

# Aż 6 medali dla UKS KORYO Mszana Dolna

## Aż 6 medali dla UKS KORYO Mszana Dolna

14 stycznia b.r. w Swarzędzu odbył się **Puchar Polski w Taekwondo Olimpijskim**. Zawodnicy **UKS KORYO Mszana Dolna** przywieźli z tych zawodów 6 medali.

W kadetach złoty medal zdobyła **Karolina Szczęsowska**, a srebrny **Wiktor Pajdzik**. W juniorach złoty medal wywalczył **Mateusz Szczęsowski**, srebrny zaś **Maksymilian Śmieszek**. W seniorach złoto powtórnie trafiło do **Mateusza Szczęsowskiego**, a srebro do **Patrycji Kornaś**.



*Nasi najmłodszy zawodnicy startujący w kategorii młodzik niestety nie znaleźli się na miejscach medalowych, ale są to ich początkujące starty i w najbliższym Pucharze Polski, który odbędzie się w Ostrowcu Świętokrzyskim, zdobyte teraz doświadczenie na pewno zaprocentuje. Gratulacje należą się całemu zespołowi za wyniki sportowe oraz walkę do końca – mówi trener UKS KORYO Mszana Dolna **Zbigniew Karpierz***



**SERDECZNIE GRATULUJEMY, ŻYCZĄC DALSZYCH SUKCESÓW!**

Źródło foto: UKS KORYO Mszana Dolna

---

# Kasina – Ski pierwsza wśród najlepszych ośrodków narciarskich w Polsce

Portal Onet opublikował ranking najlepszych ośrodków narciarskich w Polsce. Dzięki niemu już po raz 9 możemy zapoznać się ze stacjami narciarskimi, które warto odwiedzić w sezonie. Wśród polecanych miejsc znalazła się również stacja z terenu naszego powiatu – Kasina – Ski, zajmując zaszczytne, pierwsze miejsce!

W rankingu ocenie podlegały zarówno małe jak i duże stacje narciarskie. Ośrodek narciarski **Kasina – Ski w Kasinie Wielkiej** zajął **pierwsze miejsce w kategorii małych stacji narciarskich**, otrzymując łącznie **67 punktów**. Stacja pokonała 13 innych tego typu ośrodków.

Ocenie podlegały wyciągi i trasy, dostępna infrastruktura, komfort jazdy i wrażenia narciarskie, naśnieżanie oraz dostęp do informacji. Autorzy rankingu osobiście sprawdzali poszczególne kryteria, weryfikując przygotowanie do sezonu narciarskiego.

Wśród dużych stacji narciarskich zwyciężył ośrodek **Szczyrk Mountain Resort**, pokonując 35 innych dużych wyciągów. W pierwszej trójce znalazły się również stacje **Białka Tatrzańska** i **Zieleniec**.

Pełne zestawienie dostępne [pod tym linkiem](#).

**SERDECZNIE GRATULUJEMY!**

Źródło foto: narty.pl

# Aktualne warunki na trasach narciarskich Powiatu Limanowskiego

W naszym powiecie funkcjonuje 5 stacji narciarskich, na których panują zróżnicowane warunki na trasach.

Na stokach w Limanowej (stacja nr 2 ) zamknięte są trasy czerwona i niebieska, z pokrywą śnieżną 10cm. Na terenie ośrodka **Limanowa-Ski** najpierw zostały uruchomione wyciągi orczykowe na trasie zielonej – tam pokrywa śniegu wynosi 40cm. Jest to trasa o najmniejszym stopniu trudności i o długości 300m. Stacja narciarska w Limanowej jest czynna w godzinach 9.00 – 21.00.

Znacznie lepsze warunki posiada trasa w ośrodku rekreacyjno-wypoczynkowy w **Laskowej- Kamionnej** (stacja nr 3 ), gdzie pokrywa śniegu zmrożonego wynosi 60 cm. Trasa jest otwarta na całej długości, czyli 2 000m., z wyciągiem zarówno orczykowym, jak i kolejką krzesełkową. Ze stacji narciarskiej można korzystać – podobnie jak w Limanowej – w godzinach od 9.00 do 21.00.

W Gminie Mszana Dolna położona jest stacja nr 4 w **Lubomierzu**, gdzie czynne są 2 wyciągi orczykowe: pierwszy mały o długości 160m oraz drugi, średni, niedawno powstały, którego długość trasy ma ponad 400m. Warunki narciarskie w Lubomierzu są bardzo dobre, grubość pokrywy śnieżnej wynosi 30 – 60 cm. Wyciągi czynne są tutaj w godzinach 9.00- 19.00.

Ze sztucznego naśnieżania korzysta również znajdujący się ośrodek w **Kasynie Wielkiej** (stacja nr 1 ), gdzie obecnie grubość pokrywy śnieżnej wynosi 50cm – 1m. Stacja posiada 2 różnej trudności trasy: niebieską o długości 1100m (wyciąg krzesełkowy) oraz zieloną (120m) – wyciąg talerzykowy. Godziny otwarcia wynoszą odpowiednio: 8.00-22.00 oraz 9.00-16.00 (z przerwą od 16.00-18.00 na ratrakowanie).

Z kolei w Gminie Niedźwiedź otwarte są 2 wyciągi narciarskie w **Koninkach** (stacja nr 5 ). Pierwsza to kolej linowa Tobołów ze średnim stopniem trudności i długością trasy 1450m, czynna od 9.00 do 21.00, natomiast wyciąg talerzykowy Hutek, o długości 50m i łatwym stopniu trudności przeznaczony jest przede wszystkim dla dzieci i jest otwarty w godzinach 9.00-19.00. Pokrywa śnieżna ma grubość ok. 40cm.

Biorąc pod uwagę atrakcyjność stoków narciarskich i ich szeroką dostępność w Powiecie Limanowskim serdecznie zapraszamy do korzystania z powyżej przedstawionej oferty!

Autor : Wydział Promocji, Projektów i Przedsiębiorczości

---

## **Sportowe osiągnięcia pochodzącego ze Słopnic zawodnika Emiła Juszcza**

**20-letni sportowiec Emil Juszcza, zawodnik Joniec Team, wziął udział w odbywającej się 6 stycznia 2018r. w Niemczech, w miejscowości Riesa, 2. rundzie Super Enduro World Championship.**

Po wielu wygranych w klasie Junior, ostatnio Emil Juszcza zamienił KTM na znacznie mocniejszy motorower marki Sherco SE 300.

Po 1. rundzie, mającej miejsce w grudniu 2017r. w Krakowie, zawodnik zajmował trzecie miejsce! Jak wynika z wywiadu udzielonego przez Emila Juszczaaka, zawody w Riese do końca stały pod znakiem zapytania – „cieszę się, że udało się zorganizować wyjazd na GP Niemiec, bo po zawodach w Krakowie przez długi czas nic nie było wiadomo”.



W zawodach w Niemczech Emil Juszczaak wystartował na pożyczonym motocyklu KTM EXC 250 TPi, w związku z czym, jak podaje, nie miał za dużo czasu, by go przetestować. Mimo wszystko w tej rundzie Mistrzostw Świata SuperEnduro uczestnik Joniec Team w klasie JUNIOR zajął ostatecznie 7 miejsce! W klasyfikacji generalnej po dwóch rundach młody i utalentowany Emil zajmuje piąte miejsce.



Emilowi Juszczaakowi życzymy zatem powodzenia i dalszych sukcesów w rozgrywkach Super Enduro!

Źródło foto: Joniec Team

---

## Zmienne szczęście zawodników reprezentujących Gminę Mszana Dołna

W ostatnich dniach starego roku rozegrano tradycyjne zawody Slavic Cup w Szczyrbskim Plesie (Słowacja).

Na dystansie 10km techniką klasyczną kobiet wygrała **Justyna Kowalczyk**, pół minuty przed **Ewelina Marcisz**. Na ósmym miejscu

znalazła się najlepsza Słowaczka – **Barbara Klementowa**. **Klaudia Kołodziej** (Witów ski Mszana Górna) zajęła 12 miejsce, **Weronika Kaleta** (Markam Wiśniowa) była czternasta z ponad minutową stratą do Klaudii.

**Ponadto z klubu Witów ski Mszana Górna wystartowali:**

- Julia Demkowska – 24 miejsce,
- Magdalena Murzyn – 29 miejsce,
- Gabriela Dawiec – 30 miejsce,
- Bogusław Gracz – 23 miejsce.

W Święto Trzech Króli rozegrano sprint w ramach Mistrzostw Polski Seniorów w Szklarskiej Porębie – Jakuszykach. Były to zawody z kalendarza FIS więc startowali zawodnicy zagraniczni. W eliminacjach bardzo dobrze pobięła **Klaudia Kołodziej** zajmując czwarte miejsce po raz pierwszy przed najlepszą Słowaczką Klementową. Klaudia popełniła jednak błąd na finiszu w biegu półfinałowym wyjeżdżając na zewnętrzny tor. Pięć zawodniczek wpadło na metę równocześnie; o kolejności decydował fotofinisz bo różnice były centymetrowe. Okazało się, że Klaudia była piąta, co oznaczało jej brak w finale. Awansowała za to **Weronika Kaleta** zajmując w nim szóste miejsce. W trzydziestce była też **Julia Demkowska** – 26m, poza „30” **Bogusław Gracz** – 31 miejsce. W rozgrywanych równolegle **Młodzieżowych Mistrzostwach Polski** dziewiąte miejsce zajęła **Justyna Kołodziej** (LKS Witów ski Mszana Górna).



W drugim dniu rozgrywano biegi techniką dowolną. Na dystansie 10km kobiet wygrała **Sylwia Jaśkowiec** przed **Ewelina Marcisz** i trzema zawodniczkami z Ukrainy. Słabiej tym razem pobięły mieszkanki Gminy Mszana Dolna – **Weronika Kaleta** była

piętnasta, osiem sekund za nią ukończyła bieg **Klaudia Kołodziej**. Z klubu LKS Witów ski Mszana Górna **Julia Demkowska** była 38., **Magdalena Murzyn** 43., **Bogusław Gracz** 43., a w Mistrzostwach Młodzieżowców (U23) **Justyna Kołodziej** ponownie zajęła dziewiąte miejsce.



Wobec braku tras narciarskich w Polsce następne starty odbędą się w Nowym Mieście (Czechy).

---

## **107 medali zdobytych przez limanowskich karateków**

Minął kolejny rok działalności limanowskiego Klubu ARS KYOKUSHINKAI. Czas, więc na jego krótkie podsumowanie, które zaczniemy od – dziewcząt z sekcji cheerleaders działającej w klubie.

W roku 2017 podopieczne Pani **Anny Mordarskiej-Sukiennik** i Pani **Karoliny Postrożny** intensywnie doskonaliły swoje umiejętności podczas codziennych treningów, co przyniosło efekt w postaci wysokich osiągnięć sportowych. Zawodniczki klubu reprezentowały barwy klubu, ale również naszego miasta w poniżej wymienionych zawodach i imprezach sportowych:

- Międzynarodowym Turnieju Cheerleaders „Cheermania”, Zabrze 10.06.2017r. Zajęły w nim 1 miejsce w konkurencji „High Kick”, 2 miejsce w konkurencji „Stunt all girl lv5”, 3 miejsce w konkurencji „Stunt all girl lv3”, 3 miejsce w konkurencji „Freestyle Pom” oraz 1 miejsce w

konkurencji „Acro Solo”.

- Dziecięca Triada Artystyczna, Limanowa, dn. 25.04.2017r. zajmując 1 miejsce,
- Powiatowe Igrzyska Młodzieży Szkolnej „Rytm, Muzyka, Taniec”, Limanowa, dn. 24.11.2017r. zajmując 1 miejsce,
- Powiatowe Igrzyska Dzieci Rytm-Muzyka-Taniec, Limanowa, dn. 24.11.2017r. zajmując 2 miejsce,
- Małopolskie Igrzyska Młodzieży Szkolnej „Rytm, Muzyka, Taniec”, Gnojnik, dn. 08.12.2017r., zajmując 1 miejsce,
- Małopolskie Igrzyska Dzieci Rytm-Muzyka-Taniec, Gnojnik, dn. 08.12.2017r. zajmując 1 miejsce.

Cheerleaderki uświetniały swoimi występami – pokazami różnego rodzaju imprezy organizowane przez jednostki samorządowe na terenie miasta i powiatu limanowskiego



Jeżeli chodzi o wiodącą dyscyplinę, którą zajmuje się klub, czyli Karate Kyokushin to również jest się czym pochwalić. Nasi karatecy nie próżnowali. Podopieczni sensei **Arkadiusza Sukiennika** w 2017 roku brali udział w 14 turniejach rangi regionalnej, ogólnopolskiej oraz międzynarodowej, podczas których **zdoyleli łącznie 107 medali, w tym 33 złote, 33 srebrne i 41 brązowych.**

Trudno wymienić i opisać w tym miejscu wszystkie sukcesy karateków, bo niniejsze podsumowanie byłoby nazbyt długie. Wymienimy naszym zdaniem te najważniejsze.

**Do najcenniejszych trofeów karateków ARS Klub Kyokushinkai należą:**

- srebrny medal w konkurencji kata zdobyty przez Jakuba Sowę podczas XXXI Mistrzostw Europy Karate Kyokushin, które odbyły się w dniach 13-14.10.2017 r. w Świnoujściu.



- brązowy medal w kumite juniorów młodszych -50 kg zdobyty przez Jakuba Kądziołkę podczas XIV Puchar Polski Juniorów, Juniorów Młodszych i Młodzików Karate Kyokushin
- brązowy medal w kumite juniorów młodszych młodszych -50 kg zdobyty przez Jakuba Kądziołkę podczas Mistrzostw Makroregionu Południowego Karate Kyokushin, które odbyły się 12.03.2017 w Przeworsku
- srebrny medal w kumite WKF (karate olimpijskie) juniorów młodszych open zdobyty przez Jakuba Kądziołkę podczas Mistrzostw Makroregionu Południowego Karate Kyokushin, które odbyły się 12.03.2017 w Przeworsku
- brązowy medal w kumite juniorów młodszych +65 kg zdobyty przez Damiana Górkę podczas Mistrzostw Makroregionu Południowego Karate Kyokushin, które odbyły się 12.03.2017 w Przeworsku
- brązowy medal w kata juniorów zdobyty przez Karola Sułkowskiego podczas Mistrzostw Makroregionu Południowego Karate Kyokushin, które odbyły się 12.03.2017 w Przeworsku.



Za sukces należy uznać fakt, iż podczas Mistrzostw Polski Juniorów Młodszych Karate Kyokushin, które odbyły się 21.10.2017r. w Lublinie trójka zawodników: **Jakub Kądziołka**, **Jakub Ociepka** i **Damian Górka** znalazła się w ósemce najlepszych zawodników w Polsce w konkurencji kumite. Bez wątpienia sukcesem sportowym, ale również organizacyjnym naszego klubu w 2017 roku był **VII Międzynarodowy Turniej Karate Kyokushin Dzieci „One World One Kyokushin”**, którego klub jest pomysłodawcą i organizatorem.

**W tegorocznej edycji turnieju brało udział ponad 500 zawodników** z 56 klubów z Polski oraz z Austrii, Białorusi, Czech, Rosji, Ukrainy, Węgier i Wielkiej Brytanii, reprezentujących największe światowe organizacje Karate Kyokushin. Turniej sędziowało grubo ponad 60 sędziów. Poziom

organizacyjny i sportowy turnieju był wyjątkowo wysoki. Dlatego cieszy fakt, że w klasyfikacji drużynowej nasz klub uplasował się na 3 miejscu.

Wychowanek klubu – **Bartłomiej Wajda** kolejny raz został powołany do Reprezentacji Polski na ME w Karate Kyokushin. Ponad to podczas ME nasz kraj i klub reprezentowali: **Renata Sukiennik**, **Jakub Kądziołka** oraz wspomniany wyżej **Jakub Sowa**.

Do sukcesów klubu zaliczyć należy również fakt, iż trener naszych karateków – sensei **Arkadiusz Sukiennik** uczestniczył w 44 Wschodnioeuropejskim Obozie Karate Kyokushin, który odbył się w dniach 20-23.07.2017 na obiektach AWF w Krakowie. W tym wyjątkowym obozie brało udział 316 karateków z Białorusi, Czech, Irlandii, Niemiec, Norwegii, Rosji, Ukrainy, Węgier i Polski. Głównymi prowadzącymi treningi byli Prezydent European Kyokushin Federation – shihan Antonio Pinero (Hiszpania), shihan Lesław Samitowski (USA), shihan Andrzej Drewniak (Polska), shihan Anatolij Fesenko (Rosja). Podczas tego obozu, przed międzynarodową komisją egzaminacyjną sensei **Arkadiusz Sukiennik** zdał egzamin na stopień mistrzowski 4 Dan w Karate Kyokushin. Stał się pierwszym w historii mieszkańcem Limanowej, który zdał egzamin na tak wysoki stopień w Karate Kyokushin.

– *Poza codziennymi treningami i udziałem w zawodach sportowych w klubie realizowane były wydarzenia i projekty, które na stałe wrosły w tradycję klubu jak np. „Ferie z Karate”. W ramach tego projektu każdego dnia przez okres ferii zimowych brało udział około 50 dzieci z terenu miasta Limanowa i okolic. Warto podkreślić, że zajęcia były całkowicie bezpłatne, a projekt był w całości zrealizowany z własnych środków klubu – podsumowuje sensei **Arkadiusz Sukiennik***



Jak zwykle w naszym klubie odbyły się dwie sesje egzaminacyjne na wyższe stopnie szkoleniowe w Karate Kyokushin (Kyu). Nasz klub to nie tylko ciężka praca i treningi to również przyjazna, rodzinna atmosfera, dlatego na zakończenie roku szkolnego 2016/2017 odbyło się tradycyjne klubowe ognisko z udziałem około 150 osób. W drugiej połowie roku 2017, w dniach 8-9.12.2017r. została zorganizowana klubowa wycieczka do kopalni soli w Bochni, w której brało udział 110 osób – członków naszego klubu oraz liczna grupa rodziców. Wycieczka była okazją zwiedzenia kopalni, zapoznania się z jej historią, ale również do przeprowadzenia treningu w wyjątkowej scenerii bocheńskiej kopalni, a co najważniejsze w korzystnym dla ludzkiego organizmu mikroklimacie -dodaje sensei **Arkadiusz Sukiennik**- Warto podkreślić i bardzo się cieszymy, że wystartowała w naszym klubie grupa treningowa „**Masters**” – dedykowana dla osób dorosłych, rodziców dzieci trenujących w naszym klubie i nie tylko. Jak na razie grupa działa prężnie, a trenujący w niej panie i panowie spotykają się systematycznie i trenują z dużym zaangażowaniem. Bez wątpienia mogą być przykładem dla wszystkich trenujących, w tym młodych karateków.

Jak co roku wszystkie „klubowe” dzieci odwiedził Święty Mikołaj, który zarówno cheerleaderkom jak i karatekom podarował paczki zawierającymi słodkie prezenty, ale również pomysłowy i użytecznym gadżet w postaci buff w barwach ARS Klub Kyokushinkai.



Członkowie klubu w roku 2017 odnieśli wiele sukcesów sportowych. Mimo różnych kłopotów czy ograniczeń lokalowych naszym zawodnikom udaje się utrzymywać wysoki poziom sportowy i rozsławiać dobre imię nie tylko klubu, ale również naszego miasta i całej Limanowszczyzny. Warto podkreślić, że reprezentanci klubu nie ponosili żadnych kosztów wynikających

z ich udziału w zawodach sportowych, w tym również tych zagranicznych. Organizowany przez nas turniej „**One World One Kyokushin**” to swego rodzaju wizytówka, która rozśławia miasto nie tylko w Polsce, ale również zagranicą. Mamy nadzieję, że dzięki pomocy limanowskich władz samorządowych w roku 2018 będziemy mogli w Limanowej znów zorganizować tę międzynarodową imprezę sportową promującą miasto Limanowa w kraju i poza jego granicami. Jeżeli mowa o przyszłości to w nadchodzącym 2018 roku przed naszym klubem zostało postawione jeszcze jedno ważne zadanie. Polski Związek Karate przydzielił naszemu klubowi organizację jubileuszowych **45 Mistrzostw Polski Seniorów w Karate Kyokushin**. Mamy nadzieję, że podołamy temu wyzwaniu.



– *Sukcesy, jakie osiągnęli członkowie klubu w 2017 roku to efekt ich ciężkiej pracy i zaangażowania – za co im z tego miejsca bardzo dziękujemy i gratulujemy. Jednak to, co udało się osiągnąć naszemu klubowi w 2017 roku nie byłoby możliwe gdyby nie wsparcie wielu ludzi dobrej woli, w tym rodziców naszych podopiecznych. I za to wsparcie serdecznie dziękujemy. Bardzo dziękujemy za okazane dla naszego klubu wsparcie i pomoc przedstawicielom władz samorządowych: Pani **Urszuli Nowogórskiej – Przewodniczącej Sejmiku Województwa Małopolskiego**, Panu **Janowi Puchała – Staroście Limanowskiemu** oraz Panu **Władysławowi Bieda – Burmistrzowi Miasta Limanowa** – podsumowuje **Arkadiusz Sukiennik – Szczególnie podziękowania składam naszym dobroczyńcom i sponsorom klubu: Firmie JONIEC na czele z właścicielem firmy Panem Mieczysławem Jońcem** oraz **LIMDROG na czele z Panem Prezesem Maciejem Szkarłatem**. Dzięki Państwa wsparciu nasze plany oraz sukcesy naszych podopiecznych były możliwe do zrealizowania. Wszystkim członkom i sympatykom ARS Klub Kyokushinkai życzymy dużo zdrowia, wytrwałości w realizacji obranych celów oraz wszelkiej pomyślności w 2018 roku, OSU!*