

# Konferencja w Karniowicach – „Perspektywy dla mieszkańców obszarów wiejskich”

W Karniowicach w województwie małopolskim odbyła się kolejna z cyklu konferencja „Perspektywy dla mieszkańców obszarów wiejskich”, które w ubiegłym roku zainicjował prezydent Andrzej Duda.

W spotkaniu wzięli udział przedstawiciele samorządów i organizacji działających na rzecz społeczności gospodarzy. Powiat Limanowski reprezentował Członek Zarządu Wojciech Włodarczyk.

Podczas konferencji zaprezentowana została aktualna oferta dla obszarów wiejskich przygotowanych przez 13 ministerstw. Dotyczy ona różnych obszarów, m.in. infrastruktury, oświaty, opieki społecznej i rodziny.

W konferencji udział wzięła szefowa Kancelarii Prezydenta RP Halina Szymańska. Minister podkreśliła, że podczas spotkań samorządowcy mogą dowiedzieć się, jak pozyskać środki na realizację projektów dla obszarów wiejskich.

*– Pieniądzy jest bardzo dużo, bo w zeszłym roku to była kwota sięgająca 24 mld złotych. W tym roku ta kwota jest dwukrotnie większa. Pokazujemy, w jaki sposób te środki pozyskiwać. Jest możliwość bezpośrednich konsultacji z przedstawicielami ministerstwa. Żeby nie było to spotkanie jednostronne, prosimy samorządowców o wypełnianie ankiet, ponieważ w ramach konferencji zbieramy informacje o tym, jakie są oczekiwania, jakie formy pomocy w swoich działaniach chcieliby otrzymać, jakich środków finansowych oczekują na wsparcie jakiego rodzaju działania. Później te ankiety są analizowane w Kancelarii Prezydenta. Informacje o nich wysyłamy do poszczególnych ministerstw – tłumaczyła Halina Szymańska.*

Odbyła się również dyskusja, w której zostały przedstawione oczekiwania mieszkańców wsi z perspektywy lokalnego samorządu. Członek Zarządu Powiatu Limanowskiego Wojciech Włodarczyk zwrócił uwagę na dwie kwestie – pierwszą, która dotyczyła budowy korektorów głównych dla zlikwidowania niedostatku wody pitnej – problemu który dotyka wszystkie samorządy gminne w naszym regionie. Druga kwestia dotyczyła wprowadzenia ograniczeń w pozwoleniach na budowę wież przekaźnikowych przez operatorów – *Chodzi o to, żeby stworzyć program dla samorządów, w którym będą mogły logistycznie rozplanować budowę wież, na których operatorzy będą mogli umieszczać swoje przekaźniki. Dzięki temu w jednym, najbardziej strategicznym miejscu na danym terenie będzie jedna stacja bazowa, a nie tak jak ma to miejsce do tej pory kilka, które powstają ze względu na konkurujących ze sobą operatorów* – zaznaczył Członek Zarządu.

Cykl konferencji „Perspektywy dla mieszkańców obszarów wiejskich” współorganizuje Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa. Spotkanie, jakie odbyło się w Karniowicach, wpisało się trzecią edycję tego wydarzenia.

---

## **Konkurs na wsparcie rozwoju turystyki w Polsce**

**Renowacja i wytyczanie szlaków turystycznych, zwiększanie dostępności i bezpieczeństwa turystyki oraz rozwój terytorialnych marek turystycznych – to m.in. projekty, na które można otrzymać dofinansowanie do 75% kosztów ich realizacji. Celem corocznie organizowanego konkursu jest podnoszenie konkurencyjności sektora turystyki oraz**

## **wzmacnianie turystycznego wizerunku Polski.**

Zapraszamy do składania ofert do 24 stycznia br. zarejestrowane w Polsce organizacje pozarządowe oraz jednostki w rozumieniu art. 3 ust. 3 ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, których działalność w sferze turystyki (w tym m.in. ekoturystyki, agroturystyki, przewodnictwa i pilotażu, rekreacji, wypoczynku, hotelarstwa) lub krajoznawstwa jest jednym z celów lub zadań statutowych i trwa dłużej niż 2 lata.

Budżet konkursu wynosi ponad 2,5 mln zł.

Okres realizacji zadań: od 1 marca 2020 r. do 31 grudnia 2020 r.

## **Materiały**

[Więcej o całym Programie zobacz na stronie: Program Rozwoju Turystyki do 2020 roku](#)

## **Podstawa prawna**

Ustawa z 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie [Dz.U. z 2003 r. nr 96, poz. 873](#)

---

**Powiat Limanowski odwiedziły  
delegacje z powiatów**

# partnerskich

W ten weekend w dniach 17 -18 stycznia Powiat Limanowski gościł delegacje z powiatów partnerskich: Powiatu Koszalińskiego oraz Kłodzkiego.

Oprócz oficjalnego spotkania w Starostwie Powiatowym, pierwszego dnia wizyty goście mieli okazję zwiedzić najciekawsze miejsca w Limanowej m.in. Muzeum Regionalne Ziemi Limanowskiej, Bazylikę Limanowską oraz Muzeum Parafialne. Uczestnicy delegacji z zainteresowaniem poznawali historię miasta oraz znanych osób związanych z Ziemią Limanowską.



Jednym z punktów sobotniego zwiedzania powiatu limanowskiego było zwiedzanie Ośrodka Edukacyjnego Gorczańskiego Parku Narodowego położone na terenie parku dworskiego Wodzickich w Porębie Wielkiej. Janusz Tomasiewicz – dyrektor GPN przybliżył gościom historię Parku oraz oprowadził po najciekawszych jego miejscach. Dodatkowym uzupełnieniem wizyty w Parku było obejrzenie multimedialnej ekspozycji poświęconej lokalnej florze i faunie we wnętrzach zabytkowego dworu oraz obejrzenie filmu edukacyjnego ukazującego bogactwo gorczańskiej przyrody.



Następnie wszyscy udali się do Lubomierza żeby wziąć udział w XXI Powiatowym Przeglądzie Zespołów Kolędniczych „Zagrojcie Ta Turoniowi”. Swoją udział w przeglądzie miały również „Florianki z Kłanina” zespół ludowy z zaprzyjaźnionego powiatu Koszalińskiego. Ich gościnny występ wzbudził duże zainteresowanie i zachwyt publiczności.



W niedzielę delegacje udały się do Zalesia. Tam goście zwiedzili budynek Centrum Obsługi Ruchu Turystycznego przy LKS „Zalesianka”, mogli skosztować regionalnych smakołyków przygotowanych przez lokalne koła gospodyń wiejskich oraz podziwiać piękną panoramę Beskidu Wyspowego.



Wizyta partnerska była doskonałą okazją do wymiany doświadczeń, zacieśnienie współpracy z powiatami partnerskimi oraz zaprezentowanie gościom tradycji i kultury powiatu limanowskiego.

Skład delegacji z Powiatu Koszalińskiego: radni Powiatu Kłodzkiego Jan Sobczyński, Krzysztof Orlikowski, a także 8 osobowy zespół ludowy „Florjanki z Kłanina”. Skład delegacji z Powiat Kłodzkiego: Michał Cisakowski – Wiceprzewodniczący Rady Powiatu Kłodzkiego, Ryszard Niebieszczanski – Nieetatowy Członek Zarządu powiatu Kłodzkiego oraz Robert Duma – Radny Powiatu Kłodzkiego.

---

**Limanowianie z nagrodą im.**

# Władysław Orkana

Zespół Regionalny „Limanowianie”, Zespół Regionalny „Mogilanie”, Zespół Regionalny im. Ludwika Łojasa z Łopusznej, Kapela Trzebuńskie Kliszczaki i Zespół Regionalny „Sami Swoi” z Przytkowic – to laureaci ósmej edycji Nagrody Województwa Małopolskiego im. Władysława Orkana. Uroczyste wręczenie nagród odbyło się w niedzielę w Bazylice Matki Boskiej Bolesnej w Limanowej. W wydarzeniu uczestniczyli m.in. marszałek Witold Kozłowski i radni województwa: Jadwiga Wójtowicz, Grzegorz Biedroń i Robert Bylica.

*W imieniu władz województwa serdecznie gratuluję wszystkim laureatom, którzy od wielu lat troszczą się o kultywowanie lokalnej twórczości i propagowanie idei regionalizmu. To przesłanie, które towarzyszyło Władysławowi Orkanowi, przyświeca również w Państwa codziennej pracy – mówił marszałek Witold Kozłowski podczas uroczystego wręczenia nagród.*

## **I Nagroda dla Zespołu Regionalnego „Limanowianie”**

Nagrodzony w tym roku Zespół Regionalny „Limanowianie” im. Ludwika Mordarskiego działa nieprzerwanie od ponad 50 lat. Członkami zespołu są śpiewacy, tancerze i muzycy ludowi, którzy rozstawiają folklor Lachów Limanowskich w kraju i za granicą. Na repertuar zespołu składają się m.in.: melodie ludowe, obrzędy, zwyczaje, tańce regionu Lachów Limanowskich oraz przyśpiewki spisywane latami najpierw przez samego założyciela, a później dokonywane wraz z synem Leszkiem Mordarskim.

Przez ponad pół wieku w działalność artystyczną zespołu włączyło się blisko 400 osób, tworząc tym samym wielopokoleniową rodzinę. Zespół z Limanowej ma na swoim koncie wiele występów w kraju i za granicą, może pochwalić się również licznymi nagraniami radiowymi, czy występami w audycjach telewizyjnych.

## **II Nagroda dla Zespołu Regionalnego „Mogilanie”**

Zespół Regionalny „Mogilanie” wraz z Kapelą działa przy

Gminnym Ośrodkiem Kultury w Mogilanach od ponad 35 lat. To wielopokoleniowa grupa osób, których łączy ze sobą wspólna pasja – zamiłowanie do folkloru. Od początku swojego istnienia zespół pielęgnuje folklor muzyczny i taneczny oraz stara się w sposób jak najwierniejszy pokazywać na scenie obrzędy i zwyczaje wsi podkrakowskiej. W swojej długoletniej historii zespół występował setki razy na scenach polskich i zagranicznych pełniąc rolę „ambasadora kultury polskiej”.

### **III Nagroda dla Zespołu Regionalnego z Łopusznej**

Zespół Regionalny im. Ludwika Łojasa powstał w 1974 roku przy Gminnym Ośrodku Kultury w Łopusznej. Jego patronem jest legendarny skrzypek i gawędziarz ludowy, przez wiele lat związany z łopuśniańskim zespołem jako prymista kapeli. Od początku istnienia zespołem kieruje jego założycielka Stanisława Szewczyk, która zaszczepiła umiłowanie tradycji nie tylko w swoich dzieciach, ale i w trzech pokoleniach tancerzy z Łopusznej i okolic.

W swoich programach zespół przekazuje to, co dla niego najcenniejsze – pamięć i kultywowanie tradycji regionu. Wszystko poprzez pielęgnowanie i przekazywanie rodzimego śpiewu, tańca, muzyki, zwyczajów, czy obrzędów ludowych. Programy budowane na kanwie gromadzonych przez lata materiałów archiwalnych, przekazów ustnych, wywiadów z przedstawicielami najstarszego pokolenia mają ogromną wartość etnograficzną i edukacyjną oraz przyczyniają się do zachowania ciągłości tradycji.

**Wyróżnienia trafiły do Kapeli Trzebuńskie Kliszczaki i Zespołu Regionalnego „Sami Swoi” z Przytkowic.**

\*\*\*

Przypomnijmy, że ustanowiona przez Samorząd Województwa Małopolskiego Nagroda im. W. Orkana przyznawana jest nieprzerwanie od 2012 roku za wybitne osiągnięcia w dziedzinie działalności artystycznej i kulturalnej oraz za propagowanie



idei regionalizmu.

Oprócz statuetek do wszystkich laureatów ósmej edycji trafiły też nagrody finansowe o łącznej wysokości 20 tys. zł.



źr.: UMWM

---

# **Polska Organizacja Turystyczna zaprasza przedsiębiorców do udziału w 8. edycji akcji „POLSKA ZOBACZ WIĘCEJ – WEEKEND ZA PÓŁ CENY”**

Ruszył nabór do 8. edycji akcji „POLSKA ZOBACZ WIĘCEJ – WEEKEND ZA PÓŁ CENY”. Zapraszamy przedsiębiorców z branży turystycznej, instytucje samorządowe, hotelarzy, restauratorów, organizacje i instytucje związane z obsługą ruchu turystycznego, a także organizatorów eventów sportowych – rejestracja trwa do 31 stycznia. Wiosenna edycja odbędzie się w weekend 20-22 marca. Udział w akcji to nie tylko szansa na pozyskanie nowych klientów z Polski i za granicą, ale także doskonała okazja do darmowej reklamy.

Inicjatywa „POLSKA ZOBACZ WIĘCEJ – WEEKEND ZA PÓŁ CENY” organizowana jest przez Polską Organizację Turystyczną we współpracy z Ministerstwem Rozwoju. Jej celem jest wydłużenie sezonu turystycznego w Polsce. Polska Organizacja Turystyczna chce w ten sposób wesprzeć przedsiębiorców działających w branży turystycznej, dla których wczesna wiosna i późna jesień są często okresem martwym.

Akcja będzie promowana na dziesięciu rynkach, z których do Polski przyjeżdża ponad 2/3 wszystkich zagranicznych turystów. Poza naszymi sąsiadami: Białorusią, Czechami, Litwą, Niemcami, Rosją, Słowacją i Ukrainą POT zaprosi do Polski także turystów z Finlandii, Norwegii i Szwecji.

Głównym beneficjentem akcji jest branża turystyczna i okołoturystyczna. Polska Organizacja Turystyczna oferuje

wsparcie marketingowe dla partnerów akcji w Internecie, mediach i środkach transportu. Na kampanię POT przeznacza ok. 200 tys. zł. Partnerzy akcji, z których aż 90% deklaruje udział w kolejnych edycjach, wskazują trzy główne korzyści uczestnictwa w akcji – reklamę dla swoich działalności, dotarcie do nowych klientów oraz wzrost liczby gości.

Zgłoszenia można wysyłać za pomocą formularza znajdującego się na stronie [www.polskazobaczwiecej.pl](http://www.polskazobaczwiecej.pl). Dołączenie do akcji zajmuje jedynie kilka minut. Partnerzy, którzy wzięli udział w poprzedniej edycji, nie muszą się rejestrować. Wystarczy, że zaktualizują ofertę na swoim koncie. Na stronie znajdują się szczegółowe informacje na temat akcji, regulamin oraz instrukcja zgłaszania ofert.

Partnerem strategicznym akcji są Polskie Linie Lotnicze LOT, a PKS Polonus i PKP Intercity wspierają inicjatywę jako partnerzy promocyjni.

źr.:MOT

---

## **III Ogólnopolski Bieg Beskidów i Gorców**

W minioną sobotę 18 stycznia na trasach biegowych w Zalesiu odbył się już po raz trzeci Ogólnopolski Bieg Beskidów i Gorców. Organizatorem wydarzenia było Beskidzko-Gorczańskie Stowarzyszenie Narciarskie w Limanowej oraz samorzady gmin Słopnice, Dobra, Kamienica i powiatu limanowskiego. Bieg Honorowym Patronatem objął Starosta Limanowski Mieczysław

**Uryga natomiast Ambasadorem Biegu była Sylwia Jaśkowiec.**

Zawodnicy wzięli udział w zmaganiach w pięciu kategoriach wiekowych na dystansie 13 kilometrów stylem klasycznym. Najszybszą wśród kobiet okazała się Ewelina Kołodziej z Łętowego (00:44:48), reprezentująca LKS „Witów ski” Mszana Górna. Spośród mężczyzn najlepszy rezultat uzyskał Jakub Twardowski z klubu AZS Zakopane (00:34:47), wyprzedzając Michała Lańdę z Białego Dunajca (00:34:50) i Roberta Farona z Zalesia (00:35:11).

## [WYNIKI BIEGU](#)

## [GALERIA](#)





## **FERIE 2020. Gdzie na narty w powiecie limanowskim?**

Powiat Limanowski to wymarzone miejsce dla miłośników narciarstwa i chociaż w ostatnim czasie warunki pogodowe bywają wybredne, to stacje narciarskie już zostały przygotowane. A co więcej w piątek 10 stycznia w Powiecie Limanowskim zainaugurowany został sezon narciarski 2020 w Małopolsce, a to oznacza, że rozpoczęcie szusowania na stokach czas zacząć!

[TRASY NARCIARSTWA BIEGOWEGO](#) -> Wypożyczalnia czynna jest 7 dni w tygodniu w godz. od 9.00 do 17.00

Najdłuższa z nich to „Mogielica”, mająca aż 21 km. Trasa zlokalizowana jest na terenie gmin: Słopnice i Dobra, przeznaczona dla osób chcących doskonalić swoje umiejętności narciarskie. Prowadzona jest leśnymi stokówkami (ok. 750-850 m. n.p.m.), wokół najwyższego szczytu Mogielicy. Pętla o

długości 21 km zaczyna się i kończy przy parkingu na „Wyrębiskach”, oddalonego od wypożyczalni o 3 km – przy zielonym i żółtym szlaku turystycznym.

Trasa na „Polanie Stumorgowej” Pokrywa śniegu do 60cm. Trasa oblodzona. Drugą co do długości jest ponad 2 km trasa zlokalizowana na Polanie Stumorgowej pod Mogielicą (utworzona w zależności od warunków pogodowych). Znajduje się na wysokości 1050-1100 metrów. Przebiega po niebieskim szlaku turystycznym, który prowadzi na Mogielicę. Z główną trasą wokół najwyższego szczytu Beskidu Wyspowego łączy się w okolicach 6. km.

Na uczących się dopiero jazdy na nartach czeka zaś „mała pętla” przy stadionie LKS Zalesianka o długości 1200 metrów.

Przypominamy, że w związku z zakończeniem w dniu 31.12.2019 r. okresu trwałości projektu pn. „Budowa narciarskich tras biegowych z funkcją rekreacji letniej w rejonie Góry Mogielica wraz z infrastrukturą towarzyszącą” od dnia 2.01.2020 r. wypożyczenie sprzętu sportowego jest PŁATNE!

Zachęcamy do śledzenia aktualnych warunków na trasach na [Fanpage Trasy Biegowe Mogielica](#)

**LIMANOWA SKI** położona w kotlinie górskiej w Beskidzie Wyspowym na północnych zboczach Łysej Góry, ok. 5km od centrum Limanowej. Na szczyt w ciągu 5 minut wywozi kolej krzesełkowa skąd możemy wybrać jedną z 2 tras zjazdowych:

niebieską – widokową i rekreacyjną trasę dla początkujących i średnio-zaawansowanych narciarzy o długości 1000m biegnącą przez las, początkowo południowo – wschodnim szczytowym zboczem, następnie wschodnim, aby znów włączyć się w bardzo szeroki północny obszar głównego stoku.

czerwoną – trasę dla zaawansowanych narciarzy o długości 700m.

wiodącą wzdłuż kolei krzesełkowej, posiadającą certyfikat FIS do organizowania międzynarodowych zawodów w kategorii slalom. Początkowy odcinek trasy jest bardzo stromy i przechodzi w łagodny przy dolnej stacji. Stawiający pierwsze kroki jak i doszkalający się narciarze mogą skorzystać z 300m. łagodnej, zielonej trasy przy wyciągach orczykowych.

Godziny otwarcia i bieżące informacje można śledzić na FB [LINK](#)

[LASKOWA-SKI](#) posiada jedną z najdłuższych i najnowocześniejszych kolei krzesełkowych w Polsce. Tatrapoma TS-4 to nowoczesny wyciąg o długości 1550 m. – Dzięki rozbudowanemu systemowi sztucznego naśnieżania i ratrakom stok jest zawsze doskonale przygotowany, a trasy o zróżnicowanym poziomie trudności gwarantują wspaniałą zabawę zarówno początkującym jak i tym bardziej zaawansowanym miłośnikom białego szaleństwa. Najdłuższą trasą ma 2005m, a suma wszystkich tras zjazdowych wynosi blisko 4800 m. Stok jest w całości oświetlony.

Godziny otwarcia i bieżące informacje można śledzić na FB [LINK](#)

[OSTOJA KONINKI](#) to górski ośrodek wypoczynkowy usytuowany u podnóża gór Gorców. Bezpośrednio przy ośrodku znajduje się kolej linowa. Dla narciarzy czynna jest trasa główna z Tobołowa, natomiast dla dzieci – trasa Hutek.

Godziny otwarcia i bieżące informacje można śledzić na FB [LINK](#)

[STACJA NARCIARSKA KASINA SKI](#) to ośrodek zlokalizowany w Kasinie Wielkiej, który dzięki swojemu położeniu blisko Krakowa i Nowego Sącza, od wielu lat jest miejscem aktywnego zimowego wypoczynku. Stacja dysponuje 6-osobową koleją krzesełkową z charakterystycznymi pomarańczowymi osłonami.

Cechą charakterystyczną nartostrady jest jednolite pochylenie na całej długości, co oznacza wyśmienitą jazdę zarówno dla początkujących, jak i wytrawnych narciarzy. Do dyspozycji początkujących i dzieci w tym sezonie przygotowaliśmy wyciąg taśmowy Sunkid.

Godziny otwarcia i bieżące informacje można śledzić na FB [LINK](#)

[STACJA NARCIARSKA SKI LUBOMIERZ](#) umiejscowiona jest na północnym stoku Jaworzynki (1026 m n.p.m.) – tuż przy granicy Gorczańskiego Parku Narodowego. Z górnej stacji, przez którą przebiega szlak na Kudłoń i Turbacz, narciarze i snowboardziści mogą podziwiać piękną panoramę Beskidu Wyspowego. W ośrodku zainstalowane są obecnie trzy wyciągi narciarskie. Szybki, podwójny orczyk o długości prawie 700 metrów i różnicy wzniesień dochodzącej do 200 metrów, pojedynczy wyciąg orczykowy o długości 400 metrów i różnicy wzniesień prawie 110 metrów.

Godziny otwarcia i bieżące informacje można śledzić na FB [LINK](#)

---

## Trwa ogólnopolski konkurs na



# wsparcie rozwoju turystyki

Jeszcze do dzisiaj tj. 24.01 trwają zgłoszenia do udziału w konkursie Ministerstwa Rozwoju, którego celem jest wsparcie krajowej turystyki poprzez podejmowanie różnorodnych projektów i inicjatyw podnoszących konkurencyjność sektora turystyki oraz wzmacniających turystyczny o wizerunku Polski, jak np. renowacja i wytyczanie szlaków turystycznych, zwiększanie dostępności i bezpieczeństwa turystyki oraz rozwój terytorialnych marek turystycznych. Na te i podobne projekty można otrzymać dofinansowanie do 75% kosztów ich realizacji.

Oferty do dnia 24.01 b.r. mogą składać zarejestrowane w Polsce organizacje pozarządowe oraz jednostki w rozumieniu art. 3 ust. 3 ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, których działalność w sferze turystyki (w tym m.in. ekoturystyki, agroturystyki, przewodnictwa i pilotażu, rekreacji, wypoczynku, hotelarstwa) lub krajoznawstwa jest jednym z celów lub zadań statutowych i trwa dłużej niż 2 lata.

Budżet konkursu wynosi ponad 2,5 mln zł. Okres realizacji zadań: od 1 marca 2020 r. do 31 grudnia 2020 r.

Zapraszamy do udziału!

źródło: gov.pl

---

## **Gorce Ultra-Trail Winter 2020. Bieganie zimą – sport**

# dla każdego!

*Zimą zakochaj się w Gorcach – tak brzmi hasło tegorocznego wydarzenia. Aby ułatwić to zakochanie również początkującym biegaczom zapraszamy na nowy, krótszy dystans, przygotowany z myślą o debiutantach. Będzie to 10 km czyli DYSZKA-ZADYSZKA. Zadyszka, bo trochę zmęczyć się trzeba będzie...*

22 lutego 2020 roku Ochotnica Górna po raz drugi przywita zawodników zimowej edycji biegu **Gorce Ultra-Trail WINTER**. Śmiałków chętnych na zmierzenie się z górami zimą jest coraz więcej, dlatego w tym roku organizatorzy GUT przygotowali aż trzy trasy. Pierwsza – na Lubań – o długości ok 24 km będzie bardzo podobna do ubiegłorocznej, druga jest zdecydowanie dłuższa, z myślą o pasjonatach i doświadczonych biegaczach, gotowych na 42 km i 2000 m przewyższenia. Trzecia trasa to wspomniana Dyszka-Zadyszka, umiarkowanie wymagające 10 km na zachętę do spotkania z górami. O pięknie Gorców i malowniczości gorczańskich panoram przekonali się już uczestnicy letnich edycji, Organizatorzy przypominają jednak, że w zimie to piękno będzie połączone z niemałym wyzwaniem. Już samo poruszanie się w śniegu jest niecodziennym przeżyciem, wymagającym innej techniki ruchu, dając w zamian niesamowitą przyjemność. Dodatkowa zmienna to temperatura, która zobowiązuje biegaczy do uważnego przygotowania stroju i sprzętu obowiązkowego. Przydadzą się solidne buty, wodoodporne skarpetki, stuptuty i wodoodporne rękawice. Zima ma swoje prawa!:)

*„Trasy GUT Winter wyznaczyliśmy z myślą o dwóch elementach – pięknych widokach i dostatku śniegu. Zawodnicy wystartują z Ochotnicy Górnej, skręcając po ok 2 km w stromy podbieg na Studzionki. Droga na Studzionki to solidne wyzwanie – 250 m przewyższenia na odcinku niewiele dłuższym niż kilometr! Dalej będzie zdecydowanie łagodniej, przynajmniej na **trasie 24 km**. Zawodnicy krótszego dystansu pobiegną głównym grzbietem na Lubań i powrócą prawie tą samą drogą. Nowością będzie zbieg*

drogą przez „jeziorka” prosto do centrum Ochothnicy Górnej. Zawodnicy **dystansu 42 km** będą mieli dodatkowo do pokonania dwa solidne podejścia na pasmo Lubania. Po wbiegnięciu na Studzionki i pięknej trasie grzbietem Lubania z panoramą Tatr skręca z czerwonego szlaku na żółty i zbiegną do Mizernej, skąd po trawersie Rezerwatu Modrzewi trasa poprowadzi ich niebieskim szlakiem od góry Wdżar na Lubań. Następnie po zbiegu do Ochothnicy Dolnej i krótkim odcinku główną drogą zaczną się wspinać potokiem Kudowe i zielonym szlakiem, a potem zbroczą na wąskie ścieżki poza oficjalnymi trasami PTTK, aż do grzbietu Lubania. Tam od połączenia ze szlakiem czerwonym dołączają do zawodników z dystansu 24 km, zbiegając przez „jeziorka” do Ochothnicy Górnej. Trasa 10-cio km – ZADYSZKI – po wejściu na Studzionki poprowadzi biegaczy kilka kilometrów w stronę Lubania czerwonym szlakiem, a potem ostro skręci w dół piękną drogą przez ośnieżony las prosto na metę.

Stęsknionym prawdziwej zimy i śniegu wrażeń nie zabraknie, ponieważ prawie cała trasa przebiega na wysokości ponad 1000m n.p.m. Z wielu miejsc będzie widać majestatyczne Tatry oraz pasmo Gorca, Pieniny, Beskid Sądecki i Wyspowy – nie przypadkiem Lubań już od XIX wieku słynie z najpiękniejszych widoków w całych Beskidach. Bazą zimowych zawodów będzie Ochothnica Górna, królestwo zimy w Gorcach. Biuro Zawodów oraz dekoracje odbędą się w Wiejskim Ośrodku Kultury, a start i meta biegów na placu kościelnym nad rzeką Ochothnica.

Na mecie będzie czekało ognisko, posiłek regeneracyjny, gorące napoje i przede wszystkim – pamiątkowy medal.

Kto podejmie wyzwanie? Tej zimy szczególnie warto!

Harmonogram wydarzeń:

21.02.2020, piątek

Biuro Zawodów w piątek 21.02 działa w godz.: 18.00-22.00,  
Wiejski Ośrodek Kultury Ochothnica Górna

22.02.2020, sobota

06.00 – 06.30 Biuro Zawodów “very last minute” dla dystansu 42 km, WOK Ochotnica Górna

06.30 – 06.55 weryfikacja wyposażenia obowiązkowego przed wejściem do strefy startowej dla dystansu 42 km

07:00 start dystansu 42 km

07.30 – 9.00 Biuro Zawodów “very last minute” dla dystansu 24 i 10 km

09:00 start dystansu 24 km

09.30 start dystansu 10 km

12.00 limit czasu dystansu 10 km

15:00 limit czasu dystansu 24 km

18:00 limit czasu dystansu 42 km

19.00 Dekoracje zwycięzców i integracja, Wiejski Ośrodek Kultury, Ochotnica Górna

Opłata startowa za bieg wynosi:

Dystans 10 km

– stawka podstawowa – 80 zł

– stawka w biurze zawodów – 100 z

Dystans 24 km

– stawka podstawowa – 145 zł

– stawka w biurze zawodów – 160 zł

Dystans 45 km

– stawka podstawowa – 220 zł

– stawka w biurze zawodów – 260 zł

Dla mieszkańców gminy Ochotnic Dolnej przewidziany jest rabat 20% do wykorzystania podczas zapisu on-line. Aby uzyskać kod rabatowy, wystarczy do 31 stycznia napisać na adres: kontakt@gorceultratrail.com

**Informacje i zapisy:**

<https://www.gorceultratrail.com/pl/zgloszenia-gut-winter/>

Partnerzy

Gospodarz wydarzenia: Gmina Ochotnica Dolna

Partnerzy: Garmin, Browar Podgórz, Restauracja OCH, GOPR, OSP Ochotnica Górna, OSP Ochotnica Dolna, Lasy Państwowe

### **REALIZACJA:**

Fundacja Run Vegan

media i akredytacje: [media@runvegan.pl](mailto:media@runvegan.pl) I uczestnicy: [kontakt@gorceultratrail.com](mailto:kontakt@gorceultratrail.com)

tel.: +48 507 006 851; [www.runvegan.pl](http://www.runvegan.pl) [www.gorceultratrail.com](http://www.gorceultratrail.com)

---

# **Kolejny dyżur punktu informacyjnego dotyczącego Programu Priorytetowego „Czyste Powietrze”**

Informujemy, że w przyszły poniedziałek 20.01.2020 r. w godzinach 10<sup>00</sup> – 14<sup>30</sup> odbędzie się kolejny dyżur punktu informacyjnego dotyczącego Programu Priorytetowego „Czyste Powietrze”. W związku z sugestiami zgłaszanymi przez osoby korzystające z porad podczas wcześniejszych dyżurów zostanie zmieniona formuła udzielania konsultacji.

W pierwszej części, tj. w godzinach 10<sup>00</sup> – 11<sup>30</sup>, odbędzie się

spotkanie grupowe, podczas którego zostaną przedstawione informacje na temat Programu Priorytetowego „Czyste Powietrze” oraz innych dostępnych form dofinansowania przedsięwzięć z zakresu efektywności energetycznej oraz odnawialnych źródeł energii, w tym również na temat Programu Priorytetowego „Mój prąd”. Spotkanie to odbędzie się w siedzibie tut. Starostwa w Limanowej przy ul. J. Marka 9, bud. B, pok. 204 (2 piętro).

Natomiast druga część dyżuru, tj. w godzinach 11<sup>30</sup> – 14<sup>30</sup>, będzie przeznaczona na konsultacje indywidualne. Konsultacje indywidualne będą udzielane w siedzibie tut. Starostwa pod adresem: ul. J. Marka 9, 34-600 Limanowa, bud. B, pok. 347 (3 piętro).