

22

MIĘDZYNARODOWY WYŚCIG KOLARSKI „MEMORIAŁ HENRYKA ŁASAKA”

pod patronatem honorowym Marszałka Województwa
Małopolskiego i Minister Sportu

8 sierpnia 2020 Limanowa



Program:

08.08.2020 r. – sobota Rynek Limanowa

12.00-12.30 – podpisywanie listy startowej, prezentacja ekip

12.45 – start ostry

16.18-16.40 – przyjazd na metę, ceremonia dekoracji



MAŁOPOLSKA

100%
rowerowych
emocji



ZWYCIĘZCY

- 1999 Cezary Zamana (Polska)
- 2000 Jacek Mickiewicz (Polska)
- 2001 Piotr Chmielewski (Polska)
- 2002 Cezary Zamana (Polska)
- 2003 Cezary Zamana (Polska)
- 2004 Robert Radosz (Polska)
- 2005 Marek Maciejewski (Polska)
- 2006 Petr Benčík (Czechy)
- 2007 Krzysztof Jeżowski (Polska)
- 2008 Krzysztof Jeżowski (Polska)
- 2009 Stefan Schäfer (Niemcy)
- 2010 Mariusz Witecki (Polska)
- 2011 Luka Mezgec (Słowenia)
- 2012 Sylwester Janiszewski (Polska)
- 2013 Florian Senechal (Francja)
- 2014 Maciej Paterski (Polska)
- 2015 Alois Kankovsky (Czechy)
- 2016 Paweł Franczak (Polska)
- 2017 Alan Banaszek (Polska)
- 2018 Mateusz Grabis (Polska)
- 2019 Norman Vahtra (Estonia)





MINISTER SPORTU

Danuta Dmowska-Andrzejuk

Warszawa, 8 sierpnia 2020 r.



Szanowni Państwo,

z radością przyjęłam zaproszenie do objęcia patronatem honorowym 22. Międzynarodowego Wyścigu Kolarskiego „Memoriał Henryka Łasaka” – jednego z najważniejszych wyścigów w kalendarzu imprez kolarskich, należącego do jednego z najtrudniejszych klasyków w Polsce.

Tegoroczny „Memoriał Henryka Łasaka”, z uwagi na wyjątkowy stan spowodowany pandemią koronawirusa, odbędzie się na terenie powiatu limanowskiego. Na linii startowej usytuowanej w sercu Limanowej, na przepięknie położonym wśród wzgórz Beskidu Wyspowego Rynku, stanie ponad 100 zawodników, którzy pięciokrotnie przemierzą niemal 30-kilometrową pętlę, łącznie rywalizując na dystansie ponad 149 kilometrów.

Uczestnicy 22. Międzynarodowego Wyścigu Kolarskiego poprzez sportową rywalizację uczczą pamięć Henryka Łasaka, jednego z najwybitniejszych polskich trenerów kolarstwa w historii i współtwórcy naszych największych sukcesów w tej dyscyplinie. Henryk Łasak wyszkolił wiele gwiazd kolarstwa, a jego podopieczni sięgali po najcenniejsze laury. To pod jego kierownictwem Polacy zdobyli między innymi drużynowe srebro w kolarstwie szosowym na Igrzyskach Olimpijskich 1972 w Monachium i brąz w drużynowej jeździe na czas na Mistrzostwach Świata w 1971 roku.

Start w „Memoriale Łasaka” to nie tylko okazja do sportowej rywalizacji. To także szansa podziwiania przepięknej panoramy Beskidu Wyspowego. Serdecznie pozdrawiam wszystkich uczestników wyścigu, trenerów, organizatorów i mieszkańców Limanowej i okolic. Niech ten sierpniowy weekend będzie okazją do przeżycia sportowych emocji, a także promocji regionu i pięknej dyscypliny, jaką jest kolarstwo.

Z wyrazami szacunku



Szanowni Państwo!

Pragnę serdecznie powitać w Małopolsce wszystkich uczestników oraz gości 22. Międzynarodowego Wyścigu Kolarskiego „Memoriał Henryka Łasaka”.

Z prawdziwą przyjemnością – w imieniu własnym oraz władz Województwa Małopolskiego – wyrażam uznanie i składam podziękowania wszystkim, którzy swoim zaangażowaniem przyczynili się do zorganizowania tego ważnego wydarzenia sportowego, upamiętniającego najwybitniejszego trenera w historii polskiego kolarstwa i twórcy jego potęgi. Życzę, aby poziom oraz emocje towarzyszące zawodom w Limanowej były najlepszą formą uczczenia pamięci Henryka Łasaka.

Aktywne spędzanie wolnego czasu to obecnie coraz bardziej popularny trend, szczególnie wśród młodych ludzi. Jazda na rowerze należy do najchętniej wybieranych form aktywności fizycznej w Małopolsce. Wynika to między innymi z faktu, że Województwo Małopolskie realizuje największy w Polsce projekt budowy tras rowerowych VeloMałopolska. Trasy rowerowe o europejskich standardach, przebiegające przez miejsca atrakcyjne przyrodniczo i turystycznie, bardzo dobrze oznakowane i wyposażone w punkty obsługi rowerzystów są podstawą do stworzenia w naszym regionie atrakcyjnego produktu turystyki rowerowej. Sieć docelowo będzie liczyła ok. 1000 km, natomiast już teraz do dyspozycji miłośników dwóch kółek zostało oddanych ponad 500 km tras o najwyższym europejskim standardzie, które – jak pokazują statystyki – cieszą się ogromną popularnością.

Gratuluję Towarzystwu Olimpijczyków Polskich oraz władzom Miasta Limanowa i Powiatu Limanowskiego, że z sukcesem kontynuują tradycje „Memoriału Henryka Łasaka”. Życzę Państwu powodzenia w realizacji kolejnych, sportowych wyzwań.

Wszystkim zawodnikom życzę satysfakcji z podjętego wyzwania i wspaniałych wyników osiągniętych w szlachetnej rywalizacji fair play.

Do zobaczenia w Małopolsce!

*Z życzeniami wielu sportowych emocji,
Witold Kozłowski
Marszałek Województwa Małopolskiego*



KOMITET

Zawodnicy rywalizują o Puchar Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudy

KOMITET HONOROWY

Minister Sportu – Danuta Dmowska-Andrzejuk
Marszałek Województwa Małopolskiego – Witold Kozłowski
Mieczysław Uryga – Starosta Limanowski
Władysław Bieda – Burmistrz Miasta Limanowa
Jan Skrzekut – Wójt Gminy Limanowa
Władysław Sadowski – Wójt Gminy Kamienica
Bogdan Łuczowski – Wójt Gminy Łukowica
Adam Sołtys – Wójt Gminy Słopnice
Ewa Filipiak – Przewodnicząca Rady Powiatu Limanowskiego
Jolanta Juszkiwicz – Przewodnicząca Rady Miasta Limanowa
Stanisław Młyński – Przewodniczący Rady Gminy Limanowa
Hilary Majewski – Przewodniczący Rady Gminy Kamienica
Józef Bednarczyk – Przewodniczący Rady Gminy Słopnice
podinsp. Tomasz Florek – Komendant Powiatowy Policji w Limanowej
mł. bryg. Wojciech Frączek – Komendant Powiatowy Państwowej Straży Pożarnej w Limanowej
dh Grzegorz Janczy – Prezes Zarządu Oddziału Powiatowego ZOSP RP w Limanowej
Marcin Radzięta – Dyrektor Szpitala Powiatowego w Limanowej

KOMITET ORGANIZACYJNY

Mieczysław Nowicki – Prezes Towarzystwa Olimpijczyków Polskich
Tadeusz Mytnik – Dyrektor Wyścigu
Paweł Romański – Prezes Duo Circuli
Przemysław Kwarta – Dyrektor Techniczny Wyścigu
Kajetan Broniewski – Sekretarz Towarzystwa Olimpijczyków Polskich
Anna Krawczyk – Księgową
Jolanta Szyler – Kierownik Wydziału Promocji, Kultury, Sportu i Turystyki Urzędu Miasta Limanowa
Mateusz Pietrzak – Kierownik Biura Promocji, Kultury i Turystyki Starostwa Powiatowego
w Limanowej
Andrzej Burnagiel – Koordynator Zespołów Ratownictwa Medycznego Szpitala Powiatowego
w Limanowej
kom. Daniel Strug – Naczelnik Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji
w Limanowej
mł. bryg. Krzysztof Hybel – Kierownik Sekcji ds. kontrolno-rozpoznawczych Komendy Powiatowej
Państwowej Straży Pożarnej w Limanowej

KOMITET

dh Kazimierz Czyrnek – Wiceprezes Zarządu Oddziału Powiatowego ZOSP RP w Limanowej
dh Wojciech Gurgul – Prezes OSP Roztoka
dh Zdzisław Hebda – Prezes OSP Młyńczyska
dh Kazimierz Kwit – Prezes OSP Zalesie
dh Daniel Zagrodzki – Prezes OSP Stara Wieś
dh Józef Curzydło – Prezes OSP Słopnice Górne
dh Arkadiusz Szczecina – Prezes OSP Słopnice Dolne
dh Stanisław Strug – Prezes OSP Limanowa
dh Marcin Gołuszka – Prezes OSP Łososina Górna

OBSŁUGA TECHNICZNA

Bogdan Koraszewski – Radio Wyścigu
Piotr Zagrajek – Spiker
Marian Bąk – Spiker trasy
Monika Smolińska – Fotograf
Pilot Wyścigu – Mikołaj Marczyk

KOMISJA SĘDZIOWSKA

Paweł Skorek – Sędzia Główny
Marta Walczewska – Komisarz II
Dominik Dudkiewicz – Komisarz III

SĘDZIOWIE

Anna Twardowska, Katarzyna Lewandowska, Grzegorz Szafrąński,

SĘDZIOWIE MOTO

Jakub Kocobolski, Mariusz Pielka





REGULAMIN

ARTYKUŁ 1. Organizator

22-ty Wyścig kolarski «Memoriał Henryka Łasaka» jest organizowany przez Towarzystwo Olimpijczyków Polskich i Urząd Miasta w Limanowej oraz Starostwo Powiatowe w Limanowej. Wyścig będzie rozegrany według regulaminu PZKol w dniu 8 sierpnia 2020 roku.

Adres organizatora: Towarzystwo Olimpijczyków Polskich, 00-561 Warszawa, ul. Mokotowska 24/ V piętro, tel. 501 595 669, e-mail: przemek-kwarta@o2.pl

i Urząd Miasta; ul. Jana Pawła II 9; 34-600 Limanowa; oraz Starostwo Powiatowe, 34-600 Limanowa, ul. Józefa Marka 9.

Dyrektor Techniczny Wyścigu – Przemysław Kwarta, 501 595 669, przemek-kwarta@o2.pl

ARTYKUŁ 2. Rodzaj imprezy

W wyścigu mogą uczestniczyć zawodnicy elity, orlik mężczyzn. Wyścig umieszczony jest w kalendarzu PZKol i rozgrywany jest zgodnie z przepisami UCI i PZKol. Wyścig rozgrywany będzie na 5 rundach liczących 29,7 km. Łączna dystans wyścigu 149,2 km.

ARTYKUŁ 3. Uczestnictwo

Prawo startu w 22-tym Memoriale Henryka Łasaka mają zawodnicy posiadający licencje zawodników na 2020 r.

ARTYKUŁ 4. Biuro Wyścigu.

Zgłoszenie uczestników do wyścigu można nadsyłać na email przemek-kwarta@o2.pl do dnia 06.08.2020 r.

Odbieranie numerów startowych przez posiadających licencję przedstawicieli ekip będzie miało miejsce 08 sierpnia 2020 roku w godzinach od 08.30 do 10.30, w Limanowej na Rynku w budynku Buzodrom.

Konferencja Techniczna z Dyrektorami Sportowymi, w obecności zespołu sędziowskiego i przedstawicielami miasta, policji i zespołu lekarskiego, odbędzie się 08 sierpnia 2020 o godzinie 11.00 Limanowej na Rynku w budynku Buzodrom.

Podpisywanie listy startowej i prezentacja ekip od godziny 12.00, start zawodników 12.45, przyjazd na linię mety 16.18-16.40

ARTYKUŁ 5. Radio-Wyścigu.

Informacje podczas wyścigu będą podawane przez Radio-Wyścigu na częstotliwości 82,125 MHz. Aparaty radiowe będą przydzielane 08 sierpnia 2020 roku od 8.30 do 11.00, w Limanowej na Rynku.

ARTYKUŁ 6. Pojazdy neutralne.

W wyścigu będą dwa pojazdy neutralne i samochód „koniec wyścigu”.

ARTYKUŁ 7. Podawanie żywności

Podawanie żywności ze stanowisk stacjonarnych będzie dozwolone w punkcie trasy wyścigu od kilometra 61, 1 do kilometra 70,3

ARTYKUŁ 8. Limit czasu

Zawodnicy spóźnieni ponad 5 minut w stosunku do peletonu zasadniczego będą wycofywani z wyścigu podczas przejeżdżania przez linię mety każdego okrążenia.

ARTYKUŁ 9. Klasyfikacje

Prowadzone będą dwie klasyfikacje: klasyfikacja indywidualna wg czasów i klasyfikacja najlepszego młodzieżowca (czyli poniżej 23 lat).

ARTYKUŁ 10. Kontrola antydopingowa

Kontrola antydopingowa przeprowadzona będzie zgodnie z przepisami PZKol i UCI.

ARTYKUŁ 11. Ceremonia dekoracji

5 minut po przyjeździe na metę ostatniego zawodnika winni się zgłosić do dekoracji następujący zawodnicy: trzej pierwsi na mecie wyścigu, zwycięzca klasyfikacji młodzieżowej i zwycięzca lotnych finiszy.

ARTYKUŁ 12. Kary

Kary będą stosowane zgodnie z przepisami PZKol.

ARTYKUŁ 13. Porządek i bezpieczeństwo w wyścigu.

1. Podczas rozgrywania Wyścigu ruch drogowy będzie ograniczony. Oznacza to, iż ruch poprzeczny i z przeciwnego kierunku zamykany będzie na czas przejazdu czołówki i głównego peletonu. Zawodnicy spóźnieni więcej niż 5 minut w odniesieniu do głównego peletonu będą wyłączeni z wyścigu podczas przejeżdżania przez linię mety każdego okrążenia.
2. Zawodnicy i uczestnicy Wyścigu zobowiązani są do przestrzegania zasad i przepisów ruchu drogowego. Zawodnicy i wszyscy inni uczestnicy wyścigu korzystają z prawa do niestosowania się do przepisów ruchu drogowego tylko na skrzyżowaniach dróg nadzorowanych przez funkcjonariuszy Policji korzystających z radiowozu, oraz w przypadkach kiedy bezpośrednio przed nimi lub czołówką wyścigu znajduje się oznakowany pojazd policyjny. We wszystkich innych przypadkach zarówno zawodnicy, jak i innych kierowców pojazdów obowiązują przepisy ruchu drogowego.
3. Kierowcy pojazdów z kolumny Wyścigu zobowiązani są podporządkować się poleceniom funkcjonariuszy policji, komisji sędziowskiej, szefa transportu. Nie wolno pozostawiać pojazdu lub zatrzymywać się bez przyczyny. Pojazd należy parkować w miejscach wskazanych.
4. Pojazdy komisji sędziowskiej i ambulanse mają prawo kontynuować jazdę do linii mety.
5. W przypadku kolizji lub wypadku należy obowiązkowo zatrzymać pojazd, zorganizować ostrzeżenie użytkowników drogi o stojącym pojeździe, udzielić pierwszej pomocy ofiarom wypadku i powiadomić o wypadku policyjną służbę wyścigu.
6. Organizator wyścigu nie ponosi odpowiedzialności za zaistniałe wypadki i straty. Uczestnicy Wyścigu winni posiadać ubezpieczenie OC, NW i kosztów leczenia.

ARTYKUŁ 13. Komisja sędziowska

1. Sędziego Głównego i skład komisji sędziowskiej wyznaczy KS Łódzkiego Związku Kolarskiego w porozumieniu z KS PZKol.

Szpital

Szpital Powiatowy w Limanowej

Imienia Miłosierdzia Bożego

34-600 Limanowa

ul. Józefa Piłsudskiego 61

tel: 18/ 33-01-700



HARMONOGRAM - TRASA

08.08.2020 R.

START		Dystans		Prędkość [km/h]		
		od startu	do mety	42	40	38
	LIMANOWA, Rynek, Dom handlowy, z prawej droga, barierki	0,0	149,0	12:45	12:45	12:45
	← Rynek wysepka, wjazd na drogę nr 28, barierki	0,1	148,9	12:45	12:45	12:45
	→ Rynek wysepka,	0,2	148,8	12:45	12:45	12:45
	↑ ul. J. Marka, ul. Krótka z lewej strony	0,2	148,8	12:45	12:45	12:45
	↑ J. Marka, z lewej strony wjazd z parkingu Starostwa Powiatowego	0,3	148,7	12:45	12:45	12:45
	← J. Marka, wysepka, Rondo ministra Becka, wjazd na okrążenie (5 okrążeń do mety)	0,3	148,7	12:45	12:45	12:45
	KM LIMANOWA, PM STARA WIEŚ	1,7	147,3	12:47	12:47	12:47
	KM STARA WIEŚ, PM ROZTOKA	10,9	138,1	13:00	13:01	13:02
	↑ szczyt podjazdu	11,2	137,8	13:01	13:01	13:02
	KM ROZTOKA, PM ZALESIE	12,0	137,0	13:02	13:03	13:03
	POCZĄTEK GMINY KAMIENICA	12,2	136,8	13:02	13:03	13:04
	→ kierunek Zamieście 12	14,3	134,7	13:05	13:06	13:07
	KM ZALESIE	15,2	133,8	13:06	13:07	13:09
	PM SŁOPNICE	15,3	133,7	13:06	13:07	13:09
	→ z lewej droga kierunek Zamieście 2	24,2	124,8	13:19	13:21	13:23
	← na wysokości białego domu, podjazd	26,2	122,8	13:22	13:24	13:26
	→	26,6	122,4	13:23	13:24	13:27
	←X skrzyżowanie, wlot z drogi podporządkowanej	27,9	121,1	13:24	13:26	13:29
	→ J. Marka, wysepka, Rondo ministra Becka wjazd na okrążenia (4 okrążenia do mety)	30,0	119,0	13:27	13:30	13:32
	KM LIMANOWA, PM STARA WIEŚ	31,4	117,6	13:29	13:32	13:34
	KM STARA WIEŚ, PM ROZTOKA	40,6	108,4	13:43	13:45	13:49
	↑ szczyt podjazdu	40,9	108,1	13:43	13:46	13:49
	KM ROZTOKA, PM ZALESIE	41,7	107,3	13:44	13:47	13:50
	POCZĄTEK GMINY KAMIENICA	41,9	107,1	13:44	13:47	13:51
	→ kierunek Zamieście 12	44,0	105,0	13:47	13:51	13:54
	KM ZALESIE	44,9	104,1	13:49	13:52	13:55
	PM SŁOPNICE	45,0	104,0	13:49	13:52	13:56
	→ z lewej droga kierunek Zamieście 2	53,9	95,1	14:02	14:05	14:10
	← na wysokości białego domu, podjazd	55,9	93,1	14:04	14:08	14:13
	→	56,3	92,7	14:05	14:09	14:13
	←X skrzyżowanie, wlot z drogi podporządkowanej	57,6	91,4	14:07	14:11	14:15
	PM LIPOWE	57,6	91,4	14:07	14:11	14:15
	→ J. Marka, wysepka, Rondo ministra Becka wjazd na okrążenia (3 okrążenia do mety)	59,7	89,3	14:10	14:14	14:19
POCZĄTEK BUFETU	KM LIMANOWA, PM STARA WIEŚ	61,1	87,9	14:12	14:16	14:21
KONIEC BUFETU	KM STARA WIEŚ, PM ROZTOKA	70,3	78,7	14:25	14:30	14:36
	↑ szczyt podjazdu	70,6	78,4	14:25	14:30	14:36
	KM ROZTOKA, PM ZALESIE	71,4	77,6	14:27	14:32	14:37
	POCZĄTEK GMINY KAMIENICA	71,6	77,4	14:27	14:32	14:38
	→ kierunek Zamieście 12	73,7	75,3	14:30	14:35	14:41
	KM ZALESIE	74,6	74,4	14:31	14:36	14:42
	PM SŁOPNICE	74,7	74,3	14:31	14:37	14:42
	→ z lewej droga kierunek Zamieście 2	83,6	65,4	14:44	14:50	14:57
	← na wysokości białego domu, podjazd	85,6	63,4	14:47	14:53	15:00
	→	86,0	63,0	14:47	14:54	15:00
	←X skrzyżowanie, wlot z drogi podporządkowanej	87,3	61,7	14:49	14:55	15:02
	PM LIPOWE	87,3	61,7	14:49	14:55	15:02
	→ J. Marka, wysepka, Rondo ministra Becka wjazd na okrążenia (2 okrążenia do mety)	89,4	59,6	14:52	14:59	15:06
	KM LIMANOWA, PM STARA WIEŚ	90,8	58,2	14:54	15:01	15:08
	KM STARA WIEŚ, PM ROZTOKA	100,0	49,0	15:07	15:15	15:22
	↑ szczyt podjazdu	100,3	48,7	15:08	15:15	15:23
	KM ROZTOKA, PM ZALESIE	101,1	47,9	15:09	15:16	15:24
	POCZĄTEK GMINY KAMIENICA	101,3	47,7	15:09	15:16	15:24
	→ kierunek Zamieście 12	103,4	45,6	15:12	15:20	15:28
	KM ZALESIE	104,3	44,7	15:14	15:21	15:29
	PM SŁOPNICE	104,4	44,6	15:14	15:21	15:29
	→ z lewej droga kierunek Zamieście 2	113,3	35,7	15:26	15:34	15:43
	← na wysokości białego domu, podjazd	115,3	33,7	15:29	15:37	15:47
	→	115,7	33,3	15:30	15:38	15:47
	←X skrzyżowanie, wlot z drogi podporządkowanej	117,0	32,0	15:32	15:40	15:49
	PM LIPOWE	117,0	32,0	15:32	15:40	15:49
	→ J. Marka, wysepka, Rondo ministra Becka wjazd na okrążenia (1 okrążenie do mety)	119,1	29,9	15:35	15:43	15:53
	← J. Marka, wysepka, Rondo ministra Becka koniec okrążeń wjazd na metę, wjazd w ul. Czecha	148,8	0,2	16:17	16:28	16:39
	META, ul. Czecha, barierki prawa i lewa strona.	149,0	0,2	16:17	16:28	16:40

NAGRODY



Dla Najlepszego

Miejsce	Kwota brutto
1.	4 000,00
2.	2 000,00
3.	1 000,00
4.	500,00
5.	400,00
6.	350,00
7.	300,00
8.	250,00
9.	200,00
10.	100,00
11.	75,00
12.	75,00
13.	75,00
14.	50,00
15.	50,00

9 425,00

dla Najlepszego Orlika

Miejsce	Kwota brutto
1.	2 000,00
2.	1 000,00
3.	500,00

3 500,00

Razem **12 925,00**





Miasto Limanowa

Dlaczego warto odwiedzić Limanową?

Bo jest to miasto niezwykle, na zawsze pozostające w pamięci. Położone w małopolskiej urodzajnej kotlinie, wśród wzgórz Beskidu Wyspowego, przyciąga klimatem, gościnnością i pięknym otoczeniem. Jest tu co zwiedzać, jest co podziwiać, jest się czym zachwycać.

Why visit Limanowa? Because it is an amazing and memorable town located in a picturesque valley in the hills of the Island Beskid in Malopolska, which attracts with its atmosphere, hospitality and breath-taking surroundings. There is plenty to explore, admire and appreciate here.



10 powodów, dla których warto odwiedzić Limanową

1. Dobra komunikacja, wygodne drogi prowadzące do Limanowej, dobry dojazd z Limanowej do innych miejsc w Małopolsce.
2. Cisza, spokój bez konieczności rezygnacji z miejskiego komfortu.
3. Góry i wyprawy w góry na wyciągnięcie ręki (stopy).
4. Urodzajne krajobrazy, wspaniałe pejzaże, niepowtarzalne widoki.
5. Aktywny wypoczynek, nieograniczone możliwości uprawiania różnych sportów.
6. Ciekawe imprezy kulturalne, sportowe i rozrywkowe.
7. Interesujące zabytki kultury i historii.
8. Urzekający folklor i bogactwo kulturowe regionu.
9. Miejsca sakralne służące wyciszeniu, kontemplacji i refleksji.
10. Ludzie otwarci, życzliwi i gościnni.

10 reasons, why Limanowa is worth visiting

1. Good access, convenient roads to Limanowa, good access to Limanowa from other places in the Province of Malopolska
2. silence, quietness without a need to give up an urban comfort
3. mountains and hiking opportunities within arm's (foot's) reach
4. picturesque scenery, beautiful landscapes, unique views
5. active leisure, unlimited opportunities to go in for various sports
6. interesting cultural, sports and entertainment events
7. interesting monuments of culture and history
8. enchanting folklore and cultural variety of the Region
9. sacred places where you can calm down, contemplate and reflect
10. people open, friendly and hospitable



Każdy, kto odwiedzi to urodzajne zatopione w naturalnej zieleni Beskidu Wyspowego miejsce, przekona się, że jest to miejscowość o niepowtarzalnej atmosferze. Wyjeżdża się stąd z bagażem miłych wspomnień uwiecznionych w sercu i na fotografiach, po to by...powrócić. Limanową można bowiem poznać w ciągu kilku dni, ale jej czar sprawia, że warto tu wracać co rok.

Everyone who visits this quaint place hidden in the natural greenery of the Beskid Wyspowy Mountains will become convinced of its unique atmosphere. You leave Limanowa with many nice memories immortalized in your heart and on photos only to ... come back here. You can get to know Limanowa during a few days but its charm makes you come back here year after year all your life.



miasto działania i rozwoju

the city of action and development



Limanowa SLOW CITY - to cel do którego dążymy, poprzez rozwój, rozbudowę infrastruktury, likwidację barier architektonicznych, rozbudowę obiektów sportowych, tworzenie miejsc rekreacyjnych, placów zabaw, czy odnawianie obiektów użyteczności publicznej. Nowe nawierzchnie dróg, chodniki, inwestycje ekologiczne podnoszą standard życia i sprawiają, że żyje się zdrowo i bezpiecznie.

Limanowa SLOW CITY – it's a goal which we are heading through development, infrastructure extension, dismantling of architectural barriers, extension of sport buildings, creating recreational areas and playgrounds, renewing public buildings. New roads, pavements, ecological investments improve standards of life and make it health and safe.

Priorytetowe inwestycje:

Priority investments:



Rewitalizacja rynku



Przebudowa Limanowskiego Domu Kultury



Budowa Zintegrowanego Węzła Przesiadkowego



Rewitalizacja parku



Budowa tras rowerowych



Przebudowa parkingu

34-600 Limanowa, ul. Jana Pawła II 9

facebook /MiastoLimanowa

filmy.miasto.limanowa.pl

22 MIĘDZYNARODOWY WYŚCIG KOLARSKI „MEMORIAŁ HENRYKA ŁASAKA



POWIAT LIMANOWSKI

www.powiat.limanowski.pl

Rejon Powiatu Limanowskiego to jedno z najpopularniejszych miejsc turystycznych Małopolski, gdzie turyści znajdują bogactwo krajobrazu Gorczańskiego Parku Narodowego oraz źródła wód mineralnych i geotermalnych. Wyjątkowe nagromadzenie chronionych terenów leśnych, zdrowe, ekologiczne sady obfitujące w świeże, soczyste owoce i brak zanieczyszczeń przemysłowych to szczególne walory Powiatu Limanowskiego.

Dzięki urokliwemu krajobrazowi Powiat Limanowski to także atrakcyjne miejsce wypoczynku na każdą porę roku. Amatorzy wędrówek mają do dyspozycji rozbudowany system szlaków turystycznych. Panują tu wyśmienite warunki do uprawiania lotniarstwa oraz turystyki konnej. Powiat limanowski to także idealne miejsce do zimowego wypoczynku. Pięć prężnie funkcjonujących w regionie wyciągów narciarskich oraz liczne trasy, z których większość wiedzie malowniczymi dolinami przyciągają zimą miłośników narciarstwa biegowego i dają wiele możliwości ciekawego spędzenia wolnego czasu również zimą.

Znakomitą wizytówką limanowszczyzny są liczne imprezy folklorystyczne, podczas których turyści mają możliwość zapoznania się z dziedzictwem bogatej kultury regionu: obrzędami, zwyczajami ludowymi, strojami oraz poznać tajemnice kuchni regionalnej, a także obejrzeć występy licznych lokalnych zespołów. Ponadto władze gmin i powiatu organizują w ciągu roku wiele imprez turystyczno-krajoznawczych.

Witaj w Powiecie Limanowskim! Welcome to Limanowa Poviats!



foto: Patrycja Nieznańska



foto: Łukasz Wojtas



foto: Janusz Wańczyk

CAŁOROCZNE TRASY REKREACYJNO-SPORTOWE W REJONIE GÓRY MOGIELICA / All-Year Recreational Sport Routes in the Mogielica Mountain Area



Wypożyczalnia sprzętu/equipment rental:

Centrum Obsługi Ruchu Turystycznego przy LKS „Zalesianka”
34-608 Zalesie 290, w Gminie Kamienica
tel. 600 070 948, 18 33 75 800

W ofercie ratrakowane trasy/
The offer includes groomed routes

- Trasa Mogielica/Mogielica Route - 21 km
- Trasa Rodzinna/Family Route - 6 km
- Trasa na Polanie Stumorgowej/The route on the Stumorgowa Clearing - 2 km
- Szlak na Szczyt Mogielicy/Trail to the Mogielica Peak - 3 km

Do wypożyczenia również sprzęt dla osób niepełnosprawnych/
Equipment for the disabled people is also available for rent



foto: Kuba Toporiewicz

Godziny otwarcia/opening hours:

Wypożyczalnia czynna 7 dni w tygodniu
The rental is open 7 days a week

GPS: 49.632293, 20.339558

email: trasy.mogielica@onet.pl

www.trasymogielica.pl

LIMANOWA POWIAT

www.powiat.limanowski.pl



The region of Limanowa Poviát is one of the most well known tourist destinations within Lesser Poland Voivodeship, where tourists can encounter the abundance of landscapes around the Gorce National Park, the therapeutic properties of the mineral and thermal springs. The unique accumulation of protected forest areas, healthy, ecological orchards rich in fresh, juicy fruit and the lack of industrial pollution are the special advantages of the Limanowa Poviát.

Thanks to the unique and enchanting landscape the region is also an attractive place for any kind of leisure during all seasons of the year. Hikers can take advantage of a diverse net of tourist routes. One can find here a perfect conditions for aviation and horse riding. During winter Limanowa Poviát attracts with the diversity of winter activities. Five ski lifts operating dynamically in the region and numerous routes, most of which lead through picturesque valleys, attract cross-country skiing enthusiasts and offer many opportunities for spending free time in winter.

A great showcase of the Limanowa region are numerous folklore events, during which tourists have the opportunity to learn about the heritage of the rich culture of the region: rituals, folk customs, costumes and learn the secrets of regional cuisine, as well as watch performances of numerous local bands. Moreover, the authorities of Communes and Poviát organize many tourist and sightseeing events during the year.



Powiatowe Centrum Informacji Turystycznej w Limanowej Tourist Information Centre

ul. Rynek 25, 34-600 Limanowa
pcit@powiat.limanowski.pl
tel. +48 18 33 75 800

fol. Paweł Trystuła



PŁYWALNIA LIMANOWSKA Limanowa Swimming Pool

Oferta pływalni:/swimming pool offer:

- basen pływacki/swimming pool
- basen szkoleniowo/training pool
- rekreacyjny basen-brodzik/
recreation paddling-pool
- basen SPA (JACUZZI)/
SPA swimming pool (JACUZZI)
- zjeżdżalnia wodna/a waterslide
- grota solna/salt Cave
- kręgielnia 2 torowa/2 lane bowling alley
- sala squash/squash room
- łaźnia parowa/steam room
- sauna fińska/Finnish sauna
- sala bilardowa/billiard room
- kawiarnia/café
- sklepik sportowy/sports shop

Limanowa, ul. Z. Augusta 37
tel. 18 33 70 118 wew. 23
www.plywalnia.limanowska.pl

Godziny otwarcia/opening hours:
7 dni w tygodniu/7 days a week
6:00 - 22:00





GMINA LIMANOWA

Gmina Limanowa położona jest w paśmie Beskidu Wyspowego i zajmuje obszar 152 km², rozciągając się na przestrzeni aż 40 km. Gminę tworzą 23 miejscowości, które zamieszkuje ponad 25 tys. mieszkańców. Jest to atrakcyjny turystycznie region, posiadający urozmaiconą rzeźbę terenu, doskonałe warunki klimatyczne oraz bogactwo fauny i flory. Piękne krajobrazy, rozległe lasy, rzeki i potoki o dużej czystości – wszystko to w naturalny sposób czyni z naszej gminy teren znakomicie nadający się do wypoczynku i turystyki.

Atrakcje dla turystów to m.in. góra Paproć (645 m n.p.m.), oraz góra Jaworz (921 m n.p.m.), na której znajduje się wieża widokowa, skąd roztacza się widok na Beskid Wyspowy i Tatry. Latem można przemierzać liczne szlaki turystyczne, zaś zimą panują tu doskonałe warunki do uprawiania narciarstwa. Dzięki walorom turystycznym – krajoznawczym gmina Limanowa posiada dobre warunki do rozwoju agroturystyki, a obecnie na terenie gminy działa 10 gospodarstw agroturystycznych.

Przez teren gminy przebiega również Szlak Architektury Drewnianej, który wyznaczają zabytkowe kościoły i kaplice posiadające wielowiekową historię. Zabytki cieszą się sporym zainteresowaniem turystów, a szczególnym miejscem licznych odwiedzin pielgrzymów jest Droga Krzyżowa i Sanktuarium Matki Bożej Pocieszenia znajdujące się w Pasierbcu.

Prawdziwym bogactwem jest zachowana tradycyjna kultura Lachów Limanowskich. W gminie działa 5 zespołów regionalnych, 18 Kół Gospodyń Wiejskich, liczne zespoły młodzieżowe oraz indywidualni artyści i twórcy ludowi. W ciągu roku organizowanych jest wiele imprez kulturalnych, sportowych i turystycznych.

Zachęcam do odwiedzania gminy Limanowa wszystkich, którzy szukają miejsca na odpoczynek z dala od codziennego zgiełku, gdzie można poznać wielu ciekawych ludzi, ich obyczaje, tradycje, a malownicze zakątki pozwolą побыć sam na sam z naturą, odrywając się od codziennych spraw i obowiązków.

Jan Skrzekut Wójt Gminy Limanowa



Limanowa Commune is located in Beskid Wyspowy and it takes an area of 152 km², stretching out in space of 40 km. The commune consists of 23 localities inhabited by over 25 000 residents. This region is touristically attractive. It is distinguished by diversified terrain shape, perfect climatic conditions and rich wildlife. There are beautiful landscapes, widespread forests, clean rivers and streams. These things make our commune naturally perfect for rest and tourism.

One of attractions is Paproć mountain (645 above sea level) and Jaworz mountain (921 m above sea level), on which there is a viewing tower that lets to see a gorgeous panorama of Beskid Wyspowy and Tatry. On summer, you can walk on hiking trails. On winter, you can ski because there are ideal conditions for skiing here. Thanks to touring values, Limanowa Commune has good conditions for agrotourism. There are currently 10 agrotourism farms in our commune.

The commune terrain is crossed by Trail of Wooden Architecture which is marked by historic churches and chapels having centuries-old history. These monuments are very popular among tourists. A special place for numerous visits of pilgrims is the Way of the Cross and the Shrine of Our Lady of Consolation in Pasierbiec.

The real richness is preserved traditional culture of Poles from Limanowa who are called 'Lachy'. In the commune, there are 5 active regional music teams, 18 Clubs of Rural Housewives, many teenage bands and individual and folk artists. During a year, many cultural, sports and touristic events are organized.

I recommend visiting Limanowa Commune to all people who want to rest from everyday noise. Here, you can acquaint many interesting people, their customs and traditions. Picturesque landscapes let you to stay alone with nature and to break away from everyday matters and duties.

Jan Skrzekut The Vogt of Commune of Limanowa



Gmina Kamienica, którą tworzą miejscowości: Kamienica, Szczawa, Zalesie, Zasadne, Zbludza, leży w południowej części województwa małopolskiego, w powiecie limanowskim, pomiędzy pasmem Gorców i Beskidu Wyspowego. Gorczańska gmina, położona w dolinie rzeki Kamienica, mającej swoje źródła na zboczach Turbacza, to miejsce o wielu walorach turystyczno-krajobrazowych. Ponad 60% jej powierzchni zajmują kompleksy leśne, w tym tereny należące do Gorczańskiego Parku Narodowego. Bogata historia, rozwinięty folklor i kultura to jedne z głównych walorów gminy. Każdy zainteresowany znajdzie tutaj coś dla siebie - amatorzy górskich wędrówek, miłośnicy sportów zimowych, korzystający ze źródeł wód mineralnych czy fascynaci historii.



Aktywne spędzanie wolnego czasu

- trasy narciarstwa biegowego w rejonie Mogielicy, w sezonie letnim trekking i rowery
- boisko piłkarskie LKS „Zalesianka”



Piesze wędrówki

- doskonała baza wypadowa na górskie wędrówki
- deptak na os. Uszczki w Szczawie

Architektura

- stary dwór z początku XIX wieku z gankiem i wysokim dachem czterospadowym
- Kościół Najświętszego Serca Pana Jezusa w Szczawie – „kościółek partyzancki”





GMINA ŁUKOWICA

Gmina Łukowica – na styku powiatów, pasm górskich i tradycji kulturowych.



Gmina Łukowica to kraina wciąż nieodkryta przez masowego turystę, mimo że przez jej teren przebiega główny – zielony – szlak beskidzki, również szlak papieski i szlak architektury drewnianej. Sytuacja zmieni się zapewne, kiedy na górze Modyni stanie zaplanowana już wieża widokowa. Póki co, powinni do nas zajrzeć miłośnicy ciszy i świeżego powietrza. Znajdą tutaj coś dla siebie również ci, co lubią podziwiać górskie panoramy, jak również miłośnicy historii i etnografii. Warto zwrócić uwagę na pewną lokalną specyfikę, która wynika z faktu położenia gminy w miejscu, w którym przenikają się wpływy lachowskie i góralskie, a Ziemia Limanowska styka się z Sądecczyzną. Nasz wielki atut to różnorodność, moc kontrastów i bogata tradycja. Są tutaj także unikatki w skali krajowej, jak choćby rosnąca na Skiełku endemiczna brzoza ojcowska.

Gmina Łukowica obecnie znajduje się w granicach powiatu limanowskiego, ale historyczne rzecz biorąc należy do Sądecczyzny. Położona jest na wschodnich krańcach Beskidu Wyspowego, gdzie dominują już wzniesienia Beskidu Sądeckiego z pasmem Radziejowej na czele. Blisko stąd w Gorce i Pieniny. Z wielu wzniesień widać panoramę Tatr jak na dłoni. Mieszkańcy Łukowicy, Przyszowej, Świdnika, Roztoki, Owieczki, Jadamwoli i Stronia należą do najstarszej na Sądecczyźnie grupy etnograficznej – Lachów Podegrodzkich, zaś mieszkańcy części Jastrzębia wsi Młyńczyska reprezentują Górali Białych. Na zachodnich krańcach naszej gminy mamy krajobraz typowo górski z dominantami dwóch szczytów: Ostrej (928 m) i Modyni (1028 m). Właśnie na grzbiecie Modyni znajduje się szczególnie malownicze miejsce: Cisowy Dział pomiędzy Młyńczyskami i Kiczną, skąd roztaczają się jedne z najpiękniejszych widoków w całych polskich górach. Stoi tu krzyż milenijny w otoczeniu stacji Drogi Krzyżowej i ołtarza polowego, służącego do odprawiania słynnych w całej okolicy „góralskich” mszy świętych. Można tu dojechać drogą asfaltową z Młyńczysk. Natomiast inny jest krajobraz po wschodniej stronie gminy, gdzie wzniesienia Skiełku (749 m), Pępówki (777 m) i Łyzki (807 m) łagodnie obniżają się w kierunku Kotliny Sądeckiej. Klimat jest tu cieplejszy i korzystny dla wielu upraw, zwłaszcza dla sadów owocowych, podobnie jak w sąsiedniej gminie Łącko. Naszym produktem regionalnym są suszone śliwki, a obok wielu domów stoją, czasem nawet przeszło stoletnie kamienno-drewniane „suśnie”, czyli suszarnie śliwek. Co roku właśnie w gminie Łukowica odbywa się powiatowe święto, tzw. Owocobranie.

Można powiedzieć, że atrakcyjność tej okolicy znana była ludziom już kilka tysięcy lat przed Chrystusem, bo to właśnie na terenie gminy Łukowica – w Przyszowej i Świdniku, odkryto najstarsze ślady stałego pobytu człowieka na terenie całego powiatu limanowskiego!

Naturalnym bogactwem tej krainy była niegdyś sól, czyli słone źródła, które występowały wzdłuż lewego dopływu Dunajca rzeki Słomki, która w dokumentach średniowiecznych widniała jako „Słona”.

www.lukowica.pl

gmina@lukowica.pl



Prehistoryczna ceramika znaleziona niedawno w Przyszowej na górze Łyżka, potwierdziła również miejscowe legendy o pradawnym szlaku handlowym idącym tędy z południa przez Stronie na Kraków. Nie dziwi więc, że większość miejscowości w tej okolicy należy do najstarszych na całej Sądecczyźnie. Parafie w Łukowicy i Przyszowej istniały już na przełomie XIII i XIV wieku. Warto wspomnieć, że pierwszymi właścicielami tych wsi (jak również Jadamwoli) byli komesowie na dworze św. Kingi, rycerze pieczętujący się herbami Jastrzębiec i Janina.

Prawdziwą perełką naszej gminy jest drewniany kościół św. Andrzeja w Łukowicy pochodzący z przełomu XVII/XVIII wieku, ale z zachowanymi elementami (portale) poprzedniej, gotyckiej budowli. Fundowała go rodzina Sędzimirów, ówczesnych właścicieli wsi, z której wywodził się słynny w Europie alchemik Michał Sędzimir vel Sędziwój. Niedawna gruntowna renowacja odkryła w świątyni wspaniałe i unikatowe, figuralne polichromie z początku XVIII stulecia. W 2009 roku telewizja Discovery nakręciła w tym kościele krótki film, który reklamował cały Szlak Architektury Drewnianej. W położonym kilka kilometrów od Łukowicy Świdniku zobaczyć można następną perełkę - alkierzowy dwór modrzewiowy z połowy XVIII wieku w otoczeniu wspaniałego parku, jakby wprost wyjęty z kart „Pana Tadeusza”. Obecni właściciele pp. Twardowscy chętnie udostępniają go do zwiedzania. Nieopodal dworu widnieją ślady po fundamentach zboru ariańskiego, bowiem ta okolica należała niegdyś do ostatnich na Sądecczyźnie dysydentów protestanckich. W położonej w dolinie Słomki Przyszowej podziwiać można wspaniałą neogotycki kościół parafialny z początku XX w. zaprojektowany przez Teodora Talowskiego – jednego z najwybitniejszych architektów polskich. Powstał on z inicjatywy miejscowych dziedziców, rodziny Żuk-Skarszewskich, których murowany dwór z wyeksponowanym na fasadzie herbem „Nałęcz”, przebudowany w XIX w., ale posadowiony na fundamentach obronnego dworzyszczka z późnego średniowiecza, stoi do dzisiaj. Niedawno odnowiony, przypomina swym wyglądem pałacyk lub zameczek. Na cmentarzu parafialnym w Przyszowej, obok rodzinnego grobowca Żuk-Skarszewskich zaprojektowanego także przez Talowskiego, zobaczyć można zniszczone niestety nagrobki z XIX w. pochodzących ze Stronia Marszałkowiczów.

W Łukowicy istniały niegdyś dwa dwory, jeden na tzw. Łapczańskim – należący niegdyś do znanego historyka Ludwika Kubali (to na jego „Szkicach historycznych” oparł swą Trylogię H. Sienkiewicz) jest już tylko ruiną, a dwór Rostworowskich został spalony w 1945 roku. Jednak zachował się zabytkowy park w stylu angielskim z małym stawem i wysepką. Obecnie, służy mieszkańcom jako świetne miejsce do rekreacji, a niedawno zbudowano w nim tężnię solankową.

Jarosław Czaja



ZAPRASZAMY DO ŁUKOWIC

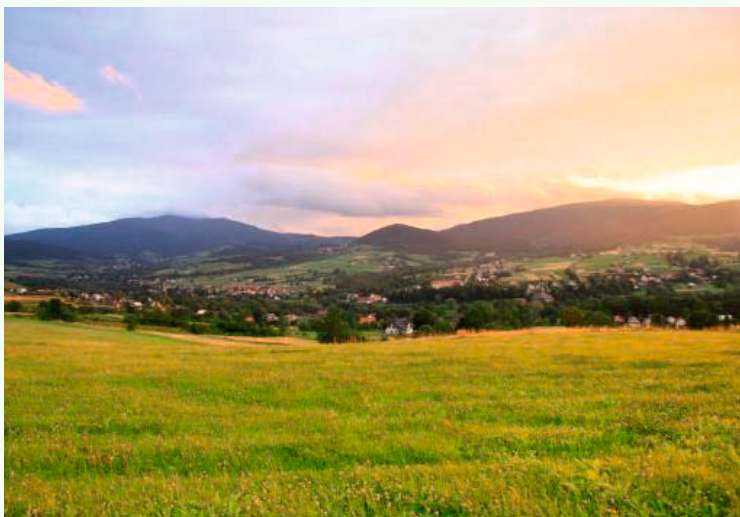


GMINA SŁOPNICE

Miejscowość i gmina położona w sercu Beskidu Wyspowego ma do zaoferowania wiele ciekawych atrakcji, a wśród nich najbardziej ulubione przez gości i turystów:

Mogielica (1 171 m n.p.m.) – Królowa Beskidu Wyspowego – z jej szczytu i znajdującej się tam wieży widokowej można podziwiać piękną panoramę Tatr, Gorców, Pienin i całego Beskidu Wyspowego. Corocznie w ostatnią niedzielę sierpnia na jej szczycie odbywa się Złaz Turystyczny „Mogielica”, który gromadzi rekordową ilość turystów.

Górskie szlaki turystyczne – piesze, rowerowe i konne, atrakcyjne zarówno dla wytrawnego turysty jak i dla początkującego piechura. Przebiegają one przez najpiękniejsze zakątki Beskidu Wyspowego Szczawę, Cichoń, Przełęcz Słopnicką, Chyszówki, Łopień, Mogielicę. Nie brakuje na nich miejsc widokowych z panoramą nie tylko na Beskid Wyspowy, ale również Tatr, Gorce i Pieniny.



Trasy rowerowe oraz narciarstwa biegowego „Mogielica” – trasy przeznaczone są zarówno dla zaawansowanych, jak i nieco mniej zaawansowanych koneserów wrażeń sportowych. Prowadzą drogą stokową wokół masywu Mogielicy. Rozpiętość wysokości trasy sięga od 750 do 900 m n. p. m, a jej całkowita długość to ok. 23 km. Trasa jest oznakowana, posiada kilka alternatywnych zjazdów i parkingi samochodowe. Istnieje również możliwość wypożyczenia sprzętu. Warto również wspomnieć, że niedługo, na rowerowej mapie Polski, ważnym miejscem będzie Gmina Słopnice, która wraz z innymi samorządami z powiatu limanowskiego, przystąpiła do projektu, polegającym na rozbudowie

szlaków wielofunkcyjnych wokół góry Mogielica i szlaków łącznikowych wraz z ich połączeniem z trasą Velo-Dunajec, prowadzącą po najbardziej malowniczych miejscach Małopolski.

Szlak Historyczny 1 Pułku Strzelców Podhalańskich AK im kpt. Juliana Krzewickiego – to najnowsza propozycja skierowana do turystów i sympatyków historii okresu wojennego. Szlak prowadzi między masywami Cichonia (929 m n.p.m.), Dzielca (753 m n.p.m.) oraz Mogielicy (1171 m n.p.m.). Na trasie znajduje się 12 punktów - miejsc pamięci, leśniczówek, gajówek, miejsc zrzutów, obrazujących działalność konspiracyjną oddziałów AK w okresie II wojny światowej. Trasę można pokonać pieszo oraz na rowerze.



ZAPRASZAMY DO SŁOPNIC

www.slopnice.pl



Gmina
Słopnice



49°41'47"
20°20'08"

gmina@slopnice.pl



Małopolska — dobry kierunek

*Idź i zwiedzaj bezpiecznie, bo
Dobro jest w Małopolsce.*

 MAŁOPOLSKA stop!
koronawirusowi!




Małopolska Tarcza Antykryzysowa - 1 mld zł wsparcia

Gramy dla sportu



Każda złotówka, którą przeznaczasz
na gry liczbowe LOTTO, to 19 groszy
dla sportu i kultury.





Gramy dla sportu

Każda złotówka, którą przeznaczasz
na gry liczbowe LOTTO, to 19 groszy
dla sportu i kultury.



ORGANIZATOR:



PATRON MEDIALNY:



KRAKÓW

PARTNER GŁÓWNY:



MAŁOPOLSKA

WSPÓŁORGANIZATORZY:



Ministerstwo
Sportu



POWIAT
LIMANOWSKI



MIASTO
LIMANOWA



GMINA
LIMANOWA



GMINA
KAMIENICA



GMINA
SŁOPNICE



GMINA
ŁUKOWICA