

# Zapraszamy na XV Międzynarodowy Ekstremalny Maraton Pieszki KIERAT 2018

To już 15. edycja jednego z najtrudniejszych w Polsce maratonu pieszkiego na orientację. Formuła „na orientację” pozwala na bardzo osobisty kontakt z górami, każdy samodzielnie określa przebieg trasy i poza odcinkami, na których można spotkać innych uczestników, w pozostałym terenie wystarczyć musi kompas i mapa.

Kierat to przedzieranie się przez krzaki, pokonywanie wąwozów i rzek, przeznaczone dla osób o bardzo wysokim przygotowaniu kondycyjnym, wysokiej odporności psychicznej oraz umiejętności orientacji w terenie.

Rozpoczynając od Słopnic w Powiecie Limanowskim, poprzez Beskid Wyspowy oraz Beskid Makowski, w dniach 25 – 27 maja 2018r. uczestnicy będą mieli do pokonania w ciągu 30 godzin (non-stop, dzień – noc) ok. 100 km. Zawody startują w piątek 25 maja o godz. 18.00, a kończą w zależności, jak sobie poradzą uczestnicy, ale najpóźniej meta będzie zamknięta dopiero po 30 godzinach, w sobotę o północy. Suma podejść wynosi 4 000m, z 14 punktami kontrolnymi. Start i meta znajdują się w tym samym miejscu.

Głównym organizatorem maratonu jest Biuro Podróży Limatur, natomiast współorganizatorem imprezy jest m.in. Powiat Limanowski.

Mapę Kieratu uczestnicy otrzymują w dniu rozpoczęcia. Przykładowo w ubiegłym roku trasa wyglądała zgodnie z mapą przedstawioną poniżej.

Bazą XV Międzynarodowego Ekstremalnego Maratonu Pieszego KIERAT w 2018r. jest Zespół Placówek Oświatowych w Słopnicach. Osoby, które chcą dojechać do Słopnic z bardziej odległych miejscowości, mogą skorzystać z kursów busem z przesiadką w Limanowej. Na tej trasie przejazd oferuje kilku przewoźników. Również w dniu powrotu jest możliwość skorzystania ze zbiorowych przejazdów ze Słopnic do Krakowa. Oferta jest przeznaczona wyłącznie dla uczestników, którzy opłacili wpisowe oraz wolontariuszy. Na terenie Słopnic wyznaczono również 5 miejsc parkingowych dla osób, które będą uczestniczyły w maratonie.

Wszyscy uczestnicy Kieratu 2018 mają zagwarantowane noclegi w Sali gimnastycznej oraz pomieszczeniach Zespołu Placówek Oświatowych w Słopnicach. Dodatkowo, za odpłatnością jest możliwość noclegu m.in. w Domu Pielgrzyma w Limanowej, ośrodku Konferencyjnym firmy Karpol w Słopnicach, Hotelu Limanowa w

Limanowej czy też w kwaterach prywatnych w Słopnicach.

Uczestnikom Kieratu w bieżącym roku życzymy powodzenia w bezpiecznym dotarciu do mety!

---

## **Promocja książki „SOLIDARNOŚĆ” na Ziemi Limanowskiej**

**Promocja książki „SOLIDARNOŚĆ” NA ZIEMI LIMANOWSKIEJ REGIONALNY WYMIAR RUCHU SPOŁECZNEGO 1980–1989** miała miejsce w piątek 20 kwietnia w Starostwie Powiatowym w Limanowej. W spotkaniu wzięły udział osoby zainteresowane tematem Solidarności w wymiarze lokalnym, przedstawiciele Powiatu Limanowskiego oraz media.

Marek Czeczótka- Wiceprzewodniczący Rady Powiatu, a także prezes Stowarzyszenia Związek Limanowian przywitał gości oraz przedstawił biografie autorów promowanej książki.

Następnie gospodarz miejsca Starosta Jan Puchała podziękował gościom za przybycie –*Cieszę się, że możemy się dzisiaj wspólnie spotkać, aby odtworzyć część historii, która działa się na Limanowszczyźnie, i która również nas dotyczy* – mówił Starosta.

Następnie współautor Dr hab. Tomasz Jan Biedroń – profesor Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie przedstawił historię

powstania książki. Na zakończenie uczestniczy spotkania mogli zadawać profesorowi pytania oraz prowadzić dyskusje na temat Solidarności na ziemiach powiatu limanowskiego.

Więcej o autorach:

Dr hab., prof. nadzw. Anna Siwik jest polskim naukowcem historii najnowszej i prorektorem AGH ds. Studenckich. Związana nie tylko z AGH, ale także z UJ, gdzie w 1986 otrzymała doktorat, a w 1999 habilitację. Autorka kilkudziesięciu publikacji naukowych poświęconych historii najnowszej, emigracji politycznej oraz myśli socjalistycznej i socjaldemokracji.

Dr hab. Tomasz Jan Biedroń – profesor Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie, redaktor naczelny roczników naukowo dydaktycznych Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie. Pod jego redakcją wydana została monografia „Limanowa dzieje miasta tom II”, autor kilkudziesięciu artykułów historycznych w Echu Limanowskim.





---

## **45 Mistrzostwa Polski Seniorów Karate Kyokushin w powiecie limanowskim**

**W minioną sobotę, 21 kwietnia 2018r. w Limanowej odbyły się najważniejsze w naszym kraju zawody w dyscyplinie Karate Kyokushin – 45 Mistrzostwa Polski Seniorów Karate Kyokushin. Podczas zawodów Powiat Limanowski reprezentowała Justyna Tokarczyk – Dyrektor Wydziału Promocji, Projektów i Przedsiębiorczości, która w imieniu Starosty złożyła życzenia i gratulacje zawodnikom 45 Mistrzostw Polski Seniorów Karate Kyokushin.**

Do rywalizacji sportowej w tegorocznych MP zgłosiło się początkowo 130 karateków – kobiet i mężczyzn reprezentujących 60 polskich klubów zrzeszonych w Polskim Związku Karate. Ostatecznie, po weryfikacji zawodników, która odbyła się w przeddzień zawodów w mistrzostwach wzięło udział 112 zawodników z 54 klubów zrzeszonych w Polskim Związku Karate. Sędzią głównym zawodów był shihan Andrzej Drewniak (9 Dan), a sędzią technicznym shihan Edward Urbańczyk (5 Dan). Zawody sędziowało łącznie 50 sędziów.

Rywalizacja sportowa odbywała się w konkurencji kumite kobiet, w kategoriach wagowych:

-55kg, -60kg, -65kg, +65kg oraz w kumite mężczyzn, w kategoriach wagowych -65kg, -70kg, -75kg, -80kg, -90kg, +90kg. Wszystkie walki odbywały się w formule full contact, z zastosowaniem pełnej siły ciosów. Atrakcją i sporym zainteresowaniem widzów wywołał tzw. „test tameshiwari” polegający na tym, iż zawodnicy, którzy zakwalifikują się do półfinału w poszczególnych kategoriach wagowych łamali deski sosnowe czterema sposobami: kantem dłoni (shuto), pięścią (seiken), łokciem (empi) oraz stopą (kakato).

Mistrzostwa Polski Seniorów Karate Kyokushin, to najważniejsze zawody w kraju w tej dyscyplinie sportu, w których brali udział najlepsi karatecy. Można powiedzieć – elita polskiego Kyokushin Karate. Rywalizacja sportowa przebiegała na adekwatnym do rangi zawodów poziomie, a widowiskowe kombinacje technik nożnych lub ręcznych w wykonaniu zawodników wywoływały aplauz licznie zgromadzonej na trybunach limanowskiej hali publiczności. W tej elitarniej grupie karateków znalazły się trzy zawodniczki ARS Klub Kyokushinkai, które z dumą i honorem reprezentowały miasto Limanowa: Renata Sukiennik oraz dwie zawodniczki o identycznym imieniu i nazwisku – Justyna Zelek (starsza) oraz Justyna Zelek (młodsza). Dla całej trójki dziewcząt były to pierwsze zawody tak wysokiej rangi w ich karierze, co więcej dla dwóch z nich były to pierwsze zawody w ich życiu, w których rywalizowały na zasadach „full contact”. Mimo to limanowianki zaprezentowały się bardzo dobrze i bez kompleksów. Co prawda decyzją sędziów przegrały swoje walki na etapie eliminacji, ale w żadnym razie nie dały powodu do wstydu, a wręcz przeciwnie. Jak powiedział ich trener: *„zaangażowanie i postawa naszych zawodniczek podczas tegorocznych Mistrzostw Polski daje podstawę sądzić, że w przyszłości mają duże szanse na medale w zawodach tak wysokiej rangi. Należą się im wielkie brawa”*.

Od strony organizacyjnej zawody zostały zorganizowane i

przebiegały na najwyższym poziomie – do czego przyzwyczał nas już ARS Klub Kyokushinkai, kierowany przez sensei Arkadiusza Sukiennika (4 Dan). Były one wspaniałą reklamą wyjątkowej dyscypliny sportu, jaką jest Karate Kyokushin, ale również doskonałą promocją Miasta Limanowa i całego naszego regionu. Rywalizacja sportowa przebiegała na trzech matach. Mata główna, na której odbywały się wszystkie walki finałowe znajdowała się na specjalnej platformie otoczonej tzw. rampą, na której został umieszczony system oświetlenia i nagłośnienia sterowany komputerowo. Szczególnie widowiskowo została przygotowana ceremonia oficjalnego otwarcia mistrzostw. Na dźwięki japońskiego bębna Taiko wszyscy zawodnicy weszli do hali zawodów przez bramę Tori, przy dźwiękach japońskiej muzyki i w blasku specjalnie zaprogramowanego oświetlenia dodającego ceremonii otwarcia niezwykłego nastroju. Wszystkie walki finałowe były poprzedzane dźwiękiem bojowych bębnow Taiko.

Oficjalnego otwarcia 45 Mistrzostw Polski Seniorów Karate Kyokushin dokonali: Pani Urszula Nowogórska – Przewodnicząca Sejmiku Województwa Małopolskiego oraz Wiceprezes Polskiego Związku Karate – shihan Andrzej Drewniak (9 Dan). Podczas oficjalnego otwarcia zawodów obecni byli również i głos zabrali: Pan Wiesław Janczyk – Poseł na Sejm RP, Pani Sylwia Kubacka, która w imieniu Posła na Sejm RP – Pana Józefa Leśniaka wręczyła Arkadiuszowi Sukiennikowi list gratulacyjny, Pani Justyna Tokarczyk – Dyrektor Wydziału Promocji, Projektów i Przedsiębiorczości Starostwa Powiatowego w Limanowej, Pani Jolanta Juszkiewicz – Przewodnicząca Rady Miasta Limanowa, która w imieniu Burmistrza Miasta Limanowa wręczyła Arkadiuszowi Sukiennikowi nagrodę pieniężną Burmistrza Miasta Limanowa za wybitne osiągnięcia sportowe w roku 2017 w wysokości 1.000,- zł. Obecni byli również przedstawiciele mediów: Ewa Krysztopowicz – TVP Kraków, Sławomir Wrona – Radio Kraków, Przemysław Antkiewicz – limanowa.in.

Podczas ceremonii otwarcia delegacja członków klubu ARS Klub Kyokushinkai wręczyła swojemu trenerowi i założycielowi klubu – sensei Arkadiuszowi Sukiennikowi tablicę pamiątkową i

specjalnie wykonany tort z okazji jubileuszu 10-lecia działalności ARS Klub Kyokushinkai, który to jubileusz przypada w bieżącym roku. Odśpiewano również 100 lat. Jak powiedział później Arkadiusz Sukiennik: „było to dla mnie totalne zakończenie, zupełnie się tego nie spodziewałem, bo nie planowaliśmy obchodów tego jubileuszu, a zwłaszcza podczas MP”.

Mistrzostwa były w całości transmitowane na żywo za pomocą łączy internetowych. W hali zawodów pojawiły się reporterzy TVP Sport, TVP Kraków oraz Radia Kraków.

Patronat honorowy nad mistrzostwami objęli: Urszula Nowogórska – Przewodnicząca Sejmiku Województwa Małopolskiego, Wiesław Janczyk – Poseł na Sejm RP, Józef Leśniak – Poseł na Sejm RP, Jan Puchała – Starosta Limanowski, Władysław Bieda – Burmistrz Miasta Limanowa, Jarosław Pachut – Prezes Międzynarodowego Stowarzyszenia Policji (IPA)–Region Limanowa.

Patronat medialny sprawowali: TVP Sport, TVP Kraków, Radio Kraków, Sportowy24.pl, Portal informacyjny Limanowa.in.

To wspaniałe wydarzenie było możliwe do zrealizowania dzięki wsparciu życzliwych instytucji, którymi są: Województwo Małopolskie, Starostwo Powiatowe w Limanowej, Urząd Miasta Limanowa oraz firmy: PAK-FOL, PDM LIMDROG, JAW-TRANS, BROWARS, Bank Spółdzielczy w Limanowej, Szpital Powiatowy w Limanowej, Agencja Ubezpieczeniowa DORATEX, Sklep Sportowy KOPERNIAK, Madake Budo Shop, HORTEX, TYMBARK, Limanova Hotel.

**Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego**

[Wyniki MP 21.04.2018- PZK -1](#)

[GALERIA](#)

*Źr.zdj.: ARS Limanowa*



---

# VII Bieg Ziemi Limanowskiej – trwają zapisy

1 maja br. w Starej Wsi odbędzie się 7. Bieg Ziemi Limanowskiej im. Św. Jana Pawła II. Bieg odbędzie się pod Honorowym Patronatem Ordynariusza Diecezji Tarnowskiej Ks. Biskupa Andrzeja Jeża. Współorganizatorem wydarzenia jest Powiat Limanowski.

Przedsięwzięcie służyć ma m.in. uczczeniu 100 -lecia odzyskania niepodległości, uczczeniu rocznicy kanonizacji św. Jana Pawła II jako promotora wartości chrześcijańskich i aktywnego stylu życia oraz popularyzowaniu aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży.

Zgłoszenia do uczestnictwa w Biegu przyjmowane są do dnia 28 kwietnia elektronicznie – poprzez stronę [www.pifsport.pl](http://www.pifsport.pl)

[REGULAMIN 7 Biegu Ziemi Limanowskiej](#)



# 7 BIEG

## ZIEMI LIMANOWSKIEJ

im. św. Jana Pawła II

POD HONOROWYM PATRONATEM BISKUPA ANDRZEJA JEŻA

### LIMANOWA - STARA WIEŚ

## 1 maja 2018 r.

#### PROGRAM:

- 11<sup>00</sup>** - Uroczysta suma odpustowa w Starej Wsi pielgrzymka świata pracy, NSZZ Solidarność, NSZZ Solidarność RI
- 12<sup>00</sup>** - otwarcie biura zawodów, parking przy **Karczynie Matras** (grupy K16, K20, K30, K40, K50, K60, K70, M16, M20, M30, M40, M50, M60, M70)
- 13<sup>00</sup>** - przed stadionem **Stara Wieś** (grupy M1, M2, M3, K1, K2, K3)
- 14<sup>10</sup> - 15<sup>00</sup>** - start grup zawodników



*Stadion Stara Wieś:*

- 14<sup>00</sup>** - Koncerty zespołów, gry i zabawy dla dzieci
- 16<sup>00</sup>** - Święto Flagi uroczysty apel, wciągnięcie flagi państwowej
- 16<sup>10</sup>** - dekoracja zwycięzców 7 Biegu Ziemi Limanowskiej oraz rozstrzygnięcie konkursu wiedzy historii Polski na 100 lecie odzyskania niepodległości
- 17<sup>00</sup>** Festyn Parafialny



### MAŁOPOLSKA

Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego

Patronat Medialny:



Zapisy elektronicznie na stronie [www.pifSPORT.pl](http://www.pifSPORT.pl) do dnia 28 kwietnia 2018 r., w wyjątkowych przypadkach w dniu zawodów w Biurze Zawodów.

**BIEGAJ Z NAMI NA**  
[www.rdn.pl](http://www.rdn.pl) **105,1 FM**

**radio NOWY SACZ**

*Podczas imprezy zostanie zorganizowana zbiórka na rzecz Parafialnego Koła Caritas*

**Patronat Honorowy:**

Poseł na Sejm RP - **Wiesław Janczyk**  
Przewodnicząca Sejmiku Województwa Małopolskiego - **Urszula Nowogórska**  
Radny Sejmiku Województwa Małopolskiego - **Grzegorz Biedroń**  
Starosta Limanowski - **Jan Puchała**  
Wójt Gminy Limanowa - **Władysław Pazdan**  
Burmistrz Miasta Limanowa - **Władysław Bieda**  
Proboszcz Parafii Stara Wieś - **ks. Prałat Marian Tyrka**  
Prezes Auto Moto Klub Limanowa - **Jerzy Budacz**

#### ORGANIZATOR:



#### WSPÓLORGANIZATORZY:



Parafia w Starej Wsi



Stowarzyszenie Koło Gospodyń Wiejskich w Starej Wsi I



#### SPONSORZY:

BANK SPÓŁDZIELCZY W LIMANOWIE



Stowarzyszenie Koło Gospodyń Wiejskich Stara Wieś I

