było krótkie podsumowanie w prezentacji dla utrwalenia wiedzy. Spotkanie edukacyjne zakończył konkurs na znajomość twórczości patronki. Zwycięzcy zostali nagrodzeni. Tydzień Bibliotek zakończył cykl *Przygoda z pędzlem i kredką* w wersji edukacyjnej pt. Od autora do czytelnika. Spotkanie zapoczątkowało czytanie książki A. Cieszyduka *Oczko* pt. *Jaś Czytalski* w bibliotece. Przeczytana lektura pomogła odpowiedzieć na pytania: Skąd się biorą książki? Jak one powstają? Gdzie można je spotkać? Jakie zawody są związane z powstawaniem i funkcjonowaniem książki ? Dlaczego trzeba o nie dbać? Uczniowie z klasy zerowej wykonali samodzielnie zakładki do książki. Na gotowych już zakładkach pojawił się Alfabet wzorowego czytelnika. Powstały piękne i kolorowe zakładki, najładniejsze zostały nagrodzone.

Filia biblioteczna w Węgrzcach Wielkich, w ramach odbywającego się corocznego święta bibliotek, zorganizowała dla najmłodszych warsztaty

„*Co się plecie w bajkowym świecie*” i „*Literacki Maraton Bajkowy*”, jak również odbyła się *akcja Wymień się! książkami*. Dzieciaki, które po raz pierwszy przybyły do biblioteki zapoznały się z jej funkcjonowaniem i dowiedziały się na jakich zasadach mogą zostać jej czytelnikami. Wszyscy jednak z ochotą i radością opowiadali o swoich ulubionych bohaterach książkowych, jak również wspominali jakie już książeczki udało im się przeczytać razem z rodzicami. Tak więc rywalizacja drużynowa i test wiedzy ze znajomości baśni, bajek czy opowiadań to dla zebranych żadna trudność. Natomiast literackie zagadki, krzyżówki i quizy dostarczyły uczestnikom wiele radości i śmiechu. Zabawa w skojarzenia i rozpoznawanie rekwizytów to również wiele pozytywnych wrażeń. Ponadto w godzinach otwarcia biblioteki na wszystkich zainteresowanych mieszkańców czekało specjalnie na tę okazję przygotowane stoisko, gdzie można było wziąć udział w akcji *Wymień się!* Akcja *Wymień się!* Powiatowej i Miejskiej Biblioteki Publicznej w Wieliczce zatacza coraz to szersze kręgi. I tym razem była okazja, aby wymienić się książkami w *Filii bibliotecznej w Węgrzcach Wielkich*.

W *Zabawie* podczas poniedziałkowych i środowych zajęć, dzieci grały w gry planszowe, „*W krainie Skrzatów*” i nieco już zapomniane „*Warcaby*” i „*Chirńczyk*” oraz rysowały postaci z książek. Tym razem były to księżniczki. Tydzień bibliotek zakończono spotkaniem z Małą Nelą, bohaterką książek podróżniczych i czytając jej opowieści z wyjazdu na Koło Podbiegunowe.

Serdecznie dziękujemy wszystkim za udział i zapraszamy za rok.

[JOLANTA KOZAK]

BĄDŹ PIĘKNA – SPOTKANIE DLA KOBIET Z OKAZJI DNIA MAMY

Bycie mamą to praca na pełen etat, a nawet na dwa! Wychowanie pociech, rozwijanie ich pasji, wspólna nauka, zajęcia pozaszkolne – to wszystko wymaga wielu poświęceń i wyrzeczeń dwadzieścia cztery godziny na dobę. Młodym mamom, które łączą obowiązki domowe z pracą zawodową, bardzo ciężko wśród codziennych spraw znaleźć chwilę dla siebie.

Należy jednak pamiętać, że szczęśliwa i zadbana mama, to szczęśliwe dzieci. Dlatego też z okazji Dnia Mamy w wielickiej bibliotece zorganizowano warsztaty kosmetyczne dla kobiet z konsultantkami Oriflame. Mamy, które przybyły wraz z dziećmi, mogły zostawić je pod opieką Babci Uli, w kąciaku dla najmłodszych.

Sposobów na poprawianie urody oraz zachowanie młodzieńczego wyglądu kobiety poszukują cały czas. Obecnie, dzięki nowym technologiom, bada-

niom i nauce, można w bardzo dokładny sposób poznać strukturę skóry i charakter swojej cery. Możliwe jest tym samym odpowiednie dobranie kosmetyków, tak aby służyły konkretnej osobie. W trakcie spotkania konsultantki Oriflame, z pomocą urządzenia API, wykonały badania skóry i pokazowe zabiegi. Przez cały wieczór kosmetyczki udzielały indywidualnych porad, doradzały, jakich kosmetyków używać i jakie zabiegi stosować, aby skóra jak najdłużej była młoda i zdro-

wa. Mamy dowiedziały się również, w jaki sposób w domowym zaciszu zadbać o siebie oraz jakie są najnowsze trendy w kosmetyce. Uczestniczki warsztatów wymieniały się doświadczeniami kosmetycznymi oraz zapoznały się z nowościami katalogowymi. W każdym z działów przygotowano specjalne półeczki z literaturą „kobiecą”, dotyczącą zdrowia, urody.

Dzień Matki upłynął w miłej i wesołej atmosferze. Dziękujemy wszystkim za przybycie.

PO DERBACH JEDNYM RADOŚĆ, INNYM SMUTEK



W minionych latach było sporo derbowych spotkań między klubami z Gminy Wieliczka. Dochodzi do nich na różnych szczeblach rozgrywkowych. A jednak na pewne mecze się po prostu czeka.

Wieliczanka świętująca 90 lecie i młodszy dokładanie o 30 lat Górnik napisały piękną historię wielickiego futbolu. Wieliczanka grała w III lidze państwowej, Górnik występował w lidze drugiej. Oba kluby grały na trzecim poziomie rozgrywkowym w kraju. Trzeba o tym pamiętać, choć dziś oba występują w lidze okręgowej.

Górnik pokazał, że zasługuje na coś więcej, że jest na najlepszej drodze do powrotu do IV ligi, a więc poziomu piłkarskiej solidności, na którą takie miasto jak Wieliczka na pewno zasługuje. Wieliczanka po porażce na inaugu-

rację rundy rewanżowej z Gdovią nie może się podnieść i wszystko wskazuje na to, że po roku wróci do klasy A. Wieliczanka Wieliczka- Górnik Wieliczka 0:4 (0:1) Bramki: 0:1 Downar-Zapolski 18, 0:2 A. Ślęczka 50, 0:3 Downar-Zapolski 65, 0:4 Szymoniak 72. Wieliczanka: Trześniewski - Dudek, Szymiski (60 Łęcki), Bieda, Pawlikowski, Ł. Gawęda - Szymański (60 Florek), Ciężarek, Juras - Gawlik (75 Ciupek), Tatar (75 Rudek). Górnik: Grabowski (75 Świerczyński) - Polus (46 Krusiński), Wasilewski, Przetocki, Nowak - Jeleń (55 Szczepański), Szymoniak, A. Ślęczka (55 R. Ślęczka), Ptak, Downar-Zapolski - Wołowski. Sędziował: Filip Magiera. Widzów: 200.

1.	Górnik	22	47	54-24
2.	Czarni	22	45	59-32
3.	LKS Mogilany	22	44	61-23
4.	Orzeł	22	43	54-27
5.	Raba	21	37	47-38
6.	Karpaty	21	30	45-39
7.	Gościbia	22	30	46-48
8.	Tempo	22	28	39-46
9.	Pasternik	22	27	43-48
10.	Targowianka	22	25	37-44
11.	Wolni	21	23	53-62
12.	Gdovia	22	20	34-60
13.	LKS Rudnik	22	13	27-68
14.	Wieliczanka	21	12	24-64

pański), Szymoniak, A. Ślęczka (55 R. Ślęczka), Ptak, Downar-Zapolski - Wołowski. Sędziował: Filip Magiera. Widzów: 200.

ZAGRAJ Z BŁASZCZYKIEM

Ponad sześćdziesięciu zawodników wzięło udział w turnieju tenisa stołowego zorganizowanego w CER Solne Miasto. Na zwycięzców czekały nie tylko wspaniałe nagrody, ale także możliwość zagrania z legendą tej dyscypliny sportowej Lucjanem Błaszczkiem.



Najlepszym zawodnikiem w kategorii do lat 10 okazał się Wiktor Kłag z Gorce Nowy Targ. Kolejne miejsca zajęli Grzegorz Bajer z Dobczyc oraz Kacper Frączek z CKiS Skawina. W grupie dziewczyn triumfowała Zuzanna Bezak z CKiS Skawina.

W kategorii 11-14 lat zwyciężył Jakub Bartnicki ze skawirskiego CKiS. Drugie miejsce przypadło Bartłomie-

jowi Wojaśowi z AS Progres, trzecie Bartłomiejowi Gali z Rączna Kątra.

W kategorii 15-18 lat pierwsze miejsce zajął Adrian Pięga z krakowskiego Klubu AS Progres. Drugie miejsce wywalczył Wojciech Górecki z UKS Rokicie Szczytники, trzecie Jakub Reszka z Progressu.

Wśród seniorów bezkonkurencyjny okazał się Adrian

Gadawski z Klubu Podwawelskiego w Krakowie. Na drugim miejscu uplasował się Tomasz Zimnicki, na trzecim Michał Piąstka reprezentujący UKS Magnum Koźmice Wielkie.

Zwycięzcę zmierzli się z Lucjanem Błaszczkiem, który wręczył im wcześniej nagrody wspólnie z wiceprezesem Solnego Miasta Andrzejem Garyckim.

Fot. PhotoPress Bogdan Pasek

SOLNEMIASTO
Sp. z o.o.

CENTRUM EDUKACYJNO-REKREACYJNE

„SOLNE MIASTO”

OGŁASZA NABÓR NA

Wieliczka



2 grupy wiekowe 6-9 lat, 10-13 lat



Turnusy o profilach
- sportowy, piłkarski, taneczny/fitness:

26 - 30 czerwca

3 - 7 lipca

10 - 14 lipca

17 - 21 lipca

24 - 28 lipca

31 lipca - 4 sierpnia

7 - 11 sierpnia

ATRAKCJE:

basen, ścianka wspinaczkowa, zajęcia sportowe na hali, zajęcia taneczne, seanse filmowe, plac zabaw, gry i zabawy zespołowe, sala zabaw

- SQUASH PARK WIELICZKA
- Xtreme Park Linowy Grabówki
(SZKOŁA PRZETRWANIA: budowanie szafasu, rozpalanie ogniska, pierwsza pomoc, transport rannego)
- Tężnia Solankowa w Kopalni Soli Wieliczka
- Miasteczko Ruchu Drogowego w Wieliczce - zajęcia sportowe
- Małopolska Arena Lekkoatletyczna - zajęcia sportowe zespołowe

WARSZTATY:

plastyczno-edukacyjne, twórcze, przyrodnicze, artystyczne

Partnerzy:



Patronat medialny:



Oferujemy:
śniadanie i dwudaniowy obiad
wykwalifikowana kadra
ubezpieczenie

CENA: 370 ZŁ/OS/TYDZIEŃ, ZAPISY: 12 297 39 59, 12 297 39 60, POLKOLONIE@SOLNEMIASTO.EU
SOLNE MIASTO SP Z O.O., 32-020 WIELICZKA, UL. T. KOŚCIUSZKI 15, TEL.: 12 297 39 59 E-MAIL: INFO@SOLNEMIASTO.EU, WWW.SOLNEMIASTO.EU, FB.COM/SOLNEMIASTO

NAJWIĘKSZY KONCERT UWIELBIENIA
W BOŻE CIAŁO W MAŁOPOLSCE

SOLNE UWIELBIENIE

15 CZERWCA 2017, 19:00

ZAGRAJĄ:

KRZYSZTOF IWANECZKO

ARKADIO | PDF | CHÓR SOLNEGO UWIELBIENIA

KWARTET SMYCZKOWY BONJOUR | POŁĄCZONE SCHOLE DZIECIĘCE

MAŁOPOLSKA ARENA LEKKOATLETYCZNA
WIELICZKA, UL. BOGUCA 9

SZCZEGÓŁY NA: WWW.SOLNEUWIELBIENIE.PL | FACEBOOK.COM/SOLNEUWIELBIENIE

ORGANIZATORZY:



SOLNE MIASTO



Centrum
Jana Pawła II
„Jakiś czas się”



PATRONI MEDIALNI:

