KRAKÓW 2021

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY • ISSN: 1732-4483

Informator

na sezon 2021/2022

Stowarzyszenie
Instruktorów i Trenerów
Narciarstwa PZN

Stowarzyszenie
Instruktorów i Trenerów
Snowboardu

Wydawca:
Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN

Redaktor naczelny:
Jacek Żaba

Skład i druk:
Wydawnictwo „Dla szkoły", www.dlaszkoly.pl

Autorzy zdjęć wykorzystanych w Informatorze Przedsezonowym 2021/2022:
FreerideSport fot. BITE OF ME, FreerideSport fot. KIN MARCIN, Karolina Adamska, Marcin Grzyb, Karolina Krawczyk, Janusz Mazurkiewicz, Marcin Oliva Soto, Jacek Żaba
oraz uczestnicy wydarzeń prezentowanych w bieżącym wydaniu Informatora.

© Copyright by Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN

Kraków 2021

Nakład: 10 000 egz.

SITN PZN nie bierze odpowiedzialności za treść zamieszczonych reklam

ISSN: 1732-4483

Spis treści

Dane adresowe, kalendarz imprez, władze SITN 4
Słowo wstępne Prezesów SITN, SITS, PZN, IVSI 12
Walne Zebrania Członków SITN PZN 24
Współpraca z Policją 28
SITN jako egzaminator państwowy 32
Podsumowanie ubiegłego sezonu SITN PZN 40
System szkolenia Instruktorów PZN 54
Komisja Egzaminacyjna, terminy ZR i ER 62
Działalność komisji tematycznych 66
Artykuły 74
Narciarstwo biegowe 101
Telemark 110
Prosto ze stoku 112
Klub Instruktorów Seniorów 124
Wspomnienia 131
Informator SITS 158
Dane adresowe, kalendarz imprez, władze SITS 159
Cennik SITS 2019/2020 166
Podsumowanie ubiegłego sezonu SITS 168
System szkolenia SITS 184
Katalog szkół snowboardowych 195
Informator SITN – część II 208
Katalog szkół narciarskich 219
Oferta szkół narciarskich 241
Cennik SITN 2019/2020 255

Adresy i telefony stowarzyszenia

STOWARZYSZENIE INSTRUKTORÓW I TRENERÓW NARCIARSTWA PZN

Ul. Dębowa 6/1, 30-308 Kraków
Tel. 12 636 17 75, 12 636 29 30

ADRESY POCZTY ELEKTRONICZNEJ

Biuro: biuro@sitn.pl
Komisja Licencjonowanych Szkół Narciarskich: szkoly@sitn.pl
Promocja i Marketing: marketing@sitn.pl

GODZINY PRACY BIURA SITN W KRAKOWIE:

Poniedziałek: 13.00 do 17.00
Wtorek: 10.00 do 14.00
Środa: nieczynne
Czwartek: 13.00 do 17.00
Piątek: 10.00 do 14.00

PRACOWNICY BIURA:

Ewa Mierzwa – dyrektor Biura SITN
Elżbieta Nowaczyńska
Elżbieta Owsińska – gł. księgowa
Kinga Wilk – księgowa

KONTO BANKOWE

Bank Pekao S.A. Oddział w Krakowie
Rynek Główny 47
58 1240 4650 1111 0000 5152 2902

BEZPIECZNIE NA NARTY Z INSTRUKTOREM PZN

Kalendarz imprez SITN PZN

Rodzaj kursu	Rozpoczęcie	Zakończenie	Miejsce
2021			
Konferencja jesienna	16.10.2021	16.10.2021	Kraków
Nadzwyczajne Walne Zebranie	27.10.2021	27.10.2021	online
Kurs teoretyczny	19-21.11.2021 oraz 26-28.11.2021		online
Kurs lawinowy	27.11.2021	29.11.2021	miejsce: www.sitn.pl
Kurs ski-tourowy	30.11.2021	4.12.2021	miejsce: www.sitn.pl
Unifikacja IZ	3.12.2021	5.12.2021	Stubai
Szkolenie sitnusiowe	9.12.2021	10.12.2021	Kluszkowce/Litwinka
Unifikacja	11.12.2021	12.12.2021	Białka Tatrzańska
Kurs Instruktora SITN	12.12.2021	19.12.2021	Kluszkowce/Białka/ Litwinka
Egzamin Kwalifikacyjny przed Kursem Biegowym	12.12.2021	12.12.2021	Ptaszkowa
Kurs na stopień Instruktora Biegów PZN	12.12.2021	19.12.2021	Ptaszkowa
Unifikacja Instruktorów Biegów PZN	16.12.2021	19.12.2021	Ptaszkowa
Unifikacja	18.12.2021	19.12.2021	Karkonosze
Unifikacja	18.12.2021	19.12.2021	Kluszkowce
Unifikacja	18.12.2021	19.12.2021	Szczyrk
Unifikacja IZ	18.12.2021	19.12.2021	Kluszkowce
Szkolenie sitnusiowe	20.12.2021	21.12.2021	Kluszkowce/Litwinka
Zebranie Komisji Egzaminacyjnej	20.12.2021	21.12.2021	Litwinka
Egzamin Kwalifikacyjny do Centralnego Kursu Pomocnika Instruktora PZN Telemarku	27.12.2021	27.12.2021	Jaworzyna Krynicka
2022			
Kurs Instruktora SITN	2.01.2022	9.01.2022	Kluszkowce/ Litwinka
Unifikacja	3.01.2022	4.01.2022	Czarna Góra
Unifikacja + MEN	5.01.2022	6.01.2022	Kluszkowce
Egzamin Kwalifikacyjny przed Kursem Biegowym	7.01.2022	7.01.2022	Klikuszowa
Kurs na stopień Instruktora Biegów PZN	7.01.2022	14.01.2022	Klikuszowa
Unifikacja	8.01.2022	9.01.2022	Zieleniec
Unifikacja Instruktorów Biegów PZN	11.01.2022	14.01.2022	Klikuszowa
Egzamin Kwalifikacyjny do Centralnego Kursu Pomocnika Instruktora PZN Telemarku	8.01.2022	8.01.2022	Jaworzyna Krynicka
CKI część techniczno-sportowa (kurs1)	9.01.2022	16.01.2022	Kluszkowce/ Litwinka
Unifikacja Instruktorów Seniorów	13.01.2022	15.01.2022	Białka Tatrzańska
Egzamin Kwalifikacyjny do Centralnego Kursu Pomocnika Instruktora PZN Telemarku	29.01.2022	29.01.2022	Jaworzyna Krynicka
Międzynarodowy Dzień Śniegu FIS/ Zimowy dzień dziecka/ Dzień otwarty Szkół Narciarskich „Bezpiecznie na narty z Instruktorem PZN”	16.01.2022	16.01.2022	
Ferie: kujawsko-pomorskie, lubuskie, małopolskie, świętokrzyskie, wielkopolskie	17.01.2022	30.01.2022	
Ferie: lubelskie, łódzkie, podkarpackie, pomorskie, śląskie	24.01.2022	6.02.2022	
Ferie: podlaskie, warmińsko-mazurskie	31.01.2022	13.02.2022	

Terminy i miejsca kursów oraz zawodów mogą ulec zmianie. Kursy i zawody mogą być odwołane. Przy dużym zainteresowaniu kursami mogą zostać przeprowadzone dodatkowe kursy. Aktualne informacje tylko na stronie **www.sitn.pl** lub w biurze Stowarzyszenia.

Rodzaj kursu	Rozpoczęcie	Zakończenie	Miejsce
Ferie: dolnośląskie, mazowieckie, opolskie, zachodniopomorskie	14.02.2022	27.02.2022	
Egzamin Kwalifikacyjny do Centralnego Kursu Pomocnika Instruktora PZN Telemarku	19.02.2022	19.02.2022	Jaworzyna Krynicka
Kurs Instruktora SITN	6.02.2022	13.02.2022	Kluszkowce/Białka/ Litwinka
CKI – część techniczno-sportowa (kurs 2)	27.02.2022	6.03.2022	Kluszkowce/Białka/ Litwinka
Egzamin Kwalifikacyjny do Centralnego Kursu Pomocnika Instruktora PZN Telemarku	27.02.2022	27.02.2022	Jaworzyna Krynicka
Centralny Kurs Pomocnika Instruktora PZN Telemarku – techniczno-metodyczny	28.02.2022	6.03.2022	Jaworzyna Krynicka
Egzamin Kwalifikacyjny przed Kursem Biegowym	6.03.2022	6.03.2022	Zakopane
Kurs na stopień Instruktora Biegów PZN	6.03.2022	13.03.2022	Zakopane
Unifikacja Instruktorów Biegów PZN	10.03.2022	13.03.2022	Zakopane
Kongres IVSI Soczi	12.03.2022	19.03.2022	Soczi
Centralny Kurs Instruktora PZN Telemarku – metodyczno-sportowy	14.03.2022	20.03.2022	Beskid Sądecki/ Podhale
Kursokonferencja IWiA	16.03.2022	18.03.2022	PKL Palenica Szczawnica
Współczynniki, Puchar Prezesa im. Zbyszka Kuci	18.03.2022	18.03.2022	PKL Palenica Szczawnica
60 Mistrzostwa Polski Instruktorów (Jazda Techniczna + GS), Mistrzostwa Szkół Narciarskich	19.03.2022	20.03.2022	PKL Palenica Szczawnica
Zawody Demonstratorów Szkolnych, zakończenie MPI	19.03.2022	20.03.2022	PKL Palenica Szczawnica
Egzamin Kwalifikacyjny przed Kursem Biegowym	20.03.2022	20.03.2022	Jakuszyce
Kurs na stopień Instruktora Biegów PZN	20.03.2022	27.03.2022	Jakuszyce
CKI – część metodyczna	20.03.2022	27.03.2022	Zakopane
Unifikacja Instruktorów Biegów PZN	24.03.2022	27.03.2022	Jakuszyce
Unifikacja IZ	25.03.2022	27.03.2022	Hala Miziowa/Pilsko
Kurs lawinowy	26.03.2022	28.03.2022	Hala Miziowa/Pilsko
Unifikacja	26.03.2022	27.03.2022	Białka Tatrzańska
Kurs ski-tourowy	29.03.2022	2.04.2022	Hala Miziowa/Pilsko
Kurs lawinowy	8.04.2022	10.04.2022	Zakopane/Kasprowy Wierch
Szkolenie sitnusiowe	9.04.2022	10.04.2022	Zakopane/ Kluszkowce/Białka
Kurs ski-tourowy	11.04.2022	15.04.2022	Zakopane/ Kasprowy Wierch
Unifikacja IZ	22.04.2022	24.04.2022	Zakopane/ Kasprowy Wierch

Władze Stowarzyszenia

Zarząd
Prezes: Jacek Żaba
Wiceprezes ds. szkolenia: Piotr Stawarz
Wiceprezes ds. rozwoju: Wojciech Woźnica
Sekretarz: Konrad Wełpa
Członkowie: Anna Buczek, Katarzyna Górska, Maciej Kwiatkowski, Andrzej Milewski, Artur Wysocki

Komisja Rewizyjna
Przewodniczący: Andrzej Wygoda
Zastępca przewodniczącego: Łukasz Szumski
Sekretarz: Michał Rebajn

Komisja Narciarstwa Zjazdowego
Przewodniczący: Piotr Stawarz
Członkowie: Anna Buczek, Bartłomiej Gąsienica-Józkowy, Katarzyna Górska, Przemysław Klimczak, Adam Markiel, Wojciech Podgórny, Zbigniew Sokalski

Komisja Szkolenia Dzieci
Przewodnicząca: Anna Buczek
Członkowie: Katarzyna Górska, Katarzyna Małysa-Sonik, Marek Palik, Florian Parnicki, Izabela Wysocka

Komisja ds. Asystentów
Przewodniczący: Katarzyna Górska
Członkowie: Anna Buczek, Tomasz Stelmach
Konsultanci: Maria Nędza (biegi), Piotr Kapustianyk (telemark)

Komisja Narciarstwa Biegowego
Przewodnicząca: Anna Guzik
Zastępca przewodniczącego: Maria Nędza
Członkowie: Katarzyna Maciążek, Paweł Rzeszut

Komisja Telemarku
Przewodniczący: Piotr Kapustianyk
Członkowie: Sławomir Lassak, Józef Szot, Piotr Tekiel

Pełnomocnik Zarządu ds. relacji z partnerami biznesowymi
Maciej Kwiatkowski

Komisja Egzaminacyjna
Przewodniczący: Krzysztof Horecki
Zastępcy przewodniczącego regionalni: Piotr Górnicki (Sudety), Aleksander Karolus (Śląsk, Beskidy)

Komisja Licencjonowanych Szkół Narciarskich
Przewodniczący: Andrzej Milewski
Zastępca przewodniczącego: Anna Klepacka
Członkowie: Piotr Bogusz, Tomasz Cichy, Jakub Kowalski

Komisja Instruktorów Zawodowych
Przewodniczący: Grzegorz Dendys
Członkowie: Arkadiusz Heller, Marek Palik, Maciej Sawicki

Przewodniczącemu podlegają 3 podkomisje:
Podkomisja Lawinowa
Przewodniczący: Andrzej Marasek
Członek: Bartłomiej Gąsienica-Józkowy
Podkomisja Ski-tourowa
Przewodniczący: Adam Marasek
Członek: Bartłomiej Gąsienica-Józkowy
Podkomisja Freeride`u
Przewodniczący: Grzegorz Dendys

Komisja Narciarstwa Adaptowanego
Przewodnicząca: Beata Blachura
Członkowie: Monika Cyran, Jakub Dyda, Piotr Gostyński, Dominik Jonas, Krzysztof Makowski, Piotr Marek, Grzegorz Pomes, Szymon Owca, Jarosław Smajdor, Łukasz Szeliga, Wojciech Woźnica

Komisja Spraw Międzynarodowych
Przewodniczący: Wojciech Woźnica
Członkowie: Jerzy Kaliski, Maria Leonowicz, Piotr Ogarzyński, Zbigniew Włosowicz Krzysztof Zięba, Ludwik Żukowski

Komisja ds. Pracy Polskich Instruktorów za Granicą
Przewodniczący: Maciej Szpot
Wiceprzewodniczący: Piotr Tekiel
Członkowie: Maciej Kwiatkowski, Wojciech Wardziak, Andrzej Wygoda, Ludwik Żukowski

Komisja Organizacyjna
Przewodnicząca: Izabela Wysocka
Członkowie: Anna Buczek, Mateusz Kwiatkowski, Kamila Stypa, Wojciech Ślusarczyk

Podkomisja Logistyczna
Przewodniczący: Konrad Wełpa
Członkowie: Rafał Głowacki, Józef Szot

Komisja Prawna
Przewodniczący: Ludwik Żukowski
Członkowie: Dawid Zwijacz, Paweł Surmacz

Klub Instruktorów Seniorów
Przewodnicząca: Elżbieta Kaczmarek
Członkowie: Julian Jaworz-Dutka, Halina Nowak, Adam Markiel, Maria Stanisławska

Pod Patronatem Prezydenta RP

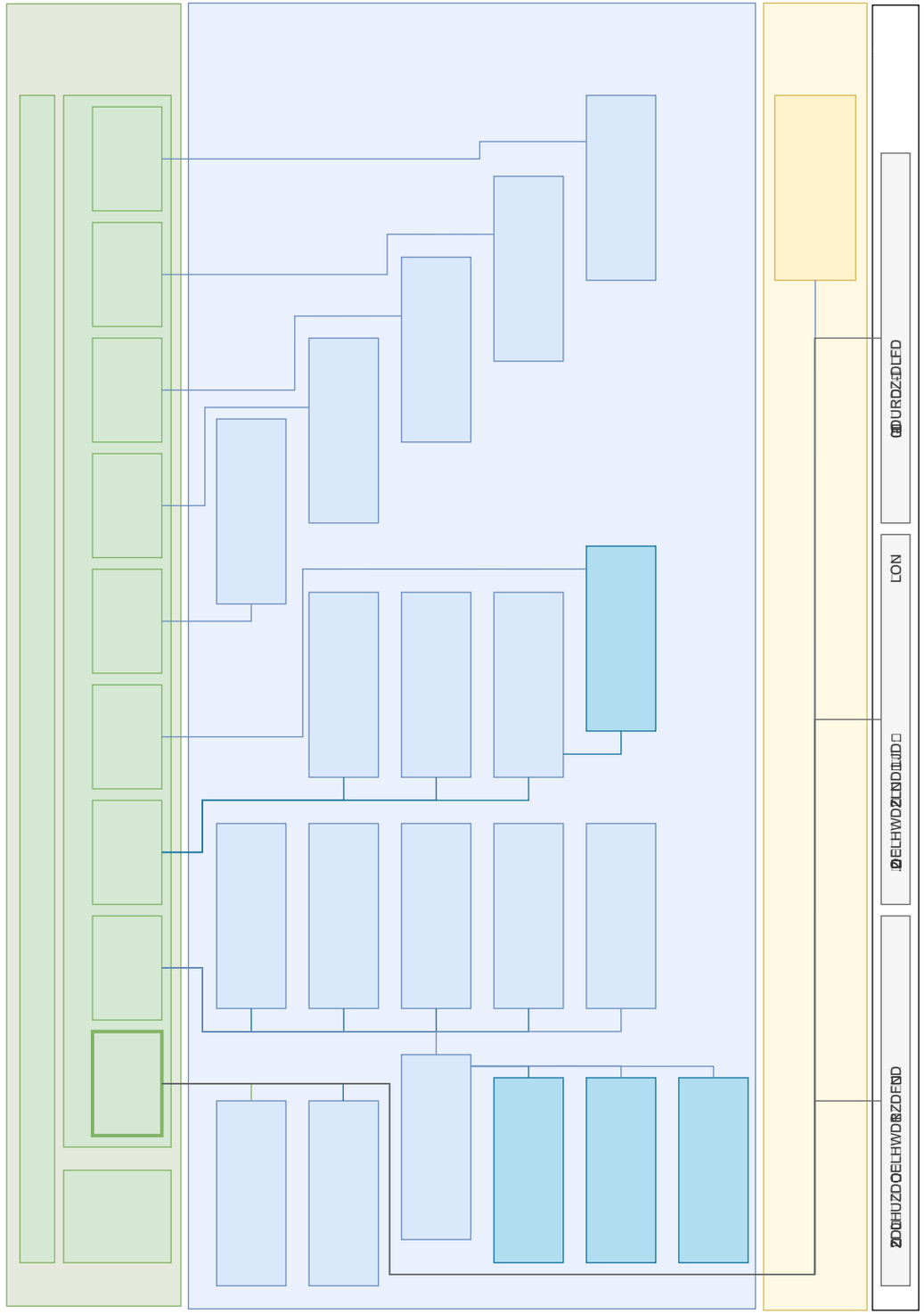
60 MISTRZOSTWA POLSKI INSTRUKTORÓW PZN

MISTRZOSTWA LICENCJONOWANYCH SZKÓŁ NARCIARSKICH

ZAWODY DEMONSTRATORÓW SZKOLNYCH PZN

Mistrzostwa odbędą się w Szczawnicy w dniu

19-20.03.2021



Snowboard z CORON-ą w tle

Na końcu wstępu do Informatora 2020–2021 pisałem „…Jaki będzie nadchodzący sezon? Tego też w 100% nikt nie wie, ale myślę, że już większość z nas jest do tego przygotowana. Najzwyczajniej w świecie, mieliśmy i mamy na to czas, aby robić plany i rozważać różne opcje…". W rzeczywistości okazało się, jak sami wiecie, że mimo przygotowań, wirus a w ślad za nim decyzje rządzących zadały cios w najmniej oczekiwanym miejscu i czasie. Dwukrotnie w sezonie 2020/2021 dawaliśmy wyraz naszego sprzeciwu wobec decyzji podejmowanych przez rząd. Jak się okazywało – bezskutecznie.

Czy mam na tyle odwagi, aby ponownie spoglądać na nadchodzącą zimę z optymizmem? Tego nie jestem pewien, jednak mam nadzieję, że wszyscy „dojrzeliśmy" przez ten trudny czas do odpowiedzialności i jeśli cokolwiek nas jeszcze dotknie, to nie będzie miało aż takiej siły rażenia!

Pozwolę sobie poza jednym wyjątkiem poniżej (śmierć **Bogdana Klepackiego**) nie rozwijać w ogóle NEGATYWÓW sezonu 2020–2021, gdyż każdy z nas zmagał się z nimi każdego dnia i marzy o zamknięciu ich gdzieś głęboko z tyłu głowy (odwołane rezerwacje i szkolenia, zamknięte stoki, odwołane MPI, choroby bliskich, …)

Wymienię to, co POZYTYWNEGO (w pewnym tego słowa znaczeniu) przyniósł nam ten ostatni sezon. Otóż jako SITS jesteśmy „świeżo" po wyborach władz – pełen skład osobowy nowego Zarządu, jak i Komisji Rewizyjnej prezentujemy na stronach części snowboardowej Informatora. Bardzo dziękuję kolejny raz za zaufanie delegatów (otrzymałem 100% głosów) i gratuluję pozostałym, znamienitym członkom władz SITS dołączenia do Zarządu. Gratuluję przy okazji dr **Jarkowi Bączykowi** zdobycia tytułu naukowego doktora nauk prawnych! Rośniemy w siłę … jeżdżąc przy okazji na deskach.

W grudniu 2020 roku w poczet Instruktorów Wykładowców włączono dwie nowe osoby – ich sylwetki oraz streszczenia prac prezentujemy na kolejnych stronach. Im również gratuluję zwieńczenia tej długiej drogi i życzę owocnej pracy „po drugiej stronie" procesu dydaktycznego.

Mimo wprowadzanych obostrzeń, udało nam się zrobić w poprzednim sezonie szkolenie „PRK 3 i 4", trzy Unifikacje oraz przeprowadzić egzamin centralny. Dodatkowo byliśmy kluczowym ogniwem Międzynarodowej Konferencji Naukowej „Aktywność ruchowa na obszarach górskich Polski i świata". Relacje z tych wydarzeń znajdziecie również na kolejnych stronach Informatora. Przy okazji chciałbym zwrócić uwagę na z pozoru prozaiczną rzecz, ale w naszym odczuciu wiele zmieniającą – otóż … Informator zmienił nazwę z „Informator przedsezonowy …" na „Informator na sezon 2021/2022".

Co dalej pozytywnego ? Próbując spożytkować czas zamkniętych stoków w Polsce i większej części Europy „rozkwitł" rynek szkoleń online. Oczywiście mam tu na myśli warsztaty, konferencje, webinaria, … – społeczność SITS miała w ostatnim roku naprawdę bardzo wiele propozycji i bardzo licznie z nich korzystała. A przecież taka forma poszerzania horyzontów istniała od dawna – jak się okazuje jednak, w pandemii było na to po prostu więcej czasu.

Kolejnym pozytywem wprowadzanych w zimie ograniczeń uprawiania snowboardu było poszukiwanie przez instruktorów i szkoły nowych destynacji – w „szczycie" sezonu w niektórych szwajcarskich stacjach sportów zimowych prawie połowę klientów stanowili Polacy!

Podobnie za „pozytywny" wkład koronawirusa w rozwój działalności instruktorów i szkół należy uznać masowy wręcz rozwój Splitboardu, uruchomienie w Polsce powszechnie dostępnych (i jak się okazuje przystępnych cenowo) usług HeliSKI i HeliBoardingu oraz powstanie wielu nowych klubów sportowych. Ten ostatni aspekt jest dla mnie jako prezesa najbardziej pocieszający, jednak będę się wnikliwie przyglądał rozwojowi tych klubów, a jednocześnie bardzo dopingował, aby to nie był tylko „wybieg" w przepisach, umożliwiający korzystanie z zamkniętych stoków. Chciałbym bowiem to przekuć na naturalne i stałe poszerzenie działalności szkół, a co za tym idzie – rozwój sportu snowboardowego.

Tych i wiele innych aspektów można by, jak się okazuje, mnożyć i być może uda się to zrobić przy okazji np. kongresu. Są one bowiem przed nami (Kongres IVSI w Soczi 2022 oraz Interski w Levi 2023), jednak środowisko snowboardowe podjęło decyzję, iż ze względu na szeroko pojęty kryzys w branży i przesunięcie kongresu w Soczi z 2021 na 2022 rok, nie weźmiemy w nim udziału, szykując tym samym „armaty" teoretyczno-warsztatowe na kongres Interski w 2023 roku!

Na koniec w kilku zdaniach nie mógłbym nie wspomnieć o naszym wspaniałym koledze, **Bogdanie Klepackim**, który odszedł od nas pokonany przez koronawirusa w kwietniu tego roku. Bogdan był przez ostatnich kilka lat w cieniu młodszego środowiska snowboardowego w Polsce, jednak jego wkład w rozwój kadr instruktorskich w snowboardzie był bardzo ogromny. Przez lata działalności Komisji Szkolenia w PZS współtworzył podwaliny pod dzisiejsze struktury SITS. Pilnował „porządku", dbał o finanse, zawsze tonował powstałe konflikty, … Człowiek – dusza! Dziękujemy – spoczywaj w spokoju!

dr Piotr Kunysz
Prezes SITS

KURS TEORETYCZNY 2021

Zapraszamy na Część Teoretyczną Centralnego Kursu Instruktora PZN

Kurs będzie się odbywał w dwóch sesjach:

19–21.11.2021

26–28.11.2021

Zgłoszenia przyjmowane są do dnia 10 listopada 2021 roku.

Zajęcia zostaną przeprowadzone w formie zdalnej.

Szczegółowe informacje będą wywieszone na stronie

www.sitn.pl

KRYTERIA KWALIFIKACYJNE:

1. Ukończenie 18 roku życia
2. Dostarczenie do Biura SITN uwierzytelnionego świadectwa ukończenia minimum szkoły średniej lub dyplomu szkoły wyższej (**dostarczane dokumenty muszą być bezwzględnie uwierzytelnione przez szkoły lub kancelarie notarialne**)
3. Wysłanie zgłoszenia poprzez stronę ***sitn.pl***
4. Dokonanie opłaty za kurs w wysokości 650 zł na konto SITN minimum tydzień przed jego rozpoczęciem

Drodzy Przyjaciele Instruktorzy i Trenerzy,

Jak co roku przed sezonem zimowym ukazuje się wydanie cenionego Informatora bliskich mi Organizacji SITN PZN oraz SITS. Cieszy mnie Wasza koleżeńska współpraca na polu szkolenia kadr instruktorskich. Nadmienić w tym miejscu muszę, że w czasie druku Informatora dobiegać będą rozmowy pomiędzy przedstawicielami PZN a SITN PZN na temat nowego porozumienia o współpracy w zakresie narciarstwa powszechnego oraz szkolenia kadr instruktorskich w sportach śnieżnych. Realizacja poprzednich porozumień przebiegała w sposób wzorcowy, za co dziękuję obecnemu oraz poprzednim Prezesom SITN PZN.

Gratuluję SITN-owi oraz SITS-owi doprowadzenie pierwszych kwalifikacji instruktorskich i trenerskich do ostatniego etapu dzielącego je od wpisania do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji, a same Stowarzyszenia od uzyskania uprawnień przysługujących Instytucjom Certyfikującym. Pięć lat wytężonej pracy w końcu przynosi długo wyczekiwane plony, które jeszcze mocniej scementują naszą współpracę i wzmocnią jakość edukacji kadr dla sportu wyczynowego oraz powszechnego.

Bieżące wydanie Informatora, podobnie jak i poprzednie, jest swoistą kroniką wydarzeń minionego sezonu, a także tych bardziej odległych, sięgających nawet ponad sto lat wstecz. Dzięki staraniom grupy pasjonatów z Prezesem SITN na czele, zachowane zostaną dla przyszłych pokoleń narciarzy wydarzenia związane ze środowiskiem Instruktorów PZN oraz z ogólnie pojętym polskim narciarstwem. Kolejne cenne materiały zostaną ocalone przed zapomnieniem.

Wspólnie reprezentujemy wielką rodzinę miłośników sportów śnieżnych, monitorujemy rodzące się tendencje, bierzemy udział w międzynarodowej wymianie myśli. Wspólnie też podjęliśmy działania minimalizujące negatywne skutki pandemii koronawirusa. Niestety zagrożenie nie minęło, przez kolejny sezon zimowy przyjdzie nam zmagać się z wieloma dodatkowymi problemami, o których przed dwoma laty nikt z nas nawet nie pomyślał. Najbliższy sezon narciarski nadal toczyć się będzie w cieniu pandemii, a przecież będzie to między innymi sezon olimpijski. Pomimo niepewności przygotowujemy się do zimy w sposób optymalny. Wiem, że również w SITN PZN oraz w SITS trwają przygotowania do przeprowadzenia szeregu szkoleń i imprez związkowych, a także do kongresu IVSI w Soczi.

Bratnim Stowarzyszeniom, tysiącom Instruktorów i Trenerów, Licencjonowanym Szkołom Narciarskim życzę pełnej realizacji wszelkich zamierzeń zawodowych i organizacyjnych!

Apoloniusz Tajner
Prezes Polskiego Związku Narciarskiego

Wieści z IVSI

Do napisania poniższego artykułu skłonił mnie fakt, iż minęły już 4 lata od momentu, kiedy wybrano mnie na Kongresie IVSI w japońskiej Hakubie, na v-ce prezydenta tej organizacji, dzięki czemu mogłem aktywnie wpływać na działalność IVSI.

Od początku powstania IVSI do 2017 roku, organizacją kierował układ austriacko-niemiecki. Będąc od 1991 roku członkiem prezydium IVSI (wybrano mnie na Kongresie IVSI w St. Anton) miałem wpływ na decyzje organizacyjne jako przedstawiciel SITN z prawem głosu, ale nie przygotowywałem strategii naszej organizacji. W St. Anton w 1991 roku prezydium wybrano w składzie: prezydent **Kurt Kreiselmeier** (Niemcy), v-ceprezydent **Fritz Mares** (Austria), v-ce prezydent **Takazumi Fukuoka** (Japonia), oraz członkowie **Jerzy Kaliski** (Polska) i **Urs Udieger** (Szwajcaria). Biuro IVSI mieściło się w Garmisch Partenkirchen.

Do dnia dzisiejszego jestem jedynym członkiem ówczesnego prezydium. Pozostałem na swojej funkcji do 2017 roku. W latach 90-ych będąc jednocześnie v-ce prezesem SITN ds. współpracy z zagranicą, bardzo ściśle współpracowałem z prezesem **Kazimierzem Masłowskim** i **Zbigniewem Kucią**, pilnując aby SITN miał zawsze mocne poparcie w kierownictwie naszej organizacji. Staraliśmy się wprowadzić do Komisji Technicznej naszego przedstawiciela. Udało się to i były prezes SITN, **Krzysztof Zięba**, został członkiem tej komisji i nadal aktywnie bierze w niej udział.

Dzięki umiejętnie prowadzonej kampanii, po rozmowach z ówczesnym prezydentem ISIA **Ried Campellem**, na posiedzeniu FIS w Crans Montanie, w roku 1999, udało się nam zarejestrować SITN w ISIA i po przygotowaniach formalnych przeprowadzonych przez kol. **Ludwika Żukowskiego**, na Kongresie ISIA w Bariloche (Argentyna) ostatecznie SITN PZN został przyjęty do tej organizacji.

Wspominając udział SITN w historii IVSI, muszę podkreślić jak ważnym wydarzeniem była organizacja Kongresu IVSI w Zakopanem. Nasz kongres do dzisiaj jest uważany za jeden z najbardziej udanych, a organizacji podjął się ówczesny prezes SITN Ludwik Żukowski. Zrobił to bardzo sprawnie, dlatego więc dziwiły mnie negatywne oceny ze strony niektórych naszych członków, nie zdających sobie sprawy z tego, jak wiele dobrego przyniósł ten Kongres naszemu narciarskiemu środowisku na całym świecie.

Od 2017 roku dużo zmieniło się w układzie sterującym IVSI, pozostał co prawda formalny układ niemiecko-austriacki, ale już z bezpośrednim udziałem decyzyjnym polskim. Prezydium działało w składzie: prezydent **Norbert Barthle** (Niemcy), v-ce prezydent **Jerzy Kaliski** (Polska) v-ce prezydent **Rudolf Leber** (Austria) oraz członkowie **Katalin Egri** (Węgry) i **Jean-Marc Villemin** (Francja). Biuro IVSI przeniesiono z Linz i Neusidler See, do Frankfurtu nad Menem i do Wiednia, przy czym sterującym biurem jest Frankfurt z **Eweliną Giefer**, a Wiedeń z **Andrea Schneider**, która prowadzi finanse.

Utworzyliśmy dwie nowe komisje: Strategii i Organizacji, oraz Badań i Rozwoju, zostawiając Komisję Techniczną. Miałem zamiar utworzyć Komisję Prawną, ale moja propozycja na Walnym Zebraniu pozostała bez echa (zamierzałem wprowadzić do niej naszych instruktorów), więc korzystałem z porad prawnych naszej SITN-owskiej ekipy. Oczywiście starałem się wprowadzić do komisji naszych przedstawicieli, i tak też: w Komisji Technicznej pozostał **Krzysztof Zięba**, a do Komisji Badań i Rozwoju weszła **Katarzyna Górska**, a w Komisji Strategii i Organizacji ja zostałem przewodniczącym.

Niestety Kasia zrezygnowała z udziału w pracach komisji, mając zbyt dużo obowiązków i zajęć na uczelni, a szkoda bo mieliśmy zamiar, aby na Kongresie w Soczi, na którym prof. **T. Fukuoka** zrezygnuje z przewodniczenia komisji, Kasia została jej przewodniczącą i wraz z **J. Okamura** i **A. Schneider** (wszystkie panie z tytułem doktorskim) kierowałyby tą komisją. Na miejsce Kasi wprowadziliśmy do komisji **Piotra Ogarzyńskiego**, którego jednocześnie wydelegowałem do Komisji Nr 3, powstałej przy INTERSKI, w celu zmodyfikowania organizacji kongresów INTERSKI w przyszłości. Już po krótkim 4-miesięcznym okresie muszę stwierdzić, że wybór Piotra był znakomitym posunięciem zaproponowanym przez prezesa **Jacka Żabę**. **P. Ogarzyński** bardzo aktywnie bierze udział w pracach tej komisji, akcentując udział SITN PZN w IVSI.

Wspominałem poprzednio o korzystaniu z porad prawnych naszych członków. W tym miejscu bardzo dziękuję **Dawidowi Zwijaczowi**, który bardzo pomógł prezydium IVSI we właściwej ocenie kilku formalnych problemów związanych z naszą działalnością.

Ostatnie 2 lata, czyli 2020 i 2021 były w mojej ocenie najtrudniejszym okresem w dotychczasowej działalności organizacji: pandemia, konieczność przełożenia Kongresu w Soczi z 2021 na 2022, rezygnacja z pełnienia funkcji prezydenta IVSI przez Norberta Barthle, oraz zamieszanie spowodowane przez akcje ISIA, stanowiły dla prezydium i biur IVSI bardzo duży problem, z którym jednak poradziliśmy sobie doskonale.

Zgodnie ze Statutem IVSI, jako najstarszy v-ce prezydent, przejąłem funkcję prezydenta, aby wspólnie z v-ce prezydentem Rudi Leberem, prowadzić organizację do czasu wyborów na Kongresie IVSI w Soczi w 2022 roku.

Muszę podkreślić, że tak jak w poprzedniej kadencji, z prezes SITN **Zuzanną Podgórną** miałem świetny kontakt, tak i teraz mamy wspaniały kontakt z prezesem **Jackiem Żabą**, który steruje ze znakomitym wyczuciem i dyplomacją polityką zagraniczną organizacji, co szczególnie dało efekty w sprawie proponowanej rewolty ISIA w stosunku do INTERSKI.

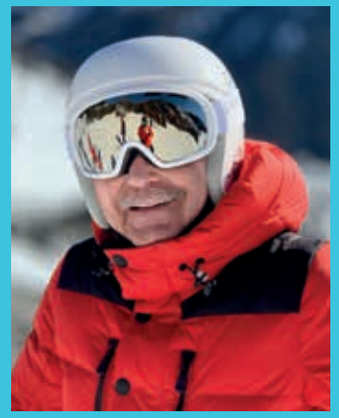
Aktualnie prezydium IVSI przygotowuje bardzo intensywnie wrześniowe posiedzenie prezydium w Soczi dla ostatecznego zamknięcia wszystkich problemów logistycznych dotyczących Kongresu i przygotowania wyborów. Namawiam przy okazji naszych instruktorów do wzięcia udziału w tym Kongresie. Soczi jest wspaniale przygotowane, posiada dobrą bazę hotelową, piękne trasy, infrastrukturę sportową i gastronomiczną.

Jednocześnie będziemy w Soczi wybierali nowe prezydium IVSI i uzgadniali składy komisji, a więc podejmować będziemy najważniejsze decyzje na najbliższe lata. Tuż po Kongresie IVSI w Soczi, zaplanowane jest Walne Zgromadzenie INTERSKI w Levi (Finlandia), również bardzo ważne dla wszystkich członków INTERSKI, w którym także musimy wziąć udział, decydując jaką drogą pójdziemy w następnych latach.

Kongres IVSI w Soczi (Rosa Kutor) odbędzie się w dniach 12–19.03.2022, a Walne Zgromadzenie INTERSKI w Levi 22–24.03.2022 roku.

Życzę wszystkim instruktorom udanego sezonu zimowego, z przygotowaniem do udziału w Kongresie. Do zobaczenia w Soczi!

Jerzy Kaliski
p.o. Prezydent IVSI



Jerzy Kaliski

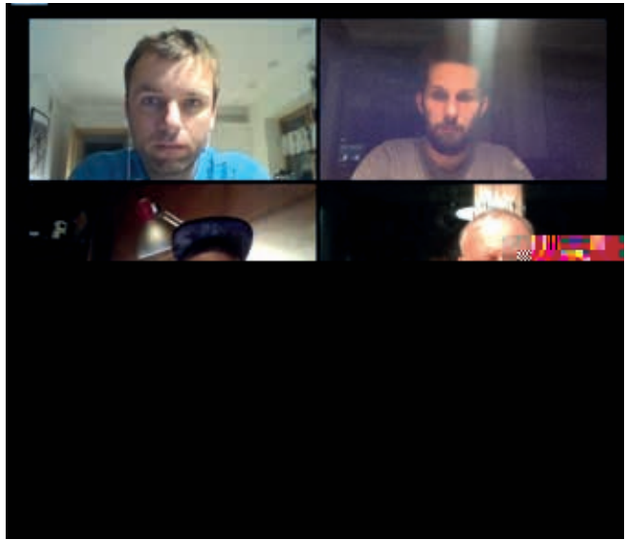
Zmiany długofalowe i te, których powodu rychłego wprowadzenia chyba nikt się nie spodziewał

Od dobrych kilku lat w rozmowach o kierunku, w jakim powinno zmierzać nasze Stowarzyszenie, oraz o narzędziach, z jakich na tej drodze powinno korzystać, przewijała się cyfryzacja, spotkania zdalne oraz e-learning. Tradycją nawet stało się już kończenie rozmów na ten temat przez podniesienie argumentu tzw. wykluczenia cyfrowego (ze względu na brak dostępu do technologii i/lub umiejętności korzystania z niej). Nie bez powodu była to przesłanka skutecznie zamykająca dyskusję, bo faktycznie jest to poważny problem, z którym nasze społeczeństwo się mierzy. Stosunkowo powolne oswajanie się z potrzebą podjęcia wspólnej, odważnej decyzji o zdecydowanych krokach naprzód (które zawsze wiążą się z ryzykiem, że ktoś zostanie z tyłu*) potrafi znacząco przyspieszyć w obliczu sytuacji kryzysowej. W końcu, gdy staje się pod ścianą, traci się dostęp do całej gamy odcieni szarości na rzecz zero-jedynkowego wyboru między czernią a bielą: podejmujesz wyzwanie czy dajesz za wygraną?

ZDROWIE TWOJE I MOJE, NASZA WSPÓLNA PRZYSZŁOŚĆ

Pandemia nie może stać się murem, który odgradza nas od dostępu do wiedzy, możliwości rozwoju, komunikacji, aktywności fizycznej i obcowania z naturą. Dlatego zastosowane zostały rozwiązania mające na celu minimalizację ryzyka transmisji wirusa podczas zajęć teoretycznych w zamkniętych pomieszczeniach poprzez przeniesienie ich do sieci. I tak w sezonie 2020/2021:

- 313 instruktorów teorię podczas kursów unifikacyjnych odbyło poprzez zaznajomienie się z nagranymi wykładami, a zajęcia na śniegu zostały skumulowane w 2-dniowym programie,
- 70 instruktorów i trenerów odbyło część wykładową dla kursów specjalistycznych w formie webinarów (w tym 60 uczestniczek i uczestników kursów lawinowych oraz 47 – kursów skitourowych),
- 37 uczestniczek i uczestników kursów sitnusiowych teorię odbyło słuchając wykładów udostępnionych im na www.sitn.pl,
- 70 osób uczestniczyło w część teoretycznej poprzedzającej CKI zrealizowanej jako webinarium,
- 131 kandydatów (włącznie z zaległą z sezonu 2019/2020 częścią metodyczną) uczestniczyło zdalnie w wykładach podczas CKI.



Jedno z wielu spotkań roboczych w pracy nad wytycznymi szkolenia. Na zdjęciu członkowie Komisji: Instruktorów Zawodowych, Prawnej i Spraw Międzynarodowych debatują nad przygotowaniem instruktorów do Wspólnego Testu Kształcenia (CTT).

Wykorzystanie komunikatora internetowego pozwoliło na kontynuację prac Zarządu z aktywnym udziałem Komisji Rewizyjnej. W opisanych wyżej wydarzeniach – od comiesięcznych posiedzeń Zarządu po kursy specjalistyczne – brali udział przedstawiciele całego przekroju wiekowego naszej społeczności. Prawdopodobnie, mimo początkowych obaw, PESEL był chyba niepotrzebnie demonizowany w konfrontacji z nowymi technologiami, a wsparcie udzielane przez Biuro SITN było wystarczające, aby nikt nie został sam w obliczu ew. trudności technicznych.

W trakcie sezonu stało się jasne, że należy wykonać kolejny krok, aby zwiększyć bezpieczeństwo uczestników oraz kadry szkoleń. Zarząd SITN podjął decyzję o wprowadzeniu obowiązku okazania negatywnego wyniku testu na obecność koronawirusa (wystarczył szybki test antygenowy, którego wiarygodność potwierdzają państwowe służby medyczne) nie starszego niż 72h w chwili rozpoczęcia kursu. Spowodowało to „odsianie" z listy uczestników od 1 do 3 zarażonych osób na każdej kolejnej edycji kursów centralnych. Niestety, dostępność punktów medycznych wykonujących testy nie jest w mniejszych miejscowościach tak łatwa, jak w dużych ośrodkach. Z pomocą ratowników medycznych **Karoliny Matałowskiej**, **Ewy Siedleckiej** oraz **Piotra Pieczary** taki test można było wykonać tuż przed rozpoczęciem kursu. W tym miejscu chciałbym przekazać im serdeczne podziękowania za wsparcie i elastyczność, której wyrazem było m.in. podstawienie w niedzielę z samego rana karetki wymazowej pod Pilsko.

PRZYSZŁOŚĆ NADCHODZI DZISIAJ

W artykule „Już wkrótce SITN jako państwowy egzaminator na stopnie instruktorskie" mec. **Ludwik Żukowski** opisał ponad 5 lat pracy nad wdrożeniem kwalifikacji w nauczaniu narciarstwa do Polskiej Ramy Kwalifikacji. Zwraca w nim uwagę, że ów państwowy system certyfikacji rozwieje wątpliwości w naszej zderegulowanej rzeczywistości, co instruktor narciarstwa wiedzieć i potrafić powinien. System ten jednak interesuje „jak tę wiedzę i umiejętności sprawdzić", a nasze Stowarzyszenie jest równie żywo zaangażowane w dostarczenie odpowiedzi ma pytanie „jak tę wiedzę i umiejętności nabyć?". Praca przy opisie kwalifikacji instruktorskich dla narciarstwa zjazdowego i biegowego (w zespole **Ludwik Żukowski**, **Katarzyna Górska**, **Wojciech Woźnica** oraz liczni eksperci-konsultanci) rzuciły światło na potrzebę wprowadzenia zmian rozwojowych w procesie kształcenia kadr. Latem br. trzy zespoły robocze pracowały nad programami dwóch nowych centralnych kursów instruktorskich w zjazdach oraz modyfikacją istniejącej ścieżki w biegach:

- na stopień Instruktora SITN, który po raz pierwszy odbędzie się już w sezonie 2021/2022 (**Anna Buczek**, **Katarzyna Górska**, **Marcin Krawczyński**, **Krzysztof Makowski**, **Florian Parnicki**, **Piotr Stawarz**, **Tomasz Stelmach**, **Wojciech Woźnica**, **Iza Wysocka**, **Ludwik Żukowski**),
- na stopień Instruktora Zawodowego PZN, który zastąpi dotychczasową ścieżkę uzyskiwania tego tytułu w sezonie 2022/2023 (**Grzegorz Dendys**, **Adam Marasek**, **Andrzej Marasek**, **Wojciech Woźnica**, **Ludwik Żukowski**).

NADZWYCZAJNE WALNE ZEBRANIE CZŁONKÓW SITN PZN 27.10.2021 r.

DRODZY CZŁONKOWIE SITN PZN,

ze względu na fakt, iż w przeciągu ostatnich kilkunastu miesięcy dwóch członków Komisji Rewizyjnej złożyło rezygnację z pełnienia tej funkcji, zaistniała sytuacja, w której organ nadzoru wewnętrznego funkcjonuje w postaci kadłubowej. Podejmowane przez Komisję uchwały nie są wiążące zarówno w stosunkach wewnętrznych (nie wiążą Zarządu), jak i zewnętrznych.

Uzupełnienie składu KR jest ograniczone statutowo – nie jest dopuszczalne uzupełnienie składu przez samą Komisję większą liczbą członków KR niż 1/3 składu pochodzącego z wyboru. Statut przewiduje pięcioosobowy skład KR. Trzecia część z pięciu to 1,666. Wobec jednoznacznego brzmienia Statutu („w liczbie nieprzekraczającej") zaokrąglenie powinno nastąpić w dół, do liczby całkowitej. W praktyce więc uzupełnienie składu Komisji Rewizyjnej w trybie § 21 ust. 3 Statutu może dotyczyć nie więcej niż 1 (jednego) członka KR. Ponieważ po takim jednoosobowym uzupełnieniu Komisja nadal nie działałaby w pełnym statutowym składzie, zaistniała potrzeba zwołania Nadzwyczajnego Walnego Zgromadzenia w celu dokooptowania Członków KR do składu 5-osobowego.

Zarząd zasięgał opinii zarówno w Komisji Prawnej SITN PZN, jak i w niezależnej kancelarii prawnej. Podobne działania zostały podjęte przez Komisję Rewizyjną. Otrzymaliśmy jednoznaczne odpowiedzi, z których wynika między innymi, że:

- Zwołanie posiedzenia Komisji Rewizyjnej w niepełnym składzie jest dozwolone, lecz KR nie jest uprawniona do podejmowania uchwał, a jeśli to zrobi – uchwały będą wadliwe.
- Do obowiązków KR, jako organu kolegialnego, należy m.in. przeprowadzenie corocznej kontroli całokształtu działalności Stowarzyszenia, a w szczególności gospodarki finansowej. Działania nadzorcze Komisji Rewizyjnej działającej w niepełnym składzie są obarczone wadą bezskuteczności. Podjęta ewentualna kontrola całokształtu lub wycinka działalności Stowarzyszenia, będzie więc obarczona wadą prawną.
- Funkcjonowanie SITN PZN bez należycie obsadzonej KR jest niezgodne z Prawem o stowarzyszeniach, a także Statutem.
- Statut nie przesądza czy w przedstawionej powyżej sytuacji należy dokooptować 2 (dwóch) nowych Członków KR czy też, po uprzednim wygaszeniu mandatów 3 (trzech) obecnych Członków Komisji powołać Komisję Rewizyjną nowej kadencji w pełnym, pięcioosobowym składzie. Decyzja w tym zakresie należy do Walnego Zebrania.

Komisja Rewizyjna w dniu 12 maja 2021 roku na ręce Prezesa SITN PZN wniosek o zwołanie Nadzwyczajnego Walnego Zebrania Członków SITN PZN, w celu uzupełnienia składu komisji do statutowej liczby pięciu Członków, argumentując to faktem, iż KR nie ma możliwości samodzielnej kooptacji Członków do wymaganego przez Statut składu pięcioosobowego. Przewodniczący Komisji rewizyjnej przytoczył w swoim piśmie fragmenty wykładni zaprezentowanej przez niezależną kancelarię prawną: *Zarząd powinien zwołać Walne Zebranie w celu przeprowadzenia wyborów uzupełniających lub wyborów całego składu KR. Pełniący funkcję członek KR (przewodniczący KR) powinien zwrócić się do Zarządu z wnioskiem/rekomendacją o zwołanie Walnego Zebrania w celu uzupełnienia składu Komisji Rewizyjnej.*

Zgodnie z art. 11 ust. 3 Prawa o stowarzyszeniach, SITN jest obowiązany posiadać organ kontroli wewnętrznej, którym jest Komisja Rewizyjna. Obowiązek ten uwzględnia zapewnienie prawidłowego funkcjonowania organu nadzoru, w tym zapewnienie należytego obsadzenia. Tylko w pełnym, przewidzianym Statutem składzie pięcioosobowym, Komisja Rewizyjna jest władna do podejmowania wiążących uchwał i prawidłowego wykonywania nałożonych na nią obowiązków.

W celu usunięcia zaistniałej sytuacji powodującej wadliwość prawną funkcjonowania organów statutowych SITN PZN, Zarząd Stowarzyszenia podjął w dniu 31 sierpnia uchwałę o zwołaniu Nadzwyczajnego Walnego Zebrania na dzień 27 października 2021 r. (środa). Początek zebrania:
– pierwszy termin godz. 17:00
– drugi termin godz. 17:15

W związku z obowiązującymi specyficznymi przepisami pandemicznymi Walne Zebranie przeprowadzone zostanie w formie zdalnej.

Nasz statut precyzuje w §17, że zawiadomienie członka o terminie i miejscu Walnego Zebrania oraz porządku obrad, następuje co najmniej na dwa tygodnie przez terminem jego rozpoczęcia. W bieżącym wydaniu Informatora zawiadamiamy członków Stowarzyszenia o terminie i formie przeprowadzenia NWZ. **Dalsze szczegółowe informacje (w tym porządek obrad) będą zamieszczone na stronie internetowej sitn.pl z zachowaniem statutowego terminu.**

Przypominamy, że w Walnym Zebraniu Sprawozdawczo-Wyborczym SITN PZN mogą brać udział członkowie Stowarzyszenia spełniający kryteria statutowe opisane w §12 pkt. b, a mianowicie: „skreślenie z list członków na skutek rocznego zalegania z opłatą składek członkowskich". Na Zebranie zapraszamy więc osoby, które mają na bieżąco uregulowaną składkę członkowską lub opłaciły składki za rok 2019 i/lub 2020.

Oficjalna lista obecności członków sporządzona będzie na dzień 20 października 2021 r., a dodatkowa – dla osób regulujących składki po tej dacie.

Jacek Żaba
Prezes SITN PZN

Piotr Stawarz
Wiceprezes SITN PZN

Wojciech Woźnica
Wiceprezes SITN PZN

uwaga osobom naruszającym podstawowe reguły korzystania ze stoków.

Współpraca z SITN PZN w ramach Porozumienia, to nie tylko wyłącznie organizacja szkoleń dla policjantów, ale również szeroko pojęta sfera działań profilaktycznych oraz akcji informacyjnych, mających na celu promowanie bezpiecznego i odpowiedzialnego wypoczynku na śniegu. Wśród wspólnie realizowanych przedsięwzięć należy wymienić ogólnopolską akcję informacyjno-edukacyjną na rzecz zapewnienia bezpieczeństwa na zorganizowanych terenach narciarskich, prowadzoną pod nazwą „Kręci mnie bezpieczeństwo na stoku". Celem kolejnej edycji akcji było promowanie odpowiedzialnych postaw narciarzy i snowboardzistów, poszerzanie wiedzy na temat odpowiedzialności prawnej związanej z naruszaniem przepisów obowiązujących na stokach oraz upowszechnianie Dekalogu Międzynarodowej Federacji Narciarskiej (FIS), a także dotarcie do możliwie najszerszego grona odbiorców oraz zaangażowanie jak największej liczby instytucji, organizacji i osób na rzecz współpracy w zakresie bezpiecznego wypoczynku zimowego.

Partnerami projektu byli, podobnie jak w latach ubiegłych: Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN, Polski Związek Narciarski, Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe, Tatrzańskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe, Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Snowboardu, Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Fundacja PZU.

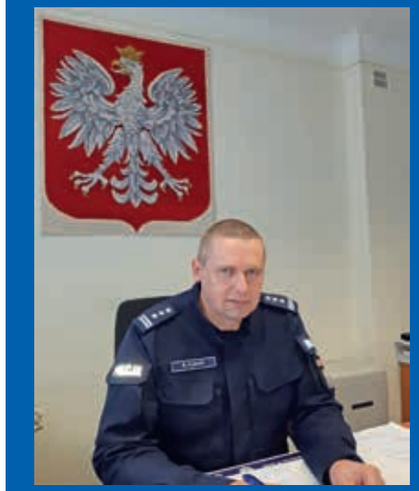
Ze względu na wystąpienie pandemii koronawirusa na świecie większa część społeczeństwa zdecydowała się na zaplanowanie wypoczynku zimowego na terenie naszego kraju, zarówno w górach, jak i w innych częściach Polski, również tam, gdzie występują stoki narciarskie.

Opisywany projekt profilaktyczny był realizowany na terenie całego kraju od grudnia 2020 r. do marca 2021 r., ze szczególnym nasileniem w rejonach zorganizowanych terenów narciarskich, na których policjanci pełnią służbę na stokach poprzez działania informacyjno-edukacyjne skierowane do ogółu społeczeństwa polegające zorganizowaniu i przeprowadzeniu szeregu spotkań informacyjno-edukacyjnych z dziećmi i młodzieżą, podczas których policjanci realizujący zadania z zakresu profilaktyki społecznej, w tym również policjanci dzielnicowi, informowali o sposobach bezpiecznego zachowania podczas całego sezonu zimowego.

W ramach akcji został również ogłoszony ogólnopolski konkurs plastyczno-filmowy dla dzieci i młodzieży pn. „ŚNIEŻNY DEKALOG" promujący bezpieczne narciarstwo i snowboard oraz aktywny tryb życia. Na konkurs nadesłano 1.667 prac plastycznych oraz 69 spotów filmowych. Ostatecznie jury składające się z przedstawicieli Organizatora oraz Partnerów konkursu wyłoniło spośród nadesłanych prac: 2 laureatów prac plastycznych oraz 4 laureatów spotów filmowych, ponadto przyznano 12 wyróżnień.

Dziękując naszym Partnerom ze Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa Polskiego Związku Narciarskiego za dotychczasową współpracę, pozostaję w przekonaniu, że w dalszym ciągu będzie się ona rozwijać i wzorcowo układać, tym samym zapewniając optymalny poziom bezpieczeństwa coraz liczniejszym miłośnikom wypoczynku na śniegu.

insp. Robert Kumor
Dyrektor Biura Prewencji
Komendy Głównej Policji



Już wkrótce SITN jako państwowy egzaminator na stopnie instruktorskie

W chwili oddawania do druku bieżącego wydania Informatora kończy się piąty rok pracy nad projektem nazwanym: „Wdrożenie ram kwalifikacji zawodowych w sporcie". W latach 2015 i 2016 uczestniczyłem w pracach zespołu opracowującego Sektorową Ramę Kwalifikacji w Sporcie (SRKS). Została ona przyjęta i zatwierdzona przez Ministra Sportu i jego rozporządzeniem zatwierdzona jako wzorzec opisywania kwalifikacji zawodowych Instruktora Sportu.

W 2016 roku PZN oraz SITN i SITS przystąpiły do opisu kwalifikacji zawodowych instruktorów i trenerów sportów śnieżnych. Eksperckie zespoły robocze SITN wspólnie z ekspertami z IBE opracowały opisy kwalifikacji trzech poziomów zawodowych instruktorów narciarstwa alpejskiego i SITN zarejestrowało w 2018 roku w ówczesnym Ministerstwie Sportu zgłoszenia 3 takich kwalifikacji wraz z wnioskiem o przyznanie SITN funkcji **Państwowej Instytucji Certyfikującej**.

Oznaczało to, że SITN wie (najlepiej w Polsce), jakie są wymagania kwalifikacyjne instruktorów narciarstwa, czyli – co muszą wiedzieć, co muszą potrafić oraz jak swą wiedzę i umiejętności wykorzystywać bezpiecznie z uczniami (kompetencje społeczne).

Wyłącznie z powodu rządowych przetasowań i reorganizacji od 3 lat nic się z wnioskami SITN (ale także z dziesiątkami innych wniosków) nie działo, a Minister ich nie zatwierdzał i nie ogłaszał. Ale niedawno – podobnie jak SITS – uczestniczyliśmy w przedostatnim etapie kontrolowania jakości złożonych przez nas opisów kwalifikacji instruktorskich.

We wrześniu br. pierwsze dwa opisy kwalifikacji uzyskały formalne zatwierdzenie ich poziomów kwalifikacji oraz przyjęto ich treść. Czekamy na podpis Ministra i na obwieszczenie. Gdy oficjalnie wejdzie w życie konkretny opis kwalifikacji instruktorskiej, oznaczać to będzie koniec pewnej ery niepewności w Polsce. Od wielu lat publicznie w naszym kraju (czyli poza SITN) nie było wiadomo, co instruktor narciarski ma potrafić i jakie precyzyjnie musi mieć kompetencje. W 2015 roku ten obowiązkowy katalog umiejętności został nazwany ramą kwalifikacji.

Zgodnie z ustawą o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji z 2015 roku osoba, która pozytywnie przejdzie przez proces nazwany walidacją umiejętności zawodowych, będzie mogła otrzymać państwowy Certyfikat Kwalifikacji Zawodowej wydawany przez państwową instytucję certyfikującą. Mamy niepłonną nadzieję, że SITN nią wkrótce zostanie. Będzie to nowa, ale też formalna rola i funkcja SITN-u. Dla tych, którzy mają prawo jazdy, przedstawiam obrazową analogię – SITN będzie mianowany takim podmiotem jak WORD-y, tylko że na razie jedynym PORS-em na całą Polskę (sic!).

Wydawany przez SITN certyfikat będzie potwierdzał, że instruktor posiada rynkowe kwalifikacje zawodowe w zakresie np. „Nauczanie narciarstwa alpejskiego na poziomie rekreacyjnym ze szczególnym uwzględnieniem dzieci" (PRK 4). A oficjalna nazwa skrócona dla osoby posiadającej tę kwalifikację będzie brzmiała: Instruktor Narciarstwa Rekreacyjnego (PRK 4) i będzie podlegała ochronie jako tytuł zawodowy, a naruszy prawo osoba, która bez uzyskania certyfikatu będzie tego tytułu używała.

Autorski komentarz do obecnej sytuacji – nie zdążymy w bieżącym sezonie wdrożyć procesów walidacji i certyfikacji. Ale od daty ogłoszenia – przyjęcia przez Rząd Polski (właściwego ministra) danej kwalifikacji i wpisania jej do państwowego, zintegrowanego rejestru kwalifikacji zawodowych, przez następne trzy lata SITN będzie prowadził procedury konwertowania naszych instruktorskich legitymacji związkowych w państwowe certyfikaty. Mam nadzieję, że Zarządy SITN (obecny i przyszły) zastosują przy tym w możliwie najszerszym zakresie zasadę ochrony praw nabytych.

Może nie dla wszystkich – a w szczególności dla tych, którzy weszli na instruktorską ścieżkę po tzw. deregulacji zawodów w sporcie – nie jest jasne czym jest planowana certyfikacja dla SITN. Jest ona uzgodnionym z państwem polskim scenariuszem zapewnienia wyższego poczucia bezpieczeństwa nauczania sportów śnieżnych. Komu certyfikacja ma zapewnić to poczucie bezpieczeństwa? Przede wszystkim naszym klientom=podopiecznym, a zaraz potem pracodawcom (takim jak szkoły narciarskie, kluby, tour operatorzy), którzy na podstawie certyfikatu uzyskują pewność, że zatrudniany nauczyciel narciarstwa jest zweryfikowanym przez państwową komisję według sformalizowanego scenariusza, prawdziwym profesjonalistą w nauczaniu! Przecież ma atest!

Do uzgodnionych z państwem wymagań kwalifikacyjnych (PRK 4,5,6) trzeba będzie dopasować programy edukacji zawodowej instruktorów (wytyczne szkolenia).

Na koniec bardzo dziękuję za owocną współpracę kol. dr. **Piotrowi Kunyszowi**, który reprezentował sporty śnieżne w Polskiej Radzie ds. Kwalifikacji w Sporcie, a swoje spojrzenie na obecną sytuację przedstawił również w tym Informatorze. Warto przeczytać!

Ludwik Żukowski
Przewodniczący
Komisji Prawnej SITN PZN

WWW.ZIMNOZIMNO.PL

SITN PZN organizacją tworzoną przez ludzi dla ludzi

Każdy członek Stowarzyszenia ma prawo (a może i nawet powinność) działać na rzecz naszej społeczności, choć ogólny odbiór podziału ról raczej wskazuje na postrzeganie osób wybranych do ciał statutowych jako te, które mają wnieść swoją pracą wartość dodaną dla organizacji, a osoby ich wybierające jako te, które będą wybranych rozliczać z udzielonego na 4 lata kredytu zaufania. Osobiście nie dziwi mnie powszechność takiej perspektywy, mimo że nie odzwierciedla ona tego, na czym Stowarzyszenie najmocniej stoi, tj. na potencjale ludzi je tworzących (i nie mam tu na myśli tychże wybrańców, którzy za rok usiądą na gorących krzesłach).

2 lata temu na lodowcu Stubai koordynowałem największy w historii SITN PZN kurs lawinowo-skiturowy, w którym równolegle brało udział 6 grup szkoleniowych. Zdobyte tam doświadczenie zapisało się w mojej pamięci z dwóch względów: sposobności do poznania w jednym czasie tylu ambitnie sięgających po najwyższe kwalifikacje instruktorów i trenerów, oraz ze względu na możliwość prowadzenia dyskusji z sześcioma czołowymi specjalistami od bezpieczeństwa i narciarstwa pozatrasowego przy jednym stole (z **Adamem** i **Jędrkiem Maraskami**, **Grześkiem Dendysem**, **Bartkiem Gąsienicą-Józkowym**, **Wojtkiem Karpielem** i **Przemkiem Pawlikowskim**). Tekst ten piszę motywowany pierwszym z wymienionych powodów.

Atmosfera kursów specjalistycznych szybko scala grupę i pozytywnie przyspiesza poznawanie się uczestników. Wśród wielu wieczornych rozmów miałem sposobność usłyszeć o indywidualnych motywacjach do podnoszenia kwalifikacji obecnych na zgrupowaniu, ale też porozmawiać z nimi o tym, dokąd zmierzamy razem – jako organizacja zawodowa. Bezpośredni kontakt jest nie do przecenienia: sprzyja jeszcze lepszemu przyswajaniu wiedzy i umiejętności, ale i zawiązywaniu się przyjaźni. Taką instruktorską paczkę przyjaciół „po puchu" stworzyli: **Ola Dyras-Janaszek**, **Magdalena Piotrowska**, **Damian Janik**, **Tomek Milewski** i **Karol Strzyż**. I nie dość, że na miejscu dali z siebie wiele, to jeszcze zdeklarowali się do wspierania działań rozwojowych SITN. Co wynikło z tej deklaracji? Jak dotąd nowy wzór karty zawodowej Instruktora Zawodowego PZN (patrz: wewnętrzna tylna okładka Informatora na sezon 2020/2021) i nowe trademarki SITN PZN prezentowane obok, które trafiły na kurtki Komisji Egzaminacyjnej Stowarzyszenia. Ta piątka jest żywym dowodem na to, ile małe grono członków może zaoferować całej społeczności Stowarzyszenia.

Drodzy, bardzo Wam dziękuję i śmiem prosić o więcej!

Wojtek Woźnica
Wiceprezes SITN PZN ds. Rozwoju

Na zdjęciach Instruktorzy Zawodowi PZN (ISIA) (od lewej): Ola Dyras-Janaszek, Tomek Milewski, Magdalena Piotrowska, Karol Strzyż i Damian Janik.

SITN SPORT TRADYCJA PROFESJONALIZM

PEWNY START DO NARTY

Łączą nas:

#SPORT. Wspólne przeżycia towarzyszące uprawianiu narciarstwa i bliskość przyrody są tym, co tak silnie scala nasze środowisko i czym tak chętnie się dzielimy ucząc i trenując innych.

#TRADYCJA ponad 30 lat budowania zrębu autonomicznego samorządu zawodowego oraz ponad 100 lat formowania się społeczności profesjonalistów.

#PROFESJONALIZM kształtowany na ścieżce uznawanej w Europie i na świecie, a rozwój kariery wspierany jest poprzez rozwiązania przyświecające idei uczenia się przez całe życie (lifelong learning).

Pomysł: **Ola Dyras-Janaszek**, **Magdalena Piotrowska**, **Damian Janik**, **Tomek Milewski**, **Karol Strzyż**, **Wojtek Woźnica**
Koncepcja graficzna i wykonanie: **Michał Kosek**

Profesjonalizm instruktorów i trenerów certyfikowanych przez SITN PZN jest gwarantem bezpiecznego i efektywnego rozpoczęcia przygody z narciarstwem.

#PewnyStartDoNart z **#SITNPZN** jest również polskim rozszerzeniem wezwania towarzyszącego akcji Międzynarodowej Federacji Narciarskiej **#WorldSnowDay**:

FIS SnowKidz – Bring Children to the Snow

Pomysł: **Ola Dyras-Janaszek**, **Magdalena Piotrowska**, **Damian Janik**, **Tomek Milewski**, **Karol Strzyż**, **Wojtek Woźnica**
Koncepcja graficzna i wykonanie: **Michał Kosek**

EPIDEMIA NA STOKACH NARCIARSKICH

Czyli kronika prawna ubiegłego sezonu i 2020 roku

Do marca 2020 roku instruktorzy narciarscy martwili się tylko, jak zapewnić bezpieczne i przyjemne lekcje i wycieczki obawiając się o pogodę, o tłok na stokach, o stan psychofizyczny swych podopiecznych i stan ich sprzętu…

W 2020 roku okazało się, że na stoki narciarskie dotarł Wirus SARS-Cov-2… I martwić się trzeba czy w ogóle wolno jeździć na nartach po stokach narciarskich…

Już marcu 2020 roku zagrożenie epidemią było tak duże, że władze SITN jeszcze bez ustawowej ingerencji państwa w zorganizowane tereny narciarskie, postanowiły jednogłośnie zmniejszyć ryzyko proliferacji wirusa wśród instruktorów i ich rodzin odwołując wszystkie centralne imprezy szkoleniowe oraz 60 MPI.

Wszyscy latem ubiegłego roku zastanawialiśmy się, jaki będzie ten następny sezon kończący się w 2021 roku… I doczekaliśmy się rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 26.XI.2020, które wprowadziło szereg zakazów, nakazów i ograniczeń w związku z ogłoszeniem stanu epidemii, ale na tylko na miesiąc czyli do następnego rozporządzenia ogłoszonego 21 grudnia, które z kolei obowiązywało do 17 stycznia, gdy ogłoszono kolejne ograniczenia. Radość z nieograniczenia ruchu na wyciągach na zorganizowanych stokach narciarskich była krótka i trwała tylko do Świąt Bożego Narodzenia. Już w drugim (grudniowym) rozporządzeniu wprowadzono zakazy działalności wyciągów nie będących kolejami i ratraków z dopuszczeniem jednak prowadzenia „zajęć sportowych przez dzieci i młodzież uczestniczącą we współzawodnictwie sportowym". Powtórzono te reguły w rozporządzeniu obowiązującym od połowy stycznia. Spowodowało to niezwykle powszechne przekształcanie się szkółek w kluby sportowe, które obecnie uczestniczą ze swymi licencjonowanymi od 4 roku życia zawodnikami we współzawodnictwie prowadzonym przez Polski Związek Narciarski. Polak potrafi… W ciągu dwóch miesięcy w narciarstwie alpejskim PZN wydał tyle licencji, ile wydawał przez 10 lat…

Szkolenia prowadzone dla uzyskiwania kwalifikacji instruktorskich nie zostały wyłączone czytelnie spod zakazów i mimo, że sposób ich wprowadzenia wzbudzał wątpliwości SITN i mimo, że od stycznia Zarząd współdziałał ze wszystkimi podmiotami i organizacjami, które walczyły o otwarcie stoków i sam występował do Ministra Zdrowia w zakresie przywrócenia możliwości szkolenia kadrowego, to w efekcie SITN nie poprowadził stacjonarnych szkoleń zawodowych w omawianych okresach.

Ale instruktorzy prowadzący swe szkolenia z dziećmi i dorosłymi mieli lepiej, bowiem nie został nadal czytelnie wprowadzony **zakaz prowadzenia działalności w ujętej w pozycji PKD (Polskiej Klasyfikacji Działalności) 85.51Z** więc generalnie: **świadczenie dużej części tych usług, które świadczą instruktorzy narciarscy, nie zostało ograniczone czyli mogli oni na pewno np. prowadzić wyprawy skitourowe lub nauczać techniki narciarskiej poza zorganizowanymi terenami narciarskimi, jeśli robili to w formie zinstytucjonalizowanej (jako przedsiębiorca, a nie wolny ptak), bo broniło ich ujęcie szkolenia w pozycji PKD wpisanej w ich rejestrze w CEIDG.**

Problemem, którego doświadczaliśmy jako instruktorzy, jest to, że zorganizowane tereny narciarskie (ZTN) są podstawowym terenem (95%) naszej pracy. Ale w sytuacji, w której operator takiego terenu (stoku) uzyskał opinię prawną, że działa legalnie i rozpoczął działalność wyciągową, to nasi organizatorzy kursów mogli prowadzić legalnie zajęcia na takim terenie.

Rolę SITN-u rozumiem w czasie pandemii następująco:

a/ z uwagi na wiodącą rolę SITN w Polsce (wg UOKiK: „ogólnopolskiego regulatora rynku usług nauczania narciarstwa") nie rekomendujemy instruktorom prowadzenia zajęć na stoku, który jest oznaczony jako zorganizowany teren narciarski (ZTN), gdy nie ma obsługi (ratraków, wyciągów, GOPR-u) zapewniającej bezpieczeństwo zajęć, więc nie zadziała polisa ubezpieczeniowa OC.

b/ w takich warunkach SITN nie prowadzi centralnych zajęć edukacyjnych.

c/ rekomenduje lokalnym LSN, że jeśli dostaną oficjalną informację od operatora ZTN, że wznowił działalność i prowadzi ją zgodnie z ustawą o bezpieczeństwie w górach, to dopiero wtedy można szkolić!

Czekajmy cierpliwie na sezon 2021/2022 – mamy już naukowo potwierdzoną wiedzę, że wirus na stoku przy stosowaniu zasad 3D nie jest w stanie zaatakować.

adw. Ludwik Żukowski
Przew. Kom. Prawnej SITN PZN

Ludwik Żukowski

– Instruktor Wykładowca PZN, były Prezes SITN PZN, przewodniczący Komisji Prawnej, adwokat, przewodniczący Komisji Prawa Sportowego Okręgowej Rady Adwokackiej w Warszawie, arbiter w Trybunale Arbitrażowym ds. Sportu przy PKOl

ZAPRASZAMY

NA WORLD SNOW DAY 2022!

FIS World Snow Day

DZIAŁAMY WSPÓLNIE W NIEDZIELĘ 16 STYCZNIA 2022

Podsumowanie sezonu szkoleniowego 2020/2021

Ze względu na ograniczenia wynikające z pandemii koronawirusa w sezonie 2020/2021 nie odbył się szereg zaplanowanych imprez, w tym konferencje IWiA oraz kierowników LSN, a także 60 Mistrzostwa Polski Instruktorów PZN. Udało się jednak zorganizować część kursów z zachowaniem szczególnych środków ostrożności.

UNIFIKACJE

W minionym sezonie przeprowadzono 5 unifikacji, które zostały zorganizowane w Szczyrku, Kluszkowcach, Białce Tatrzańskiej i Zieleńcu. Łącznie w unifikacjach wzięło udział 268 instruktorów.

W sezonie 2020/2021 zorganizowano również jedną unifikację dla Instruktorów Zawodowych, którą przeprowadzono w Kluszkowcach – uczestniczyło w niej 30 instruktorów.

Oto uczestnicy unifikacji ISIA:

1. Agnieszka BASEL
2. Gabriel BORO
3. Mariusz BOROWIK
4. Anna CYGAŃCZUK
5. Ryszard CYGAŃCZUK
6. Piotr DĄBROWSKI
7. Czesław DĄBROWSKI
8. Dominika GRODZICKA
9. Radosław GRONUŚ
10. Agnieszka HADY
11. Arkadiusz HELLER
12. Irena HOŁOZUBIEC
13. Jadwiga KAMIŃSKA
14. Krzysztof KAŹMIERCZAK
15. Mateusz KWIATKOWSKI
16. Grzegorz LACH
17. Jolanta MAJLERT
18. Karolina MALECKA
19. Mateusz MĄCZYŃSKI
20. Alina OMBACH-GARGUL
21. Artur PAJĄK
22. Paulina PINKAS-MATUSZEWSKA
23. Natalia PRUSKA
24. Mariusz ROMECKI
25. Maciej SAWICKI
26. Paweł SURMACZ
27. Witold SZKÓŁKA
28. Ryszard ŚCIESZKA
29. Marcin WOLSKI
30. Kamil WITOR

Grudniowa unifikacja w Szczyrku

CENTRALNY KURS INSTRUKTORSKI

W sezonie 2020/2021 odbyła się jedna część sportowo-techniczna, która zorganizowana była w Zakopanem. Udało się również przeprowadzić dwie części metodyczne, które przeprowadzone zostały w Białce Tatrzańskiej i Zakopanem.

Oto nasi nowi Instruktorzy PZN:
1. Natalia ANTOLAK
2. Tomasz BAZAN
3. Mikołaj BŁEŃSKI
4. Cezary BORKOWICZ
5. Michał BORUCH

Uczestnicy Centralnego Kursu Instruktorskiego – część metodyczna, grudzień 2020

6. Bartosz CIEMNIEWSKI
7. Anna CIEŚLAR
8. Alan CUPER
9. Wadim CZAJA
10. Jakub DALKE
11. Paweł FILIPEK
12. Tomasz GÓRA
13. Maria GRZĄDKOWSKA
14. Michał HUPSCH
15. Michał JAŚKIEWICZ
16. Agnieszka JEZIERSKA-KRUPA
17. Igor JURCZYK
18. Arnold KALITA
19. Maciej KONIEWSKI
20. Jerzy KORNAŚ
21. Marianna KUBSIK
22. Mateusz KUŚMIERCZYK
23. Dominika ŁABNO
24. Olga MAGDZIARZ
25. Michał MAGIERA
26. Agnieszka MAJCHEREK
27. Dariusz MICHALIK
28. Ewa MILEWSKA
29. Wiktor MOTYKA

Przed egzaminem na CKI – część sportowo-techniczna, Zakopane, Harenda 07.03.2021

30. Tomasz MUCHA
31. Marcin OŁTUSZCZYK
32. Mikołaj PACEWICZ
33. Bartłomiej PĘDZIWIATR
34. Jacek PĘŚKO
35. Emila PIC
36. Ireneusz PŁACZEK
37. Marcin POSIAK
38. Maciej REGIEL
39. Jakub REJNO
40. Izabela RUSZEL
41. Iwona SARNA
42. Jacek SARZYŃSKI
43. Grzegorz SŁOWIK
44. Maciej SOWIŃSKI
45. Rafał SPYCHALSKI
46. Agata STANIECZKO
47. Agnieszka STANISŁAWSKA
48. Maciej SZARAPO
49. Olga SZYJKA
50. Sebastian ŚWIERCZEK
51. Ireneusz TARASEWICZ
52. Antonina TATAJ
53. Katarzyna TOKARZ
54. Wojciech WARDZIAK
55. Natalia WÓJTOWICZ
56. Jan ZAKRZEWSKI
57. Mariusz ZALEWSKI

58. Rafał ZIARKOWSKI
59. Marcin ZIĘBA
60. Przemysław ZWARDOŃ
61. Katarzyna ŻMUDA
62. Natalia ŻYWICKA
63. Dominika ARNOLD
64. Dominika BIEGUN
65. Karol BRANDT
66. Marek BULWICKI
67. Małgorzata CHMIELEWSKA
68. Bartłomiej DROZD
69. Agnieszka FRIEBE
70. Wojciech GIBAS
71. Grzegorz GÓRSKI
72. Zuzanna IGNAR
73. Bartłomiej JANKOWIAK
74. Piotr JAWOROWICZ
75. Aneta JODŁOWSKA
76. Tomasz KACZMARZYK
77. Maciej KIELICH
78. Julia KOMOROWSKA
79. Grzegorz KOWALSKI
80. Michalina KRYGIER
81. Marcin KRZYŻOWSKI
82. Michał KUKLA
83. Bartłomiej KUŁACH
84. Tomasz KUROWSKI
85. Artur MOŁCZANOWSKI
86. Agnieszka NOWAK
87. Sebastian PAŃSZCZYK
88. Dorota PATER
89. Marceli PYCHYŃSKI
90. Anna RAJCA
91. Weronika SOBAŚ
92. Marcin SOBCZAK
93. Marcin STRYJECKI
94. Dawid SULKA
95. Hanna SZCZERBIK
96. Adam WÓJCIK
97. Norbert WRÓBEL
98. Zuzanna ZAJĄC
99. Kamil ZDEB
100. Marcin ZDEBIK
101. Emil ŻAK

Nowi Instruktorzy PZN – absolwenci kursu AWF Katowice:

1. Martyna KAŁUŻA
2. Aleksandra SZYDŁO
3. Kaja SOŁEK
4. Maciej PINDEL
5. Grażyna ZYGMUNT
6. Emila NAWARA
7. Dominika SANETRA
8. Paweł PYJAS
9. Filip ATLAS
10. Julia PŁONKA
11. Szczepan SZEWCZYK

INSTRUKTOR MIĘDZYNARODOWY AMATOR (IVSI)

Od stycznia 2010r. Międzynarodowe Stowarzyszenie Instruktorów Amatorów (IVSI) wprowadziło obowiązkową legitymację instruktora IVSI w formie plastikowej karty. W sezonie 2020/2021 zostało wystawionych na nowe 21 legitymacji, a znaczki IVSI 2021 (prolongata) wykupiło 121 instruktorów (do 30.06.2021).

INSTRUKTOR ZAWODOWY (ISIA)

W sezonie 2020/2021 po spełnieniu odpowiednich wymagań – legitymację instruktora zawodowego (ISIA) otrzymali:

1. Alicja BUJAŁA
2. Anna NOWAK
3. Jakub ZIELIŃSKI
4. Kamil WITOR
5. Michał DENDYS
6. Jerzy HABDAS
7. Szymon CHMIELEWSKI
8. Mariusz BARAN
9. Kinga CHOWANIEC
10. Paulina PINKAS MATUSZEWSKA
11. Jan KOZYRA
12. Jacek KARASIŃSKI
13. Małgorzata CYMBOR
14. Daniel PUCHALSKI
15. Dominik DENDYS
16. Maciej SINCZAK
17. Maciej KOŁODZIEJCZYK
18. Daniel KUJAWIAK
19. Bartłomiej TRZEBUNIA
20. Zuzanna MAŁYSA
21. Przemysław KWARTA
22. Jakub WALISZEWSKI
23. Rafał SIONEK
24. Kamil DZIEMBA
25. Matylda LEŚNIAK
26. Damian TOKARCZYK
27. Mariusz GARWACKI
28. Rafał DIANZENZA
29. Adam GARGUL
30. Krzysztof SOLAK
31. Marcin GRABCZYŃSKI
32. Szymon SŁOMA
33. Juliusz PAKUŁA
34. Łukasz GUŃKA
35. Jacek KLESZYK
36. Krzysztof TRACZYK
37. Robert PIC
38. Rafał RADŁOWSKI
39. Maciej RYSIEWICZ
40. Joanna WOLFART-PIECH
41. Michał ŁAZARCZYK
42. Aleksandra ZIMNY
43. Wojciech KONARSKI
44. Ryszard SOBIŁO
45. Sabina SOBOLEWSKA
46. Martin BEDNAREK
47. Kinga KLAŚ PUPAR
48. Rafał SPYCHALSKI
49. Jacek BERBEKA
50. Michał KUBICA
51. Paweł KUBICA
52. Maria BIŁKO
53. Marta TOMCZYK
54. Dagmara KRZYŻYŃSKA
55. Bartłomiej GOSTYŃSKI
56. Marta BEREZIK
57. Agnieszka WOJTYNA
58. Jarosław PIECHOTA
59. Sylwia LOLEY
60. Paweł LECH
61. Joanna KOHUT
62. Piotr ŚNIGÓRSKI

KURS NA STOPIEŃ INSTRUKTORA BIEGÓW PZN

W minionym sezonie zorganizowano dwa kursy na stopień Instruktora Biegów PZN. Szkolenia z zakresu narciarstwa biegowego zostały przeprowadzone w następujących terminach:
21–28.02.2021 r. Klikuszowa
07–14.03.2021 r. Kościelisko, Zakopane
Kierownikiem wyszkolenia tych kursów były IW **Maria Nędza** i IW **Katarzyna Maciążek**.

Stopień Instruktora Biegów PZN otrzymali:
1. Maria BIŁKO
2. Kinga KLAŚ-PUPAR
3. Aleksander STYRNA
4. Sebastian SZAROWICZ
5. Andrzej GUZIŃSKI
6. Adam CIEŚLAR
7. Szymon ZUBEK
8. Tomasz ANDREASIK
9. Aleksandra CIEPIELA
10. Maciej DUBAJ
11. Tomasz GĄSIENICA-ROJ
12. Maciej HARASYM
13. Tomasz KOPROWSKI
14. Renata KRÓL
15. Jakub OGORZAŁEK
16. Łukasz OSTAFIN
17. Iwona PIEKARZ
18. Tadeusz STOPKA
19. Kamila WANTULOK
20. Sławomir WANTULOK
21. Monika WYSZYŃSKA
22. Wojciech FIC
23. Dominik URBANIAK

KURS BIEGOWY ŻOŁNIERZY ZAWODOWYCH

W sezonie 2020/2021 po raz pierwszy został zorganizowany kurs biegowy dla żołnierzy Wojska Polskiego. Szkolenie odbyło się w terminie 19–26.03.2021 w Zakopanem. Do kursu przystąpiło 19 żołnierzy, w tym Instruktorem Biegów PZN zostało 6 osób, a Pomocnikiem Instruktora Biegów PZN 9 osób, kursu nie zaliczyły 4 osoby.

Stopień Instruktora Biegów PZN otrzymali:
1. Mariusz BRYŁKA
2. Roman KOSELSKI
3. Bartłomiej STANIK
4. Wojciech SZCZYBELSKI
5. Justyna TOMALA
6. Rafał WALICKI

KURS LAWINOWY

W sezonie 2020/2021 zorganizowano pięć kursów lawinowych w następujących terminach:
01-03.03.2021 r. – Zakopane
07-09.03.2021 r. – Dolina Chochołowska
14-16.03.2021 r. – Hala Miziowa
19-21.04.2021 r. – Zakopane
27-29.04.2021 r. – Zakopane

Kursy poprowadzili:
- międzynarodowy przewodnik wysokogórski IVBV, ratownik TOPR – IW **Adam Marasek**
- przewodnik tatrzański II klasy, instruktor narciarstwa wysokogórskiego PZA, ratownik TOPR – IW **Andrzej Marasek**
- ratownik TOPR, przewodnik tatrzański III klasy, instruktor narciarstwa wysokogórskiego PZA – IW **Bartłomiej Gąsienica-Józkowy**
- przewodniczący Komisji Instruktorów Zawodowych ISIA, przewodniczący Podkomisji Freeride`u – IW **Grzegorz Dendys**
- Instruktor PZN – **Wojciech Karpiel**
- ratownik TOPR, przewodnik tatrzański, instruktor taternictwa – **Przemysław Pawlikowski**
- ratownik GOPR – Łukasz Twardowski

Kurs zaliczyło 60 instruktorów PZN:
1. Rafał DIANZENZA
2. Joanna KOHUT
3. Przemysław KWARTA
4. Paweł LECH
5. Matylda LEŚNIAK
6. Mikołaj PACKIEWICZ
7. Krzysztof SOLAK
8. Damian TOKARCZYK
9. Jakub WALISZEWSKI
10. Agnieszka ZIEMSKA
11. Aleksandra ZIMNY
12. Piotr ŚNIGÓRSKI
13. Łukasz BOJANOWSKI
14. Adam GARGUL
15. Bartłomiej GOSTYŃSKI
16. Marcin GRABCZYŃSKI
17. Marek KAPITAŃSKI
18. Tomasz KSENIAK
19. Sylwia LOLEY
20. Michał ŁAZARCZYK
21. Piotr MAZURKIEWICZ
22. Agnieszka NOWAKOWSKA
23. Filip OWCZAREK
24. Sabina SOBOLEWSKA
25. Klara ŻERDZICKA
26. Maria BIŁKO
27. Michał WYKROTA
28. Ewa MILEWSKA
29. Dariusz MICHALIK
30. Jacek KLESZYK
31. Wojciech STANEK
32. Piotr WILK
33. Przemysław MOCEK
34. Jakub PINDYCKI
35. Joanna WOLFART-PIECH
36. Kinga KLAŚ-PUPAR
37. Mateusz FAJFER
38. Jacek BERBEKA
39. Marta BEREZIK
40. Michał BORUCH
41. Michał CEJER
42. Wojciech GIBAS
43. Mateusz HABRAT
44. Piotr JAWOROWICZ
45. Bartłomiej JUREK
46. Dagmara KRZYŻYŃSKA
47. Małgorzata MORAWSKA
48. Rafał SPYCHALSKI
49. Marta TOMCZYK
50. Antoni DULCZEWSKI
51. Kacper PALA
52. Jarosław PIECHOTA
53. Tadeusz SKOWROŃSKI
54. Sylwester KULIŃSKI
55. Mariusz PROCNER
56. Aneta JODŁOWSKA
57. Paweł KUBICA
58. Michał KUBICA
59. Justyna TOMCZYK
60. Jadwiga GOŁDA

KURS SKI-TOUROWY

W minionym sezonie zostały przeprowadzone 4 kursy ski-tourowe – w terminach:
04-08.03.2021 r. – Zakopane
17-21.03.2021 r. – Hala Miziowa
22-26.04.2021 r. – Zakopane
30.04.-03.05.2021 r. – Zakopane

Kursy poprowadzili:
- międzynarodowy przewodnik wysokogórski IVBV, ratownik TOPR – IW **Adam Marasek,**
- przewodnik tatrzański II klasy, instruktor narciarstwa wysokogórskiego PZA, ratownik TOPR – IW **Andrzej Marasek**
- przewodniczący Komisji Instruktorów Zawodowych ISIA, przewodniczący Podkomisji Freeride`u – IW **Grzegorz Dendys,**
- Instruktor PZN – **Wojciech Karpiel**,
- przewodnik tatrzański, instruktor taternictwa – **Przemysław Pawlikowski**

Kurs zaliczyło 56 Instruktorów i Trenerów PZN:
1. Damian TOKARCZYK
2. Rafał DIANZENZA
3. Przemysław KWARTA
4. Paweł LECH
5. Matylda LEŚNIAK
6. Jakub WALISZEWSKI
7. Agnieszka ZIEMSKA
8. Aleksandra ZIMNY
9. Maria BIŁKO
10. Łukasz BOJANOWSKI
11. Mateusz FAJFER
12. Marcin GRABCZYŃSKI
13. Kinga KLAŚ-PUPAR
14. Wojciech KONARSKI
15. Dariusz MICHALIK
16. Ewa MILEWSKA
17. Robert PIC
18. Jakub PINDYCKI
19. Sabina SOBOLEWSKA
20. Piotr WILK

21. Joanna WOLFART-PIECH
22. Michał WYKROTA
23. Krzysztof TRACZYK
24. Joanna KOHUT
25. Przemysław MOCEK
26. Piotr ŚNIGÓRSKI
27. Martin BEDNAREK
28. Jacek BERBEKA
29. Marta BEREZIK
30. Michał BORUCH
31. Michał CEJER
32. Antoni DULCZEWSKI
33. Bartłomiej GOSTYŃSKI
34. Mateusz HABRAT
35. Piotr JAWOROWICZ
36. Bartłomiej JUREK
37. Małgorzata KLEPACKA-ADAMUS
38. Dagmara KRZYŻYŃSKA
39. Sylwester KULIŃSKI
40. Piotr MAZURKIEWICZ
41. Małgorzata MORAWSKA
42. Sebastian NOGAŚ
43. Filip OWCZAREK
44. Kacper PALA
45. Jarosław PIECHOTA
46. Mariusz PROCNER
47. Tadeusz SKOWROŃSKI
48. Rafał SPYCHALSKI
49. Marta TOMCZYK
50. Agnieszka WOJTYNA
51. Aneta JODŁOWSKA
52. Paweł KUBICA
53. Michał KUBICA
54. Sylwia LOLEY
55. Justyna TOMCZYK
56. Karolina KLIMEK

SYSTEM SZKOLENIA I CERTYFIKACJI INSTRUKTORSKIEJ DLA NARCIARSTWA ZJAZDOWEGO

SYSTEM SKŁADA SIĘ Z SZEŚCIU ETAPÓW – OD „WSTĘPNEGO" DO „5". DWA PIERWSZE REALIZOWANE SĄ W LICENCJONOWANYCH SZKOŁACH NARCIARSTWA (LICENCJA A+B). CZTERY KOLEJNE REALIZOWANE SĄ CENTRALNIE PRZEZ SITN.

Etap ten jest przeznaczony dla osób zainteresowanych przyszłą pracą jako instruktor sportów śnieżnych. Po ukończeniu kursów i zdaniu egzaminu wewnętrznego nie uzyskuje się prawa do nauczania narciarstwa. Ten etap szkolenia nie jest obligatoryjny. Istnieją dwa typy kursów – jeden przeznaczony dla dzieci i młodzieży (12–16 lat), tj. kurs na stopień **Demonstratora Szkolnego PZN**, drugi dla starszej młodzieży (powyżej 16 r.ż.) i dorosłych – **kurs kwalifikacyjny**. Wiek liczony jest rocznikowo.

Rozpoczęcie tego etapu kształcenia wymaga zaliczenia testu sprawnościowego – slalomu giganta (podczas Zawodów Regionalnych). **Osoby, które zaliczyły etap „wstępny" mają obowiązek zaliczyć Zawody Regionalne na co najmniej 6 punktów w skali 10-punktowej. Natomiast osoby rozpoczynające naukę na etapie „1" bez wcześniejszego zaliczenia egzaminów na etapie „wstępnym", muszą zdobyć na Zawodach Regionalnych co najmniej 8 punktów**.

Należy mieć ukończone 16 lat w roku, w którym odbywa się I część kursu na stopień Pomocnika Instruktora PZN i 17 lat w przypadku II części kursu.

Kurs Pomocnika Instruktora PZN

Nauka przebiega w dwóch częściach 6-dniowych. Pierwsza część jest kursem technicznym, druga – metodyczno-sportowym. Po każdej części kursu szkoła przeprowadza egzamin wewnętrzny.

Ostateczne zaliczenie tego etapu szkolenia wymaga zdania **Egzaminu Regionalnego** przed Komisją Egzaminacyjną SITN. Podczas egzaminu ocenie podlegają: czas przejazdu slalomu, jazda techniczna oraz instruowanie.

Po zdaniu egzaminu zostaje się członkiem Stowarzyszenia, otrzymuje się legitymację PI PZN i można rozpocząć pracę w licencjonowanych szkołach narciarstwa. Zatrudnianie osób niepełnoletnich musi się odbywać w zgodzie kodeksem pracy i kodeksem cywilnym.

Pomocnik Instruktora PZN może prowadzić lekcje narciarskie pod nadzorem instruktora w licencjonowanej szkole narciarskiej. **Pomocnik Instruktora PZN** jest zobowiązany, tak jak każdy Instruktor PZN, do unifikacji stopnia co trzy lata.

Pomocnicy Instruktora PZN, którzy osiągną **pełnoletniość** i odbędą w szkołach licencjonowanych co najmniej 7-dniowy **staż** potwierdzony wpisem do indeksu sportów śnieżnych, mogą rozszerzyć swe kwalifikacje zawodowe poprzez udział i pozytywne zaliczenie **Centralnego Kursu Instruktora SITN**. Spełniając wszystkie powyższe warunki otrzymuje się stopień Instruktora SITN. Legitymacja potwierdzająca ten fakt, a wydawana przez Biuro SITN, zezwala na pracę w licencjonowanych szkołach narciarskich.

Instruktor SITN jest zobowiązany do unifikacji stopnia co trzy lata.

Kurs Instruktora PZN

„Do Centralnego Kursu Instruktora PZN mogą przystąpić mający ważne przeszkolenie wszyscy Pomocnicy Instruktora PZN (z potwierdzonym w indeksie sportów śnieżnych min.14-dniowym stażem w LSN), oraz wszyscy Instruktorzy SITN (z potwierdzonym w indeksie sportów śnieżnych min. 7-dniowym stażem w LSN).

Nauka przebiega w trzech częściach: I. teoretycznej, II. techniczno-sportowej (7 dni), III. metodycznej (8-dni). Na zakończenie II i III części kursu odbywają się egzaminy przed Komisją Egzaminacyjną Stowarzyszenia.

Instruktor PZN jest zobowiązany do okresowej unifikacji co trzy lata. Instruktor PZN może wykupić legitymację IVSI – Międzynarodowego Stowarzyszenia Instruktorów Amatorów.

Uwaga! Od sezonu 2017/2018 obowiązuje ponownie **konieczność stażu** odbywanego w LSN przez Pomocników Instruktora PZN i Instruktorów SITN zapisujących się na Centralny Kurs Instruktorski. Staże powinny odbywać się pod bacznym nadzorem kierownika wyszkolenia szkoły, ale też przy jego pomocy i doradztwie. Odbycie stażu jest warunkiem koniecznym do zakwalifikowania się na CKI. Tego typu praktyka musi być potwierdzona przez kierownika LSN odpowiednim wpisem do indeksu sportów śnieżnych. Długość wymaganego stażu to min. 7 dni dla I SITN, oraz min. 14 dni dla PI PZN.

Uwaga! Wymóg posiadania stopnia Pomocnika Instruktora PZN lub Instruktora SITN przed pójściem na Centralny Kurs Instruktorski **nie dotyczy: zawodników posiadających I lub mistrzowską klasę sportową**. Ważność I klasy sportowej wynosi 3 lata, a klasy mistrzowskiej 5 lat (liczona od daty przyznanie jej przez PZN).

Czwarty etap szkolenia obejmuje zdobycie kwalifikacji **Instruktora Zawodowego PZN** [4.1], dających w drodze dalszego uzyskania

Procedura uzyskania stopnia Instruktora Wykładowcy PZN

Instruktor Wykładowca PZN – to Instruktor PZN, który z racji posiadanych kompetencji dydaktycznych, wysokich umiejętności technicznych jazdy na nartach oraz kompleksowej wiedzy z zakresu sportów śnieżnych, prowadzi szkolenia kadrowe, ucząc przyszłych instruktorów. Swoją postawą stanowi wzór do naśladowania. Instruktor Wykładowca jest stopniem funkcyjnym, osoba posiadająca ten stopień pracuje na rzecz Stowarzyszenia, realizując ustalone wytyczne szkoleniowe. Funkcja wykładowcy podlega weryfikacji i jest zależna od aktywności w działaniach statutowych SITN.

Minimum 5-letni okres posiadania stopnia Instruktora PZN i pracy w LSN

(opinia o kandydacie wystawiona przez kierownika wyszkolenia LSN)

↓

Wyniki uzyskiwane na MPI:
– minimum 8,5 pkt z GS
– minimum średnio 8,5 pkt ze wszystkich ocenianych ewolucji

(wyniki te uzyskiwane co najmniej 2 razy w ciągu 5 lat)

↓

Trzykrotne uczestnictwo (w okresie pięcioletnim) w sprawdzianach na współczynniki i osiąganie przeliczników minimum 0,90 w SL i GS

↓

Potwierdzenie umiejętności ustawiania SL i GS poprzez:
• zaliczenie kursu ustawiania slalomów

lub

• zaświadczenie kierownika wyszkolenia LSN

Po spełnieniu tych kryteriów i przedstawieniu stosownych zaświadczeń, zainteresowany może pisemnie aplikować o udział w jednodniowym egzaminie selekcyjnym, który organizowany będzie w Polsce na początku sezonu.

Egzamin selekcyjny

Egzamin selekcyjny uwzględnia następujące elementy:

- rozmowę, która pozwoli poznać motywy i plany kandydata związane z działalnością szkoleniową,
- ustawienie SL i/lub GS,
- prowadzenie zajęć narciarskich na stoku,
- przedstawienie prezentacji na temat uzgodniony (z minimum 3-tygodniowym wyprzedzeniem) z Przewodniczącym Komisji ds. asystentów.

Staż we wskazanej LSN

Po pozytywnej ocenie komisji egzaminującej (składającej się minimum z 2 członków komisji) kandydat zobowiązany jest do odbycia 6-dniowego stażu na kursach KK i PI w jednej z trzech LSN wskazanych przez przewodniczącego Komisji ds. Asystentów. Realizuje powierzone przez IW – opiekuna stażu zadania (prowadzi fragmenty zajęć zawsze w obecności IW). Kandydat realizuje staż na własny koszt. Po uzyskaniu pozytywnej oceny z zakresu przygotowania technicznego, merytorycznego oraz kompetencji dydaktycznych przez opiekuna stażu, kandydat uzyskuje status ASYSTENTA.

↓

Uczestnictwo w jednych warsztatach Komisji Egzaminacyjnej

↓

Staż na obu częściach Centralnego Kursu Instruktorskiego

W następnym etapie przystępuje do stażu kolejno na technicznej i metodycznej części CKI. Nie ponosi kosztów uczestnictwa, jednak nie pobiera wynagrodzenia. Każdorazowo zobowiązany jest przedstawić przynajmniej jeden wykład autorski na zadany z wyprzedzeniem przez kierownika kursu temat. Należy uzyskać pozytywną opinię opiekuna stażu.

Uzyskanie kwalifikacji Instruktora Zawodowego (PRK #6)

↓

Obrona przygotowanej wcześniej pracy asystenckiej

O przyznaniu stopnia funkcyjnego IW decyduje głosowanie członków Zarządu SITN. Negatywna opinia na temat przebiegu stażu obliguje kandydata do jego powtórzenia, zakłada się zmianę IW – opiekuna stażu. Dwukrotna negatywna ocena wyklucza udział w dalszej procedurze. Kandydat otrzymuje od prowadzącego staż IW pisemne uzasadnienie podjętej decyzji.

Procedura ubiegania się o stopień IW od momentu zdania egzaminu selekcyjnego do obrony pracy nie może trwać dłużej niż 3 lata, chyba że wyniknie to z przyczyn organizacyjnych (np. zbyt duża liczba asystentów i brak miejsca na CKI).

Osoby chcące rozpocząć procedurę uzyskiwania stopnia Instruktora Wykładowcy PZN i spełniające warunki wstępne, mogą składać swoje zgłoszenie drogą mailową do Biura SITN PZN w Krakowie – termin przyjmowania zgłoszeń do końca listopada 2021 roku!

UWAGA!

Wydłużone okresy ważności uzyskanych uprawnień na drodze do stopnia Instruktora PZN

Ze względu na pandemię koronawirusa i związane z nią zamknięcie stoków pod koniec sezonu 2019/2020 oraz większość sezonu 2020/2021, Zarząd SITN PZN postanowił **wydłużyć o jeden rok ważność uzyskanych wcześniej uprawnień na ścieżce dochodzenia do stopnia Instruktora PZN**.

Wydłużony zostaje okres:

1. Pomiędzy kursem kwalifikacyjnym a kursem Pomocnika Instruktora (wg Wytycznych Szkolenia 2 lata – wydłużamy do 3 lat)
2. Okres ważności wyniku na Zawodach Regionalnych (2 lata – wydłużamy do 3 lat)
3. Okres pomiędzy egzaminem kończącym II część kursu Pomocnika Instruktora PZN, a Egzaminem Regionalnym (2 lata – wydłużamy do 3 lat)
4. Okres, w którym należy zdać egzamin poprawkowy z niezaliczonej części techniczno-sportowej CKI (wg Wytycznych najpóźniej w następnym sezonie – wydłużamy do 2 sezonów).

Dodanie dodatkowego sezonu jest jednorazowe i wydłuża wymienione okresy osobom, które już znajdują się na ścieżce podwyższania swoich kompetencji, a nie zmieściły się w limitach czasowych określonych przez Wytyczne Szkolenia ze względu na zamknięcie stoków i odwoływanie szkoleń SITN PZN.

SZEROKIE KOMPENDIUM
WIEDZY O NARCIARSTWIE

TECHNIKA JAZDY
HISTORIA TECHNIK
NARCIARSKICH
NAUCZANIE DZIECI

STOWARZYSZENIE INSTRUKTORÓW I TRENERÓW NARCIARSTWA
SITN PZN

1919
PZN

PROGRAM NAUCZANIA NARCIARSTWA ZJAZDOWEGO
SITN PZN 2018

Do nabycia w Licencjonowanych Szkołach Narciarskich
i w Biurze SITN (w przypadku naszego Biura – również sprzedaż wysyłkowa)

reakcji wręcz chamskich) wyłania się obraz zaniedbań szkoleniowych na kursach PI i nagminnego unikania kursów kwalifikacyjnych, które dawniej miały frekwencję dwukrotnie większą niż kursy PI, a teraz jest odwrotnie. Ewidentnie nasze współczynniki właśnie w GS były znacznie zawyżone, stąd łatwość uzyskania 8 i więcej pkt w ZR.

EGZAMINATORZY SITN PZN 2021/2022

1. Anna Buczek
2. Katarzyna Górska
3. Zuzanna Podgórna
4. Katarzyna Strama
5. Izabela Wysocka
6. Piotr Bogusz
7. Tomasz Cichy
8. Rafał Głowacki
9. Piotr Górnicki
10. Krzysztof Horecki
11. Aleksander Karolus
12. Przemysław Klimczak
13. Marek Majerczyk
14. Adam Marasek
15. Marek Palik
16. Wojciech Podgórny
17. Zbigniew Stanisławski
18. Piotr Stawarz
19. Tomasz Stelmach
20. Rafał Wołk
21. Wojciech Woźnica
22. Artur Wysocki
23. Krzysztof Zięba
24. Jacek Żaba

Stało się wręcz „passe" uczestniczenie w KK. Nierzadko słabeusze podchodzą do kolejnych ZR próbując uzyskać 8 punktów (tracąc czas i pieniądze) zamiast dać sobie wpisać do indeksu uzyskane 6 czy 7 pkt., iść na KK, poprawić jazdę i sylwetkę i potem iść od razu na PI (bo wpisanych ZR z uzyskaną oceną pomiędzy 6 a 7,5 punktu nie trzeba już przecież powtarzać po KK).

Nadal na PI – cz. technicznej za mało przykłada się wagi do ćwiczenia ewolucji kątowych, a przecież stanowią one obecnie 50% punktów z jazdy technicznej na ER i później będą stanowić min. 70% czasu pracy z uczniem na pólku.

Z kolei widać, że na części metod.-sport. PI większą wagę zaczęto przykładać do opisu słownego, ale dalej nie dopracowuje się demonstracji, zwłaszcza z tymi co dobrze jeżdżą SL, a potem (co jest dla mnie największym nieporozumieniem) mamy wyniki w stylu: **SL na 10 i śmig na 5!** Zresztą i w podstawowym skręcie równoległym ślizgowym kursanci gubią się bardziej niż w NW.

Z pewnością trening jazdy po slalomie bez ochraniaczy na golenie i gard na kijkach i bez zbijania tyczek, byłby lepszym treningiem krótkiego skrętu typu śmig, a dla świeżych adeptów slalomu możliwością zaliczenia elementu sportowego na kursie i na ER, o wiele szybciej niż nauka polowania na tyczki (przy pełnej rotacji górnej części tułowia), zamiast płynnego przejazdu bez ich zbijania. Ja przynajmniej mam w tym zakresie pozytywne spostrzeżenia i efekty (podobnie zresztą jak przy pracy z dzieciakami trenującymi w klubach – do połowy wieku młodzika czyli do 11 lat).

Krzysztof Horecki
Przewodniczący Komisji Egzaminacyjnej

Krzysztof Horecki

– Instruktor Wykładowca PZN, trener, międzynarodowy sędzia narciarski – Delegat Techniczny Inspektor FIS, specjalista ds. tras i skoczni narciarskich. Od 19 lat kierownik techniczny SN STRAMA. W bieżącej kadencji jest Przewodniczącym Komisji Egzaminacyjnej SITN PZN.

PODSUMOWANIE DZIAŁALNOŚCI

KOMISJI DS. PRACY POLSKICH INSTRUKTORÓW ZA GRANICĄ

Minął już trzeci rok naszych zmagań w pracy Komisji, rok jednak znamienny, bowiem mam wrażenie, że wreszcie coś drgnęło…

Nasza aktywność na rzecz usankcjonowania wszelkich praw do pracy polskich instruktorów narciarstwa w Unii Europejskiej to ciekawa droga przez cały gąszcz problemów administracyjnych, prawnych i co najtrudniejsze ludzkich. Zaczęło się na rodzimym podwórku, trudno bowiem było przekonać niemałą część naszych kolegów o czystości naszych intencji. Doszukiwano się i być może dalej doszukuje się w tych działaniach załatwiania jakichś niejasnych własnych interesów, no bo po co ludzie, którzy na co dzień prowadzą niemałe przedsiębiorstwa, chcą poświęcać swój własny, prywatny czas na rzecz innych? No właśnie…po co?

Komisja po pierwszych niepowodzeniach w rozmowach z Trentino przegrupowała się, zmieniła swoją nazwę na Komisja ds. Pracy Polskich Instruktorów za Granicą i przygotowała czytelny plan pracy rozpisany na dwa lata. Pierwszym zadaniem było przygotowanie opinii prawnej przez renomowaną kancelarię, by zgromadzić i profesjonalnie opisać wszelkie prawa przysługujące polskim instruktorom narciarstwa w Unii Europejskiej. Wybraliśmy Kancelarię Gessel i zwróciliśmy się do Zarządu SITN z prośbą o pokrycie 50% kosztów tego opracowania. Po uzyskaniu pozytywnej decyzji ze strony Zarządu pozostałą część kwoty udało nam się zebrać wśród zainteresowanych LSN SITN. Na nasz apel odpowiedziało i wpłaciło pieniądze ponad 30 szkół narciarskich mimo, że nasze działania zbiegły się z trudnym czasem zamknięcia poprzedniego sezonu.

Bezpośrednio po zakończeniu prac nad kilkudziesięciostronicowym opracowaniem opinii (pełny tekst dostępny dla wszystkich członków SITN na www.sitn.pl) zwróciliśmy się bezpośrednio do Brukseli, do Komisji Europejskiej DG ds. Rynku Wewnętrznego, Przemysłu, Przedsiębiorczości, która zajmuje się aspektami pracy m.in. instruktorów narciarskich w Unii, by oceniła nasze tezy zawarte w opracowaniu. Dostaliśmy oficjalną, pozytywną odpowiedź od jej przedstawiciela **Fabiana Junge**.

W ramach realizacji założonego planu naszej Komisji kol. **Piotr Tekiel** podzielił się swoją przez wiele lat zdobywaną wiedzą i przygotował szczegółową listę urzędów administracji państwowej w poszczególnych krajach alpejskich, wraz z telefonami do osób odpowiedzialnych za wydawanie pozwoleń na pracę. Lista ta jest dostępna na www.sitn.pl dla wszystkich członków Stowarzyszenia. W związku z wieloma pytaniami ze strony kolegów zorganizowaliśmy konferencję online, w czasie której szczegółowo omówiliśmy problemy i udzieliliśmy odpowiedzi na wszystkie pytania.

W międzyczasie powstał najważniejszy z naszego punku widzenia dokument europejski – Akt Delegowany, który określa możliwości pracy dla instruktorów CTT w Europie. Zgodnie z naszą opinią prawną wyłoniliśmy w związku z tym trzy najważniejsze tezy:

a. Polscy Instruktorzy narciarstwa posiadający kompetencje na poziomie: Instruktora legitymującego się świadectwem kompetencji CTT, Instruktora Zawodowego PZN, Instruktora PZN, oraz Instruktora SITN posiadają w Polsce pełną możliwość autonomicznego i samodzielnego wykonywania zawodu.
b. Instruktorzy CTT powinni być tak samo traktowani jak instruktorzy miejscowi i nie muszą występować o dodatkowe uznawanie ich kompetencji w wypadku wnioskowania o pełne dopuszczenie do zawodu.
c. Instruktor Zawodowy PZN oraz Instruktor PZN i Instruktor SITN, mają możliwość uzyskania częściowego dostępu do zawodu zgodnie z wskazaniami art. 4f Dyrektywy 2005/36/WE i po spełnieniu odpowiednich wymogów formalnych.

W naszych działaniach od początku chcieliśmy zacząć rozmowy od rynku włoskiego. W największym regionie narciarskim Włoch Trentino jeździ na nartach około 1 mln Polaków rocznie (źródło informacji – Konsulat Polski w Mediolanie), jest to bezsprzecznie największy rynek pracy dla polskich instruktorów narciarstwa w Europie. Zwróciliśmy się więc kolejno do Ministerstwa w Rzymie i Władz Autonomicznej Prowincji Trydentu. Pierwsze spotkania były albo nieudane (Trentino), albo w ogóle się nie odbyło (nastąpiła zmiana Rządu włoskiego).

Rozpocząłem więc cykl spotkań kolejno z Włoską Izbą Handlowo-Przemysłową, Ambasadą Włoską w Warszawie i wreszcie z Ambasadą Polski w Rzymie. Ostatnia instytucja bardzo nam pomogła i w konsekwencji wspólnych starań doszło do spotkania z przedstawicielami Ministerstwa – Departamentu Sportu z p. Dyrektor **Stefanią Pizzolla** i jej licznym zespołem. Nasze stanowisko w obecności przedstawicieli Ambasady Polskiej zostało przygotowane i złożone.

W przygotowaniu do spotkania z władzami regionu Trentino poprosiłem poprzez Ambasadę o pomoc Panią Konsul Generalną Polski we Włoszech oraz Konsula Honorowego. Do spotkania doszło więc już w obecności przedstawicieli Ambasady i dwojga Konsulów z najwyższymi władzami Trentino. Nasze stanowisko zostało również przygotowane i złożone.

W oczekiwaniu na oficjalne odpowiedzi ze strony Włoch (mamy nadzieję, że dostaniemy je przed nadchodzącym sezonem) przygotowujemy się do spotkań w Austrii i we Francji.

W ramach dzisiejszych naszych prac Komisji próbujemy rozwiązać problem wysokości ubezpieczenia obowiązującego dla instruktorów narciarstwa w Austrii i w Tyrolu Południowym, zostało ono z niezrozumiałych dla nas powodów podniesione do 6 mln Euro. Najpierw zwróciliśmy się jako Komisja do Solvit, który jest systemem w ramach którego urzędy administracji państwowej w krajach UE pomagają w rozwiązywaniu problemów wynikających z błędnego stosowania przepisów unijnych. Niestety poprzez ten system nie udało nam się załatwić tej sprawy ani w Polsce, ani we Włoszech. Musimy więc znaleźć ubezpieczyciela, który mimo niewielkiej liczby chętnych instruktorów na zakup takiej polisy (naszym zdaniem chodzi o około 250 instruktorów rocznie) zdecyduje się na współpracę z SITN.

Przed nami jeszcze sporo pracy, więc wszystkich członków SITN, którzy posiadają kompetencje pomocne w osiągnięciu celów naszej Komisji serdecznie zapraszam do współpracy.

Przewodniczący Komisji ds. PPIzG
Maciej Szpot

Maciej Szpot

– Absolwent AWF, EuroInstruktor PZN CTT, Prezes BFC Travel Group – prekursor wyjazdów narciarskich we włoskie Dolomity, organizator polskich wydarzeń narciarskich we Włoszech, założyciel BFC SKI School – szkoły narciarskiej z 30-letnim stażem, entuzjasta sportu i inwestor na rynku HoReCa.

Podsumowanie działań POL-SKI DEMO TEAM

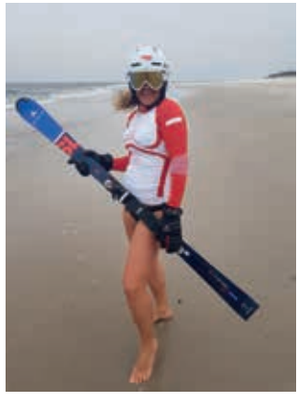
Ostatnie kilkanaście miesięcy zapisało się w naszych głowach pod postacią chyba najbardziej znienawidzonego słowa PANDEMIA i wszystkich jej złych konsekwencji. Tak jak każdy z nas jest inny i niepowtarzalny, tak też wpływ „nowej sytuacji" był spersonalizowany na nasze zachowania i reakcje jakie podejmowaliśmy. Oczywiście ich zdecydowana większość kojarzy się źle, dlatego chciałbym napisać o dobrej stronie minionego okresu. Szczególnie czas zimy, innej niż znane nam do tej pory i to nie poprzez aspekt klimatu i aury pogodowej/śniegowej, tylko poprzez reorganizację prywatnego spędzania czasu w kontakcie ze śniegiem oraz w doszukiwaniu się pozytywów w odmiennej rzeczywistości pracy Instruktora SITN PZN oraz koordynatora Pol-Ski Demo Team.

Co by nie powiedzieć, pozytywną rzeczą wynikającą z pandemii była znaczna ilość wolnego czasu na spędzanie go z rodziną, więcej przestrzeni na własne „aktywności zimowe", na które niespecjalnie mamy czas w trakcie zim, do tej pory nam znanych, a w pracy bardzo powtarzalnych. Był czas na przemyślenia, planowanie tego co po „zastoju" chciałbym robić, jak dywersyfikować ryzyko zachwiania wszystkich sfer życia gdyby jeszcze kiedyś „robak typu covid" zaatakował ponownie.

Kreatywność i chęć zrobienia czegoś, co pozwoli nadal istnieć zawodowo w mediach, podtrzymać kontakt z Partnerami SITN, polecając ich marki, a w szczególności powodować uśmiech w środowisku narciarskim. Wzorem innych narodowych Demo Teamów, kreowaliśmy normalność w odmiennych środowiskach, okolicznościach i sceneriach.

Powstały materiały filmowo-zdjęciowe. Przy pierwszej „blokadzie", może tak ją nazywajmy, wraz z **Mateuszem Habratem** (ręką mojej córki **Oliwii**) nagraliśmy w okolicach Małej Łąki ciekawy materiał pokazujący nagły „STOP", który wykorzystaliśmy m.in. na pielęgnację oldskulowego sprzętu narciarskiego, kończąc przesłaniem „jeszcze będzie fajnie, jeszcze będzie NORMALNIE" (film dostępny na Instagram pol_ski.demoteam).

W marcu byliśmy na Wieżycy jako część Komisji Egzaminacyjnej. Korzystając z okazji po ER udaliśmy się na Półwysep Helski, plaża, piasek lekko posypujący śnieg i „cwangla" bałtyckiej bryzy inscenizowała idealne warunki do sesji foto-filmowej na pięknej plaży



w Juracie, kojarzącej się zwykle z wakacjami letnimi. Ale fakt ubranego kombinezonu, kasku, a w szczególności zapinania nart w huku fal, dawał niesamowite endorfiny i radochę z odczuć upału w lodówce. Jak pisał Gen. **Zaruski** w dziele „Na bezdrożach tatrzańskich" – szczyty Tatr jak zastygłe fale Bałtyku. Do tej pory mam dreszcze….nie z tej ziemi bodźce.

Dojście do plaży w ekwipunku KE /DT i reakcja ludzi nas mijających, którym to odpowiadaliśmy „że nasze zachowanie i akcesoria narciarskie to scheda pocovidowa" dawały hiper frajdę, no i PROMO Stowarzyszenia nie do przecenienia. To wszystko okraszone tak „modnym" ostatnio morsowaniem **Izy** w kasku i goglach POC, w odzieży Patriot Poland Marki X-Bionic, dopełniły narciarskiego show na północy kraju, bardzo produktywnego projektu przepełnionego nowym doświadczeniem, uśmiechem i choć namiastką normalności w nienormalności (filmiki dostępne na Instagram pol_ski.demoteam).

Kolejna „blokada", poniekąd przeczuwana przez wszystkich, przychodzi końcem zimy 2021. Puste/zamknięte stoki Kotelnicy Białczańskiej stają się idealnym terenem do kreatywnego projektu, który staje się przymiarką do dużego eventu planowanego na początek, mam nadzieję niezagrożonego sezonu 2021/2022. Kierowcy rajdowi, freestailowcy, kamerzyści, mistrzowie foto zbierają się w myśl projektu „# Lockdown" – Season pass 21…zrealizowany głownie dzięki Gestorom stacji. I znowu frajda, trochę szaleństwa i adrenaliny, giga materiał filmowy i zdjęciowy, zadowolenie z treningu/przymiarki do głównego wydarzenia planowanego na początek nadchodzącego sezonu, promocja SITN i Partnerów, zresztą ku Ich dużemu zadowoleniu. No i najważniejsze – walczymy, nie poddajemy się, realizujemy się i patrzymy w przyszłość! Odnośnik do Youtube: #Lockdown, Lockdown – Season Pass 21.

Na miarę możliwości realizacji statutowych szkoleń, kursów i egzaminów, członkowie DT brali czynny udział jako kadry szkoleniowo-egzaminacyjne. Spora część grupy to obecnie najlepsi trenerzy alpejczyków, dla nich to był

też raczej pozytywny czas w aspekcie rozwijania swoich warsztatów trenerskich. Zamknięte stoki dla amatorów w większości stały otworem dla sportu, co dawało większe możliwości do przeprowadzania treningów.

Wracamy z maksymalnym zaangażowaniem do poziomu, jaki osiągnęliśmy po INTERSKI 2019 w Pamporovie. Mamy wiele pomysłów i natchnień, oby nic nie stanęło na drodze realizacji planów POL-SKI DEMO TEAM.

Na szczęście Zespół nadal w komplecie i zdrowiu. Jedyną zmianą, mam nadzieję krótkotrwałą, jest dwuletnia nieobecność w Demo Teamie kol. **Jacka Gizickiego**, podyktowana jego prośbą, świadczącą o odpowiedzialności i rzetelności jako członka Polskiej Kadry Instruktorów, potwierdzając tym samym uczciwie podejście do realizacji zadań i oczekiwań spoczywających na nim. „Jaco" nadal będzie z nami duchem i serduchem, wspierając nas w działaniach marketingowych, jako specjalista w tej dziedzinie. Dziękuję Ci, Jacku, za to co do tej pory uczyniłeś i wyglądam Twego powrotu!

Skład DT zostanie uzupełniony w najbliższym czasie. Przed nami nowe cele i zadania, również te miedzynarodowe, o czym na bieżąco będziemy informować kanałami SITN-owskimi.

Zdrowego i rekompensującego minione zimy sezonu narciarskiego! Śniegu, uśmiechu i kipiącej pasji do nart! Wielu wspólnych spotkań na stokach!

Artur Wysocki

– Absolwent LO Mistrzostwa Sportowego w Zakopanem, oraz AWF w Krakowie – specjalizacja narciarstwo alpejskie. Jest licencjonowanym trenerem narciarstwa II klasy, Instruktorem Wykładowcą PZN, Szefem POL-SKI DEMO TEAM, Instruktorem Zawodowym ISIA, członkiem Zarządu SITN PZN. Były zawodnik Klubu WKS Zakopane

Od wyboru instruktora
może zależeć
BEZPIECZEŃSTWO
Twoje lub Twoich bliskich

STOWARZYSZENIE INSTRUKTORÓW I TRENERÓW NARCIARSTWA
sitn
PZN

1919
PZN

Kompetencje społeczne (miękkie) instruktora narciarstwa

Analfabetami w przyszłości nie będą ludzie nieumiejący czytać, ale tacy, którzy nie będą potrafili się uczyć

Alvin Toffler

We współczesnym świecie w coraz większym stopniu obok wiedzy i umiejętności liczą się kompetencje społeczne. Zgodnie z definicją Polskiej Ramy Kwalifikacji kompetencje społeczne oznaczają „rozwiniętą w toku uczenia się zdolność kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania" (**Sławiński**, 2017, s. 23). W uszczegółowieniu dla kompetencji społecznych charakterystyki efektów uczenia się określają: „a) w zakresie języka i komunikowania się – kulturę komunikowania się, b) w odniesieniu do zdrowia i środowiska – dbałość o zdrowie i bezpieczeństwo oraz postawę wobec środowiska, c) w zakresie funkcjonowania społecznego – podejmowanie obowiązków, współdziałanie i angażowanie się" (Sławiński, 2017, s. 23). Kompetencje społeczne utożsamiane są także z postawami, umiejętnościami społecznymi, dojrzałością społeczną, umiejętnością adekwatnego zachowania się, a także dojrzałością społeczną itp. (por. **Ayrgle**, 2002; **Krawczyński**, 1995). Dla określenia kompetencji społecznych także używa się określenia kompetencji miękkich. Kompetencje miękkie oznaczają te kompetencje społeczne, które wiążą się z umiejętnościami sprawnego komunikowania się, prezentowania wiedzy i wywierania wpływu na inne osoby, nawiązywania kontaktu i utrzymywania długoterminowych relacji oraz skutecznym zarządzaniem innymi osobami, w tym zarządzanie zespołem, motywowanie oraz rozwijanie potencjału osób (por. **Matczak**, 2007). W literaturze przedmiotu można znaleźć wiele właściwości, którymi powinien charakteryzować się profesjonalny instruktor/trener (**Leśniewska**, **Stosik**, 2016; **Otrębski**, **Rutkowska**, 2006; **Perkowski**, 2009; **Stanoch**, **Szyszka**, **Majewska**, **Celka**, 2016; **Wiśniewska**, 2016), także narciarstwa (por. **Staniszewski**, **Zybko**, 2013).

Dla przykładu można wskazać wnioski wynikające z badań nad oczekiwaniami uczestników zajęć od instruktorów fitness. Badani uznali, że zdolności animacyjne instruktorów, polegające na umiejętności motywowania do ćwiczeń, tworzenia miłej atmosfery, poczucie humoru, życzliwość, pozytywne nastawienie i emanowanie dobrą energią, to decydujące kryteria oceny instruktora. Autorzy badania sugerują, że „(…) uczestnik zajęć, mając wybór wśród wielu instruktorów, wybierze właśnie tego, który ten zestaw kompetencji posiada" (**Stanoch**, **Szyszka**, **Majewska**, **Celka**, 2016; **Wiśniewska**, 2016, s. 143).

We współcześnie szybko zmieniającym się świecie zmianie podlegają także ważne właściwości zawodowe. Obserwujemy zmianę charakteru pracy trenera/instruktora narciarstwa. Do niedawna głównie oczekiwaliśmy, że instruktor będzie przede wszystkim ekspertem w zakresie bezpiecznego uczenia i doskonalenia umiejętności ruchowych w specyficznych warunkach górskich (niebezpiecznych). Aktualnie od trenera oczekujemy kompetencji pozwalających na realizację następujących zadań:

- Nauczanie nowych rzeczy – nauka umiejętności ruchowych/sportowych;
- Rozwój – rozwijanie kolejnych umiejętności ucznia/zawodnika (i własnych);
- Ekspert – kierownik systemu szkolenia w klubie/sporcie/szkole narciarskiej, budujący sukces całego zespołu;
- Lider – wprowadza zmiany w organizacji. Badania australijskie wskazują, że do zadań współczesnego instruktora/trenera zaliczyć należy (**Dawson**, 2018):
- Budowanie kultury zespołu opartej na wspólnych wartościach i jasnych celach;
- Opracowanie i zapewnienie poparcia dla strategicznych planów działania drużyny, klubu, kadry narodowej;
- Budowanie zespołu ekspertów, którzy zapewnią wsparcie;
- Słuchanie i zadawanie otwartych pytań;
- Ćwiczenie podejmowania decyzji pod dużą presją, w nieprzyjaznych okolicznościach;
- Stosowanie wiedzy i umiejętności przywódczych w sposób dostosowany do okoliczności, umożliwiający reagowanie na zmieniający się kontekst i środowisko pracy trenerskiej;
- Regularna, celowa autorefleksja;
- Wywieranie wpływu;
- Budowanie partnerskiej współpracy z osobami i organizacjami związanymi z zawodnikiem (rodzina, szkoła, uniwersytet, itp.);
- Opracowanie i ulepszanie strategii w zakresie relacji z innymi osobami – uczenie się przywództwa.

Współczesny trener/instruktor narciarstwa musi więc realizować wiele ról przywódczych. Wybitny teoretyk i praktyk zarządzania Profesor **Ryszard Rutka** wskazuje, że przywództwo „to kierowanie organizacjami oparte przede wszystkim na wywoływaniu wśród członków zespołu takich stanów emocjonalnych opartych na zaufaniu, które skłonią ich do zaangażowanego współdziałania przy tworzeniu i realizowaniu wspólnych misji, celów i zadań" (**Rutka**, 2012, s. 46). Z kolei w sporcie **Gilbert** stwierdza, że przywództwo „oznacza, ogólnie rzecz biorąc, proces wywierania wpływu na innych" (**Gilbert**, 2017, s. 97).

Dla realizacji wskazanych zadań i bycia efektywnym przywódcą w grupie sportowej niezbędne są więc przede wszystkim kompetencje społeczne. **Goleman**, **Boyaztzis** i **McKee**

(2002) w swojej pracy „Naturalne przywództwo" opisują następujące kompetencje przywódcze:

Kompetencje osobiste – czyli umiejętności decydujące o tym, jak radzimy sobie ze sobą:

1) Samoświadomość
– Samoświadomość emocjonalna
– Trafna samoocena
– Pewność siebie
2) Samokontrola
– Samokontrola emocjonalna
– Otwartość
– Elastyczność, zdolność do adaptacji
– Nastawienie na sukces, motywacja do osiągnięć
– Inicjatywa
– Optymizm

Kompetencje społeczne – czyli umiejętności decydujące o tym, jak radzimy sobie z relacjami z innymi:

1) Świadomość społeczna
– Empatia
– Świadomość organizacyjna
– Uczynność
2) Zarządzanie relacjami
– Inspirowanie
– Wywieranie wpływu
– Rozwój innych
– Inicjowanie zmian
– Zarządzanie konfliktem
– Praca zespołowa

Sądzimy, że współcześni instruktorzy sportów śnieżnych winni charakteryzować się opisanymi

powyżej właściwościami. Szczególnie ważny w sportach zimowych postulat Safety + Fun = Learning (bezpieczeństwo + radość = uczenie/uczenie się) wymaga od trenerów/instruktorów nie tylko wysokiego poziomu kompetencji merytorycznych, ale także, a może przede wszystkim, wysokich kompetencji społecznych w pracy z osobami w różnym wieku i o różnym poziomie zaawansowania sportowego.

Marcin Krawczyński
Krzysztof Makowski

Marcin Krawczyński

– Instruktor Zawodowy PZN, dr hab. nauk o kulturze fizycznej, profesor uczelni, certyfikowany psycholog sportu z klasą mistrzowską PTP

Krzysztof Makowski

– Instruktor Wykładowca PZN, pracownik dydaktyczny AWFiS Gdańsk, dr nauk o kulturze fizycznej

BIBLIOGRAFIA

Ayrgle, M. (2002). *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Dawson, E. (2018). Zdolności przywódcze i wywieranie wpływu na innych. Zmiana roli trenera. *Konferencja Trenerów Szkolenia Olimpijskiego Tokyo 2020*. Spała, 19-20.11.2018.

Gilbert, W. (2017). *Coaching better every season. A year-round system for athlete development and program success*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Goleman, D., Boyatizis, R., McKee, A. (2002). *Naturalne przywództwo. Odkrywanie mocy inteligencji emocjonalnej.* Wrocław-Warszawa: Jacek Santorski Wydawnictwo Biznesowe.

Krawczyński, M. (1995). *Spójność grupowa a dojrzałość społeczna. Studia z psychologii sportu.* Gdańsk: Wydawnictwo AWF.

Leśniewska, A., Stosik, A. (2016). Kwalifikacje i kompetencje trenerów personalnych a oczekiwania rynku pracy. *Quality in Sport*, 1 (2), 20-29.

Matczak, A. (2007). *Kwestionariusz Kompetencji Społecznych KKS*. Podręcznik. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.

Otrębski, W., Rutkowska, K. (2006). Kompetencje społeczne instruktorów sportu. W: P. Francuz, W. Otrębski (red.): *Studia z psychologii w KUL*, Tom 13, 81-98. Lublin: KUL.

Perkowski, K. (2009). *Doskonalenie kompetencji zawodowych trenerów sportu wyczynowego w Polsce.* Warszawa: AWF.

Rutka, R. (2012). Kształtowanie zachowań przez kierownika. W R. Rutka, P. Wróbel (red): *Organizacja zachowań zespołowych* (s. 34-73). Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.

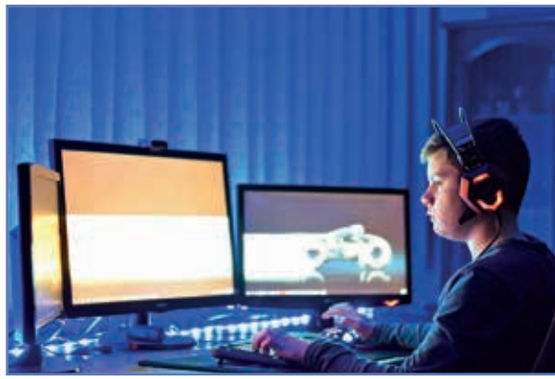
Sławiński, S. (2017). *Słownik Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji*. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

Staniszewski, M., Zybko, P. (2013). Kompetencje zawodowe instruktorów wybranych sportów wodnych i zimowych w opinii absolwentów AWF Warszawa. *Turystyka i Rekreacja*, 10, 171-178.

Stanoch, M., Szyszka, D., Majewska, M., Celka, R. (2016). Oczekiwania uczestników zajęć dotyczących kompetencji zawodowych instruktorów fitness. W: A. Kaźmierczak, J.E. Kowalska, A. Maszorek-Szymala, A. Makarczuk (red.): *Pedagogiczny wymiar kultury fizycznej i zdrowotnej w życiu człowieka* (s. 137-146). Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Wiśniewska, A. (2016). Kompetencje społeczne instruktora pływania. *Quality in Sport*, 1 (2), 30-38.

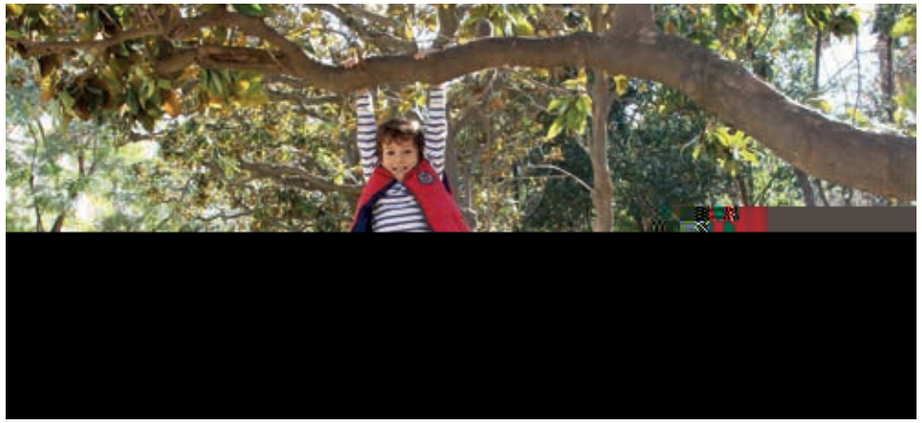
„Wirtualne dzieci" na nartach



Praca instruktora narciarstwa to w dużej mierze szkolenie dzieci i młodzieży. Przybiera ono różne formy, może być realizowane w ramach lekcji indywidualnej lub zajęć grupowych, w oparciu o pojedynczą lekcję, jak i kilkudniowe zajęcia. W odpowiedzi na zapotrzebowanie oraz różnego rodzaju uwarunkowania, rynek stworzył obszerną i zróżnicowaną ofertę, w której każdy może znaleźć coś dla siebie. O ile z aspektem organizacyjno-logistycznym my instruktorzy i szkoły narciarskie dajemy sobie nieźle radę, o tyle pewne wyzwanie stawia przed nami to, w jaki sposób zmieniają się nasi podopieczni. Na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat można zaobserwować widoczne zmiany w sferze psychofizycznej, mentalnej oraz społecznej, którym podlegają dzieci i młodzież pojawiający się na naszych zajęciach. Przyczyn takiego stanu rzeczy poszukiwać można na wielu płaszczyznach, ja jednak chciałbym się skupić na jednej z nich, która w mojej ocenie jest fundamentalna.

W roku 2019 Urząd Komunikacji Elektronicznej przeprowadził wśród dzieci i ich rodziców badanie, które wykazało, iż 80% dzieci w wieku od 7 do 15 lat posiada telefon komórkowy, którym w dziewięćdziesięciu procentach jest smartfon. Siedemdziesiąt procent dzieci korzysta z niego grając i słuchając muzyki, a 60% przeglądając internet. Z kolei opublikowany w roku 2015 raport Fundacji Dzieci Niczyje mówi o tym, że 80% rodziców udostępnia możliwość korzystania ze smartfonów dzieciom poniżej 6 roku życia, a ponad 40% rocznym i 2-letnim. Oczywiście smartfony to nie jedyne urządzenia, z których korzystają dzieci. Według danych GUS z 2019 roku, 83% gospodarstw domowych wyposażonych jest w przynajmniej jeden komputer, do tego dochodzą jeszcze rozmaitego rodzaju konsole do gier, zapewniając dzieciom i młodzieży szeroki dostęp do urządzeń elektronicznych wykorzystywanych do rozrywki i komunikacji. Szerszy kontekst na powyższe dane rzuca raport ConnectedKids, opracowany przez firmę Childwise, która od roku 1995 zbiera i analizuje dane dotyczące nawyków multimedialnych wśród dzieci. Według przedstawionego w 2015 roku raportu, dzieci w wieku od 5 do 16 lat spędzają średnio 6,5 godziny dziennie oglądając telewizję, grając nakonsoli do gier, korzystając ze smartfona, komputera lub tabletu. Dla porównania w roku 1995 było to zaledwie około trzech godzin.

Wyżej przytoczone wyniki stoją w silnej korelacji z wnioskami płynącymi z badań HBSC przeprowadzonymi w Polsce w latach 2014-2018 wśród grupy wiekowej 11–19 lat dotyczących czasu poświęcanego na aktywność fizyczną przez dzieci i młodzież. Wynika z nich, iż zaledwie 15,6% dzieci poświęca na umiarkowaną dzienną aktywność fizyczną przynajmniej 60 minut, co stanowi minimalne zalecenia WHO, co więcej do dramatycznego spadku doszło właśnie w badanym okresie. Mniejsza aktywność fizyczna natomiast pociąga za sobą szereg konsekwencji, między innymi obniżenie sprawności fizycznej. Według badań prowadzonych przez warszawski AWF od ponad 30 lat oraz danych pochodzących z programu



Aktywne Szkoły MultiSport, w próbie zwisu na drążku na ugiętych ramionach przeprowadzonej wśród chłopców w wieku 10,5 roku, byli oni w stanie utrzymać średni wynik na poziomie 15,5 sekundy w roku 1999, 12 sekund w roku 2009 i 8 sekund w roku 2018, dla porównania w roku 1979 było to 24 sekundy. Podobne dane świadczące o „degradacji" sprawności fizycznej płyną z innych prób fizycznych, które stosuje się do oceny sprawności, jak np. skok w dal. Aktywność fizyczna wpływa na sprawność i rozwój układu mięśniowego, układu kostnego, zwiększa mineralizację kości, sprawność stawów i zapobiega osteoporozie w przyszłości. Regularne ćwiczenia pobudzają rozwój układu krążenia, układu oddechowego, aktywność układu odporności, korzystnie wpływają na sen. Obniżona aktywność odbija się również ujemnie na stanie zdrowia. Z badań COSI z 2016 roku wynika, że co trzeci ośmiolatek w Polsce ma nadwagę, co ok. dziesiąty (12,7 proc.) zmaga się z otyłością i również co dziesiąty ma nadciśnienie tętnicze.

Technologie multimedialne z jednej strony ograbiają nasze dzieci z czasu, stanowiąc konkurencję dla aktywności fizycznej, z drugiej strony same w sobie niosą wiele zagrożeń i negatywnych skutków w sferze fizycznej, społecznej i psychicznej. Obok negatywnego wpływu na wzrok w postaci zaburzenia widzenia trójwymiarowego, zmniejszenia zakresu akomodacji źrenic i ich nawilżenia oraz wad postawy, można wymienić szereg zaburzeń w sferze społecznej: zaniedbywanie obowiązków, samotność, autoizolację, nieumiejętność nawiązywania relacji społecznych, atrofię więzi rodzinnych, nieumiejętność kreatywnego spędzania czasu wolnego, osiąganie gorszych wyników w nauce (brak koncentracji, nieumiejętność efektywnego przyswajania wiedzy przekazywanej przez nauczyciela, rozkojarzenie, problem ze skupieniem się na jednej czynności). Z kolei w sferze psychicznej obserwuje się: niską samoocenę, poczucie braku wpływu na otaczający świat, brak asertywności, zaburzenie postrzegania niebezpieczeństwa, stany lękowe charakterystyczne dla syndromu odstawienia (stany depresyjne, agresja słowna i fizyczna, apatia).

Na domiar złego sytuację pogorszyły dodatkowo obostrzenia pandemiczne, z którymi dzieci i młodzież boryka się w okresie ostatniego półtora roku. Według niektórych badań nauka zdalna, zamknięte szkoły, baseny, sale sportowe i boiska spowodowały, że aktywność fizyczna wśród najmłodszych spadła o 33%. Wydatnie zwiększył się też czas, jaki dzieci spędzają przed ekranami i monitorami, w wielu przypadkach jest to już 10 godzin dziennie. Dodatkowo izolacja, odcięcie od normalnej interakcji z rówieśnikami skutkuje wzrostem ryzyka chorób psychicznych wśród dzieci i młodzieży z 18% do 31% (według psychologa klinicznego **Ewy Narkiewicz Nejno**).

Na bazie przytoczonych powyżej zagadnień nasuwa się pytanie o rolę instruktora i jego przygotowanie w obliczu trudnych wyzwań, które pojawiają się w pracy z dziećmi i młodzieżą. Okazuje się, iż prócz dbałości o bezpieczeństwo, odpowiedni wynik szkolenia w postaci nabytych przez ucznia umiejętności, musimy zmierzyć się z kwestią rosnących ograniczeń w sferze fizycznej, powodujących frustrację i zniechęcenie, często u obu stron procesu dydaktycznego, na które nakładają się problemy z percepcją i koncentracją. Coraz większe wyzwanie stanowi sfera mentalna naszych podopiecznych, kładąc na nasze barki potrzebę pobudzania motywacji, zainteresowania i zaangażowania. Niejednokrotnie zderzamy się także z istotnymi problemami w sferze psychiki, objawiają się one w postaci niewytłumaczalnych obaw i lęków. Odrębną kwestię stanowi sfera społeczna, w której na bazie pracy z grupą dostrzegamy szereg dysfunkcji utrudniających, a czasem uniemożliwiających efektywne szkolenie. Dostrzegając te zjawiska nasuwa się pytanie, czy nie należałoby zastanowić się nad pewną korektą akcentów w kwestii przygotowania zawodowego instruktora, polegającą na wzmocnieniu sfery kompetencji miękkich. Cechy takie jak komunikatywność, kreatywność, elastyczność, asertywność, empatia z jednej strony wynikające w dużym stopniu z osobowości, mogą być wzmacniane i uwypuklane w ramach szkoleń z zakresu rozwoju osobistego. Zdolność perswazji, autoprezentacji, skupienia na celu, samodyscyplina ma ogromny wpływ na efektywne nauczanie, chociażby poprzez motywację osiągnięć, która polega na wyzwalaniu pozytywnych emocji w sytuacjach zadaniowych postrzeganych jako wyzwania. Ze względu na obszerność tematu kompetencji miękkich, moja próba dotknięcia zagadnień z nim związanych jest jedynie punktem wyjścia do szerszego opracowania i próbą zwrócenia uwagi na istotny element składowy wizerunku profesjonalnego instruktora.

Błażej Tylka Suleja

Błażej Tylka Suleja

– Asystent IW, InstruktorZawodowy ISIA, Instruktor PZN Biegów, absolwent Akademi Górniczo-Hutniczej w Krakowie.

BIBLIOGRAFIA:

Badanie konsumenckie dzieci i rodziców 2019, Urząd Komunikacji Elektronicznej, online:https://uke.gov.pl/akt/badaniekonsumenckie dzieciirodzicow2019,277.html.

Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, online:https://fdds.pl/_Resources/ Persistent/6/c/8/d/6c8d4e101bc3495f4491c08ba9d9e53965fab438/ Bak_Korzystanie-_z_urzadzen_mobilnych_raport.pdf

Wnioski z raportu Childwise, TVN24, online:https://tvn24.pl/biznes/ zeswiata/niepokojacedanedziecispedzajacorazwiecejczasuprzedtelewizoremra5285024455181

Eksperci: sprawność fizyczna dzieci w Polsce drastycznie spada, Nauka w Polsce, online:https://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C32850%2Ceksperci sprawnoscfizycznadzieciwpolsce drastyczniespada.html

Pandemia ograniczyła aktywność fizyczną dzieci o ponad 30 proc, RaportCSR.pl, online:https://raportcsr.pl/pandemiaograniczyla aktywnoscfizycznadzieciopon ad30proc/

Ryc. 3.

Ryc. 4.

Drugi cel osiągniemy, jeśli wykonamy łuk płużny zgodnie z metodą zaproponowaną w 2000 roku przez **Hermanna Wallnera** lub zgodnie z amerykańską metodyką nauczania (Ryc. 4.). Ta metodyka zaleca podniesienie środka ciężkości, a następnie ugięcie nogi wewnętrznej zamierzonej zmiany kierunku jazdy, co powoduje większe zakrawędziowanie narty zewnętrznej, zwiększenie jej oparcia o śnieg i przy lekkim wychyleniu tułowia nad nartę zewnętrzną skuteczną zmianę kierunku jazdy. Stanisławski nazwał tę metodę „dynamiczną" i nazwa ta w pełni oddaje charakter interakcji pomiędzy śniegiem a narciarzem.

Oczywiście ten drugi cel jest bardziej kuszący dla osób, które chcą pokierować swoich podopiecznych w stronę jazdy sportowej ponieważ:

- nie występuje w tej technice ugięcie nogi zewnętrznej, co ułatwia przeciwstawienie się sile odśrodkowej i daje podstawy do płynnego nauczania skrętu równoległego
- środek ciężkości prowadzony jest w stronę zamierzonej zmiany kierunku jazdy
- przy tej technice podopieczni sami kończą fazę sterowania na nartach równoległych
- przy skręcie z pługu występuje wyraźne przejście środka ciężkości nad środkiem pola podstawy – tzw. crossover (Ryc. 5.)
- następuje szybkie i płynne dociążenie narty zewnętrznej przy skrętach łączonych, ponieważ ćwiczący w łukach płużnych zaczyna wykorzystywać siłę odśrodkową i delikatne odbicie z narty zewnętrznej łuku poprzedzającego kolejny. Przy skrętach z pługu ten efekt powoduje, że stają się one skrętami z półpługu (kolejny powód, aby mówić tu o wielowariantowości)

Reasumując, w zasadzie dzieci w sposób naturalny właśnie w ten sposób będą w pozycji płużnej zmieniały kierunek jazdy. Dlaczego wobec tego uczymy w programie nauczania poprzez ugięcie kolana nogi zewnętrznej zamierzonego skrętu i ruch skrętny tej nogi?

Ryc. 5.

Ponieważ jest to metoda bezpieczniejsza, szczególnie dla osób zaczynających przygodę z narciarstwem nieco później. Poza tym uczy kontroli prędkości (ślizganie, pełny skręt), precyzyjnego prowadzenia nart, obrotów nart.

Dla jeżdżących metodą Wallnera (której początki dostrzec można już u **Mathiasa Zdarskiego** przy łuku alpejskim i nie tylko), mniej korzystne jest uginanie nogi wewnętrznej skrętu w ustawieniu kątowym, czyli de facto nawróconym, przy napiętym mięśniu czworogłowym, ponieważ obciąża to nadmiernie aparat więzadłowy (więzadło krzyżowe przednie). Mniej korzystny jest też efekt przyspieszenia ze względów bezpieczeństwa, mając na uwadze ograniczone umiejętności początkujących narciarzy w obserwacji terenu przed sobą. Ma jednak też swoje pozytywne strony.

Ryc. 6.

Ryc. 7.

Tak jak już napisałem powyżej, metoda Wallnera jest bardziej naturalna dla dzieci (Ryc. 6.), uczy ich jednocześnie antycypacji i dociążania wyprostowanej nogi zewnętrznej we wczesnej fazie skrętu (Ryc. 7.). Ta technika dzieciom nie szkodzi, ze względu na dużą elastyczność u dzieci aparatu więzadłowego. Tym niemniej instruktorzy, a szczególnie trenerzy nie powinni zapominać o nauczaniu uginania nóg, kontroli prędkości obrotu narty, ponieważ te umiejętności pozwolą na zwrócenie szczególnej uwagi na prawidłową pozycję zrównoważoną oraz przydadzą się w późniejszym nauczaniu technik sportowych. Taka wielowariantowość pozwoli na wychowanie narciarza kompletnego, który dzięki wielowariantowemu stosowaniu techniki odpowiednio dopasuje swoje umiejętności do warunków i sytuacji na stoku.

Piotr Ogarzyński

BIBLIOGRAFIA:

LeMaster R. (2013) Narciarstwo na poziomie, Warszawa

Program nauczania narciarstwa zjazdowego SITN PZN 2018

Stanisławski Z. Program nauczania (cz. dot. pługu i łuków płużnych), Informator przedsezonowy SITN PZN 2008/2009

Stanisławski Z., Wusatowska A. Inne spojrzenie na zapoczątkowanie skrętu, Informator przedsezonowy SITN PZN 2012/13

Stanisławski Z. Jednolity schemat ruchowy jako podstawa nauczania czynności ruchowych, Informator przedsezonowy SITN PZN 2016/17

Stanisławski Z. Łuki płużne… wiecznie żywe, Informator przedsezonowy SITN PZN 2017/18

Wallner H. (2004) Carven Skilauf Perfect, Wien

Walter R. (2007) Snowsport Austia die Österreichische Skischule, Wien

Piotr Ogarzyński

– były zawodnik (FIS), a obecnie trener, Instruktor Wykładowca SITN PZN oraz Instruktor PZN Biegów i Instruktor Zawodowy ISIA. Jest pracownikiem Studium Wychowania Fizycznego i Sportu na Uniwersytecie im A. Mickiewicza w Poznaniu oraz kontynuuje współpracę naukową z Akademią Wychowania Fizycznego w Poznaniu oraz z Pracownią Optometrii i Fizyki Widzenia UAM; wykorzystuje zdobytą wiedzę w dydaktyce trenerskiej.

Narciarskie stoki dywanowe – poważny trening czy zabawa?

Bieżnia narciarska? Rolstok? Narciarski trenażer dywanowy? Niekończący się stok? Stok pod dachem? – Zgadza się – symulatory do jazdy na nartach nie mają jeszcze stałej przypisanej polskiej nazwy, ale już są dostępne w Polsce. Dla jeszcze niezorientowanych: trenażery dywanowe (ja używam takiej nazwy) to urządzenia mechaniczne do jazdy na nartach w pomieszczeniach, o konstrukcji podobnej do bieżni fitness, tylko dużo większych rozmiarów. Platformy, na których przesuwa się taśma, mają wymiary (w zależności od producenta) nawet do 8 metrów szerokości i 15 metrów długości. Są nachylone od 10 do 23 stopni, a przesuwająca się z zadaną prędkością taśma pokryta jest specjalnym dywanem dość dobrze imitującym podłoże śnieżne. Dzięki takiej konstrukcji urządzenia te umożliwiają niekończącą się swobodną jazdę na nartach w zamkniętych pomieszczeniach – tym samym stając się doskonałym narzędziem szkoleniowym i treningowym do nauki i doskonalenia jazdy na nartach.

Trenażery dywanowe mają już trzydziestoletnią historię. Narciarstwo alpejskie od lat zdobywa coraz większą popularność. W Europie rozrastają się stacje narciarskie, powstają nowe. Nie wszystkie kraje europejskie mają jednak warunki naturalne do uprawiania tego sportu, a mimo to liczba entuzjastów narciarstwa w nich rośnie. Takim krajem jest między innymi Holandia. Dążąc za zaspokojeniem popytu na „białe szaleństwo" w tym kraju powstało najwięcej „hal chłodniczych" ze stokami narciarskimi, tam też inżynierowie jako pierwsi zaczęli pracować nad budową symulatorów narciarskich. W Holandii znajduje się dwóch największych producentów narciarskich trenażerów dywanowych na świecie – są to Maxxtracks i Alpine Engeenering. W Holandii znajduje się też najwięcej ośrodków wyposażonych w trenażery. Mniejsi producenci produkują już też trenażery na Ukrainie – Proleski, na Węgrzech – Skienergie i w Serbii.

Według mojej wiedzy pierwszymi dostępnymi trenażerami dywanowymi w Polsce były urządzenia w Czarnym Groniu i Gdańsku (Proleski). Pierwszy ośrodek z dwoma urządzeniami Maxxtracks powstał już pięć lat temu w Chorzowie, potem kolejne we Wrocławiu, Szczecinie, Łodzi, Warszawie. Mimo już dość dużej dostępności nie przebiły się zbyt mocno ani do świadomości polskich narciarzy, ani niestety instruktorów i trenerów. Wydaje mi się, że głównie stało się to w efekcie złego „spozycjonowania" – według moich obserwacji, często trenażery postrzegane są jako atrakcja ze świata rozrywki – „taka karuzela".

Po raz pierwszy o trenażerach usłyszałem 5 lat temu – zgłosił się do mnie jeden z przedstawicieli holenderskiego producenta – potrzebował pomocy w dotarciu do środowiska warszawskich narciarzy. Pomyślałem, że może to i fajna rzecz dla początkujących i do zabawy. Nie miałem jednak za bardzo okazji zweryfikowania tej myśli, nie miałem gdzie spróbować i pozostałem z takim przekonaniem.

Pozostałem do czasu. Po Kongresie INTERSKI w Pamporowie, w ramach którego była możliwość jazdy na symulatorze, mój przyjaciel węgierski instruktor **Miklos Ozsvath** stworzył ośrodek szkolenia na trenażerach w Budapeszcie. Zaprosił mnie i spróbowałem.

Po kilku dniach zajęć wiedziałem już, że to nie atrakcja z wesołego miasteczka, ale najlepsze narzędzie szkoleniowe do doskonalenia techniki narciarstwa zjazdowego, jakie kiedykolwiek stworzono i to na każdym poziomie zaawansowania. Nie przesadzam i postaram się to opisać w dalszej części.

Po powrocie z Budapesztu, zaangażowałem się w uruchamianie nowopowstałego ośrodka Capital Ski na Szczęśliwicach w Warszawie, gdzie dzięki zaangażowaniu i zaufaniu właścicieli udało nam się stworzyć ośrodek szkoleniowo-metodyczny dla narciarzy i instruktorów. Po sześciu miesiącach prowadzenia zajęć dla instruktorów i amatorów jestem coraz bardziej utwierdzony w swoim przekonaniu i wciąż odkrywam nowe zalety tego rozwiązania.

Dlaczego trenażer dywanowy?

Najczęściej wymieniane przez holenderskich producentów zalety to:

– Wygodny dostęp – bardzo ważny w miastach oddalonych od gór.

– Dobry trening kondycyjny przez cały rok i przed wyjazdem w góry.

– Wysoki poziom uwagi instruktora.

– Jazda na nartach przez cały rok.

– Bezpieczne środowisko nauki.

– Nauka jazdy na nartach przed wyjazdem w góry.

– Technika przenoszona bezpośrednio na śnieg.

Po sześciu miesiącach pracy na trenażerach w 100 procentach mogę potwierdzić te zalety. Znalazłem ich jednak jeszcze więcej.

Dla mnie najważniejszą zaletą stało się to, że nawierzchnia, po której się jeździ, dzięki swojej charakterystyce nie wybacza żadnych błędów, wymaga olbrzymiej narzuconej precyzji technicznej, dzięki czemu tworzy się swoiste laboratorium ruchu. A ruch wypracowany w trakcie zajęć łatwo zamienić w nawyk ruchowy dzięki nieograniczonej ilości powtórzeń w niezmiennych warunkach zewnętrznych – stale pod nadzorem instruktora/trenera.

Efekty wypracowane na trenażerze przenoszą się na śnieg, co już sprawdziliśmy (głównie na sobie, grupie instruktorów), a były takie:

– pewniejsze stanie,

– dużo większa precyzja,

– wcześniejsze dociążenie nogi zewnętrznej skrętu,

– równomierne dociążenie nart (na całej długości),

– zdecydowane wzmocnienie mięśni tyłu nogi,

– poprawienie symetrii ruchu.

Wszystkie powyższe zalety udowadniają, że trenażery są właściwym narzędziem szkoleniowym na wszystkich poziomach zaawansowania narciarzy. Mogą być nie tylko dla początkujących, co jest oczywiste, bo dają możliwość poznania podstaw przed wyjazdem w góry, ale też dla średniozaawansowanych – bo dają możliwość doskonalenia techniki i kondycji narciarskiej, ale stają się też niezbędnym narzędziem dla

ekspertów, gdyż stają się swoistym laboratorium ruchu narciarza.

Okazuje się, że w Europie już od dawna używa się tego narzędzia do treningu, także z zawodnikami Pucharu Świata. W internecie można znaleźć filmy z trenującymi na „dywanach" zawodnikami: **Ramonem Zehnhauser`em**, **Danielem Yule**, **Tessą Worley**, **Clementem Noel`em** oraz innymi.

Prowadzenie zajęć na trenażerach

Prowadzenie zajęć na trenażerach nie jest trudne i nie różni się zasadniczo od tego, co instruktor robi na śniegu. Oswojenie się z nowym środowiskiem i zrozumienie zasad działania w nim zajmuje ok. 2 do 6 godzin dla dobrze jeżdżących narciarzy. Należy jednak od razu założyć, że w czasie pierwszej godziny znowu będziemy się czuli jak początkujący, ponieważ nowe środowisko wymaga adaptacji (różnice to zamknięte pomieszczenie, dezorientacja błędnika, brak „siły odśrodkowej"). Potem już wszystko zależy od programu i inwencji twórczej instruktora.

W ośrodku Capital Ski przeprowadziliśmy już jeden **kurs dla instruktorów pod patronatem SITN PZN**. W najbliższym sezonie planujemy przeprowadzenie kolejnych kursów pod hasłem „Wykorzystanie trenażerów dywanowych w nauce i doskonaleniu jazdy na nartach zjazdowych" – zainteresowanych zapraszamy.

Jestem przekonany, że jeżeli z otwartością spróbujecie choćby raz, to podzielicie moje zdanie i też znajdziecie czas w cyklu przygotowań – swoich czy też waszych podopiecznych – na korzystanie z narciarskich trenażerów dywanowych.

A instruktorzy, którzy już spróbowali, opisują to tak:

„(…) Przede wszystkim to świetne narzędzie do precyzyjnej pracy nad techniką narciarską i to w bardzo komfortowych warunkach. Podczas

treningu mamy bezpośredni kontakt z zawodnikiem. Odkrywamy na każdych zajęciach, jak genialnie wpływa to także na ogólny rozwój, kształtujemy takie cechy jak koordynacja, równowaga i czucie głębokie (…) Zauważam też takie ułatwienie dla instruktora i dziecka, że tu praktycznie wyeliminowany jest lęk przestrzeni, tak często spotykany przy nauce pierwszych kroków na śniegu.(…) Zaawansowany zawodnik nie może tu sobie pozwolić na błędy, na niedokładne obciążenie nart, na złą postawę, bo po prostu stok dywanowy mu tych błędów nie wybaczy. Wiążemy z takim rodzajem treningów spore nadzieje. (…)" – **Maciej Kołodzieczyk** (Instruktor Zawodowy PZN – trener RASC)

„(…) Ta mata wymaga precyzji ruchu i uważności, zawodnik nie może jechać byle jak, musi się skupić. Po prostu musi jechać dobrze technicznie. (…) Jednak chyba jeszcze ważniejszy dla mnie jest fakt, że można dane ćwiczenie wykonywać dowolnie długo! Można zrutynizować wykonywanie różnych elementów technicznych przez nieskończenie wiele skrętów. Właściwie jesteśmy ograniczeni tylko kondycją jeżdżącego, a nie długością stoku. (…) Tego nie da się zrobić na żadnym stoku górskim, choćby najdłuższym – i to jest dla mnie największa zaleta stoku – robimy kilkaset powtórzeń danego ćwiczenia i zyskujemy zrutynizowany, prawidłowy, dobrze wykonany ruch. (…)" – **Michał Kołder** (Instruktor Zawodowy PZN, wieloletni zawodnik, trener RASC)

„(…) Przyznaję, że jako doświadczony instruktor podchodziłem z rezerwą do jazdy na dywanie i trudno było mnie przekonać do stanięcia na macie. Ale gdy tylko udało się mnie przekonać do pierwszej jazdy, stałem się absolutnym fanem tego rozwiązania. (…) Dla mnie najważniejsza rola maty, to dobre ustawienie pozycji narciarza w skręcie i ustawienie jazdy na narcie zewnętrznej zamierzonego skrętu. (…) Któregoś dnia poproszono mnie o kilka zjazdów na „szczotce" na Górce Szczęśliwickiej (w celach nagrania wideo), dodam, że byłem już wtedy po kilku treningach spędzonych na stoku dywanowym. Zauważyłem od razu, że inaczej stoję na nartach, a kolejne zjazdy utwierdziły mnie w tym – stoję na nartach po prostu pewniej i lepiej obciążam zewnętrzną nartę zamierzonego skrętu. (…) Mam nadzieję, że po przepracowaniu jesieni na dywanie z moimi małymi zawodnikami, będzie im po prostu łatwiej na śniegu i utrwalą sobie pamięć mięśniową, a nam to ułatwi pracę na slalomie i gigancie na śniegu. (…)" – **Cezary Szeszko** (Instruktor Zawodowy PZN, trener WKN)

„(…) Dla mnie najbardziej liczy się powtarzalność i kontrola. I chodzi nie tylko o kontrolowanie prędkości, czy nachylenia stoku dywanowego, ale przede wszystkim o to, że warunki treningu są kontrolowalne i wszystko to, co robi jeżdżący na bieżąco (…) Na macie uchwycę błąd narciarza natychmiast i od razu go skoryguję. Mam też możliwość szybkiej interwencji, gdy błąd pojawia się znowu. (…)" – **Paweł Rongies** (Instruktor PZN/Capital Ski)

„(…) To dobra baza pod dalsze ćwiczenia na śniegu, spora oszczędność czasu i pieniędzy rodziców. (…) Jestem pod wrażeniem, bo te tysiące powtórzeń danego ruchu można zrobić w Warszawie, zamiast nadrabiać braki techniczne na lodowcu, tam wolę skupić się na realizacji planu treningowego i przygotowaniu do zawodów. Mój zawodnik jeździ ok. 2 metry ode mnie, a ja na jednej sesji widzę całe spektrum jego ruchu, dostrzegam całą gamę błędów i mogę te błędy eliminować poprzez ciągłe wyrabianie prawidłowych nawyków i wytrzymałości w skręcie (…)" – **Max Szeszko** (Instruktor PZN/ WKN)

Piotr Tekiel

Piotr Tekiel

– absolwent AWF Warszawa, UW i UR, Instruktor Zawodowy PZN ISIA CTT, trener narciarstwa alpejskiego PZN, instruktor telemarku PZN, skilehrer SPORTS – Vereinigung für Wintersport e.V., właściciel licencjonowanej szkoły narciarskiej SITN PZN – Fabryka Narciarzy.

Efekty poprzedzone ścisłą współpracą

Sporty śnieżne zawsze stanowiły ważny element naszego życia. Kiedyś śnieżne szaleństwa uprawialiśmy wszędzie, gdzie było można. Lecz nie było wielu takich miejsc gdzie można było, ale jednak dawaliśmy sobie radę. Potem przyszły „nowe" czasy i ruszyliśmy w wielki świat. Gdzie było najbliżej?…, oczywiście w Alpy, które na szczęście są duże i szerokie. Wpierw ćwiczyliśmy bliższe tereny, ale dość szybko zaczęliśmy słyszeć, że dalsze (dla nas) są nie gorsze, a wręcz przeciwnie fajne, świetnie przygotowane, bezpieczne, z racjonalną ofertą, super kulinariami, wyśmienitym winem i mają coś jeszcze – niesamowicie gościnnych gospodarzy, rewelacyjny klimat i gwarantowane słoneczko, rewelacyjną kawę i możliwość spotkania coraz większej ilości znajomych. A to gdzie??? – no we Włoszech!

To właśnie Włosi pierwsi zauważyli nas jako świetnego partnera, uwielbiającego wszystko co wymieniłem powyżej. Zdawali sobie sprawę, że jesteśmy na dorobku „od zera" i wyszli z propozycjami „win-win". Udało się. Dziś jesteśmy we Włoszech, zwłaszcza w Regionie Trentino, partnerem numer jeden z największą liczbą Polaków korzystających z ich gościnności. To samo nie przyszło. Trzeba było się napracować i okazywać wiele cierpliwości i wzajemnego poszanowania.

Właśnie minęło 16 lat takiej mozolnej, ale twórczej i przyjemnej współpracy pomiędzy SITN PZN a władzami regionu Trentino. Te 16 lat współpracy to wspólne coroczne konferencje w Polsce i we Włoszech, partnerstwo w wielu przedsięwzięciach, wymiana doświadczeń, zwłaszcza na stokach, praktyki zawodowe, nie tylko zimowe, ale i letnie, budujące wzajemne zrozumienie i zaufanie. To szeroka współpraca nie tylko z Zarządem SITN PZN, ale i z wieloma Licencjonowanymi Szkołami Narciarskimi SITN PZN i wieloma Instruktorami PZN.

W tych określeniach zawarte są wszystkie aspekty bezpieczeństwa na stokach, możliwość pracy polskich Instruktorów PZN na ich terenach z polskimi grupami, doglądanie najwyższych standardów nauczania sportów śnieżnych i co najważniejsze – zadowolenia przyjeżdżających gości. Cóż, instruktorzy włoscy, to nie byle kto, ale my nie okazaliśmy się gorsi i również wiele do tej współpracy wnieśliśmy. Trzeba przyznać, iż nasi Partnerzy od początku współpracy wykazali najwyższe zaangażowanie. Współpraca ta ma dla nich również istotny wymiar. Możliwość prowadzenia szkoleń przez polskich Instruktorów PZN dla polskich grup miała ogromne znaczenie w budowaniu coraz bardziej masowego zainteresowania spędzeniem rodzinnych urlopów i szkolnych wakacji zimowych w Trentino.

Możemy śmiało powiedzieć, iż bez wzajemnego zrozumienia i akceptacji m.in. tego aspektu, nie osiągnęlibyśmy wspólnie takich rezultatów. Szczególne uznanie za wsparcie i zaangażowanie chciałbym wyrazić dla Panów **M. Rossini**, **F. Gerola**, **M. Bonelli**, **M. Paniza**, **M. Zorzi**, **M. Andreotti**, **M. Viola**, no i przede wszystkim dla Pań **M. Valentini** i **G. Ventura**.

Przykro nam, iż w dobie pandemii Włochy i włoski naród ucierpiał tak fatalnie. Mamy nadzieję, iż pandemia powoli odchodzi od nas wszystkich i niebawem będziemy mogli powrócić do normalnego funkcjonowania. Niemniej jednak, wszystkich wybierających się do Trentino na śnieżne szaleństwa w nadchodzącym sezonie, uprzejmie prosimy wspólnie z władzami Regionu Trentino o zapoznanie się z zasadami bezpieczeństwa dla wspólnego dobra.

Maciej Kwiatkowski
Członek Zarządu SITN PZN
Koordynator współpracy
z Regionem Trentino

ENJOY
YOU ARE IN TRENTINO
ITALIA
visittrentino.info

WSZĘDZIE Z KARTĄ

„Zielona Karta Trentino" (ang. Trentino Guest Card) to przepustka, zapewniająca dostęp do wyjątkowych usług w całym Trentino. Każda karta gwarantuje jej właścicielowi i jego rodzinie wiele zniżek i udogodnień z unikalnym systemem rozpoznawania: karta jest osobista, dzięki systemowi QRcode, który umożliwia bezpośredni kontakt turysty ze strukturą uczestniczącą w projekcie. „Zielona Karta Trentino" zapewnia bezpłatny dostęp do lokalnej sieci komunikacji (Trentino Trasporti), wielu muzeów, zamków, parków oraz długą listę zniżek na inne atrakcje do samodzielnego odkrywania, w tym na degustacje lokalnych produktów i ich zakup.
Od momentu zameldowania do wymeldowania, karta gwarantuje najlepsze wrażenia z wakacji w Trentino, oferując coraz to nowe doświadczenia, w prosty i zrównoważony sposób.
Lista usług jest zawsze aktualizowana w aplikacji (iOS i Android).

Dowiedz się więcej o warunkach i usługach dostępnych na
visittrentino.info/trentino-guest-card

TRENTINO

Ph: Trentino Marketing - R. Bragotto

BEZPIECZNE WAKACJE

Informacje dotyczące bezpiecznego urlopu w Trentino
visittrentino.info/informacja-coronavirus

„Nartą muru nie przebijesz"

Paradoksy i porażki polskiego narciarstwa...

Obserwując latami, trochę z innej perspektywy polskie narciarstwo alpejskie nachodzi mnie refleksja, jak to możliwe, że w kraju, w którym 4 miliony Polaków uprawiają narciarstwo, nie możemy przebić muru niemocy, aby w godnych warunkach i na poziomie rozkoszować się tym pięknym sportem.

BAZA...

Kilkanaście lat temu Polskę odwiedził **Ingemar Stenmark**, jeden z najbardziej utytułowanych narciarzy na świecie. Wizytując Białkę Tatrzańską nie mógł się nadziwić jak na takiej „małej górce" powstaje wyciąg na wyciągu, hotel na hotelu, a pobliskie góry stoją narciarsko niezagospodarowane.

Mamy w Polsce dużo niewielkich ośrodków narciarskich nadających się do nauki jazdy i amatorskiego uprawiania narciarstwa, które jednak w żaden sposób nie nadają się do zawodniczego uprawiania sportu nawet już dla 12-13 letnich dzieci. Stoki są za krótkie, za płaskie i od godzin porannych zatłoczone przez amatorów białego szaleństwa. Dla młodych zawodników pozostają godziny wczesno poranne. 10 przejazdów i o 8-9 rano zawodnik ma wolne. No idzie jeszcze do szkoły. Zawodnik starszy, junior i senior idąc na trening na tych stokach po prostu marnuje czas… Ale innego wyboru w Polsce nie ma. I tyle w temacie treningu na śniegu podczas krótkiej polskiej zimy. Zdecydowanie za mało. Za mało, żeby wytrenować zawodników, którzy byliby w stanie powalczyć o miejsce w europejskiej czy światowej czołówce.

Tatry, Beskidy, Karkonosze, nasze góry. Wszędzie te same problemy: Park Narodowy, prywatne ośrodki, brak dodatkowej trasy dla zawodników – przeszkody, póki co nie do przeskoczenia. Nie mamy tych gór dużo, to prawda, ale mając do dyspozycji np. trasę nr 5 w Krynicy, Nosal w Zakopanem, część trasy FIS w Szczyrku i w Czarnej Górze z powodzeniem można by tam trenować slalom i gigant, mieć bazę, zorganizować szkoły sportowe, aby zawodnicy mogli od początku grudnia do końca marca trenować do woli, chodzić do szkoły i spać we własnym łóżku, a nie tułać się po świecie.

LODOWCE...

Nie ma zawodnika, który na lodowcu nie był. Jeżdżą tam ci najmłodsi, jak też, a może przede wszystkim zawodnicy z Pucharu Świata. Nie jest to dla nich jednak raj na ziemi: krótsze i z reguły mniej trudne trasy, dłuższa droga na trening, wysoko, zmienna pogoda, mróz, wiatr i śnieg. Jednak wszyscy wiedzą, że pomiędzy końcem sezonu w marcu a początkiem w okolicach listopada należy odpowiednią ilość dni spędzić na śniegu. Te teamy, które mają bliżej, jeżdżą tam na tzw. prognozę, aby nie tracić zbytnio czasu, gdy warunki uniemożliwiają trening. Kadry alpejskie i te „bogate" od kilkunastu lat jeżdżą na południową półkulę szukać prawdziwej zimy.

W grudniu jednak z reguły przychodzi zima, lodowce pustoszeją, Austriak z Kitzbühel, Włoch z Madonny di Campiglio, Francuz z Grenoble czy Szwajcar z Wengen wracają do domów, do rodzin, znajomych i przyjaciół, ścielą swoje wygodne łóżka i zaczyna się dla nich najbardziej ulubiony czas zimy – trening w swojej okolicy, w otoczeniu znanych kolegów i rywali z klubu lub okręgu, na znanych i doskonale przygotowanych stokach nieopodal. Kwintesencją tych świetnie zorganizowanych treningów są zawody – krajowe, FIS, Europa Cup czy World Cup. Tam sukces napędza do jeszcze bardziej wzmożonej pracy. Jeżeli nie ma kontuzji, wypadków lub innych zdarzeń, szanse na sukces szybko rosną. Chce się żyć i kochać narciarstwo.

Dla zawodnika z Polski grudzień oznacza dalszy ciąg tułaczki. Wraca z lodowców i nie wchodzi

Każdy kolejny rok przynosi zmiany szkoleniowe, intensywność i charakter treningów – różnice zostały ujęte w symbolicznej kompozycji łączącej dwa odległe wydarzenia rozgrywające się na trasie FIS na Skrzycznem w Szczyrku. Zdjęcie sędziów mierzących czas wykonane zostało na początku lat 60-tych, a trening **Maryny Gąsienicy Daniel** sfotografowany został prawie w tym samym miejscu w kwietniu 2021 roku. Autorką kompozycji jest **Izabela Kruźlak**. Całość pochodzi z albumu „Skrzyczne – góra wspomnień" autorstwa **Jacka Żaby** (pozycja wydana we wrześniu 2021 roku)

na długie, strome i wymagające stoki w Polsce, bo ich nie ma, tylko szuka alternatyw a to na Słowacji lub w Czechach, a to walczy o linie w Szczawnicy lub jedzie znów w Alpy na zawody, bo przed nimi ma niekiedy jedyną okazję, aby 2-3 dni potrenować w sprzyjających warunkach.

To generuje olbrzymie koszty i siły, niestety nie motywuje. Trudno nie podziwiać tych młodych chłopaków, którzy chcieliby stanąć w budce startowej z napisem „Audi World Cup" i odegrać jakąś rolę. Mimo talentu, samozaparcia, kociej sprawności, siły, mocnej psychiki i pewnie wielu innych rzeczy, jest to w tym układzie po prostu niemożliwe.

TRENER

W polskiej rzeczywistości jest „sam sobie sterem, żeglarzem, okrętem…" Trudno być trenerem narciarstwa w Polsce, brak wsparcia klubów, PZN i innych instytucji. Sponsorem jest rodzic. Aby mieć grupę dzieci należy ją zebrać i umówić się na „wpisowe" z rodzicami, aby była z tego pensja. Niby proste i do roboty. Ale czy na pewno?

Po miesiącu czy dwóch 2-3 zawodników rezygnuje, a raczej odchodzi do innego trenera, bo za ciężkie treningi, trener jest niemiły, „foruje" innych, nie zna się na rzeczy itp. Zaczyna się giełda trenerów… Bo tamten lepszy, tańszy z lepszą wiedzą. I co wtedy? Grupa mniejsza, trenera pensja też mniejsza, nikt nie kwapi się, aby w tej sytuacji „podnieść wpisowe". Zaczynają się problemy. Przychodzi wiosna…, co teraz? Czy dalej płacimy? Bo przecież śniegu już nie ma… A przygotowanie do sezonu? Codzienne treningi? Znów pojawia się kłopot, bo trener nie jest przecież z reguły na etacie tylko na „wpisowym". Czasów klubów policyjnych, wojskowych, zakładowych z lat 80-, 90-tych już nikt nie pamięta, teraz trener musi zadbać o zawodników do szkolenia, przygotowanie planu treningowego, organizację wyjazdów, zawodów, gotowanie na wyjazdach, rozliczenia itp. i o to, żeby z tego rynku nie wypaść i mieć za co żyć.

Dużo trenerów z okolic górskich trenuje np. młodzież ze stolicy. Kilka lat temu byłem świadkiem jak dla trenera wygląda wyjazd na

lodowiec… Z Zakopanego wsiada do pociągu przed północą, aby o 5-6 rano zameldować się mniej lub bardziej wyspany w Warszawie i wsiąść do busa z dziećmi, którym w pojedynkę udaje się na jeden z lodowców w okolicy Innsbrucka, raptem 1300 km… Po przyjeździe na miejsce, rozlokowaniu dzieci w apartamentach wyciąga z kartonów jedzenie, z którego przyrządza obiad dla dzieci. Później już tylko narciarnia, sprawdzenie sprzętu, ostrzenie, smarowanie i około 22.00 jest już w pokoju, sprawdza czy wszyscy śpią, przygotowuje na drugi dzień sprzęt na trening, pieniądze na karnety i po prawie dobie bez snu kładzie się spać. Do 5 rano…, trzeba przecież wstać, zrobić dzieciom śniadanie i 6.30 ruszyć pod lodowiec, aby nie być ostatnim w kolejce… I tak cały tydzień, pobudka, trening, gotowanie, obiad, drugi trening, smarowanie, ostrzenie, analiza wideo i… krótki sen. Po tak eksploatującym tygodniu dla zawodników i trenera, nastąpić ma wreszcie wolne popołudnie, czas na spokojne pakowanie, bo rano wyjazd do domu. Nic z tego… Apartamenty kosztują, trzeba zaoszczędzić, więc wracajcie po nartach. Apartament opuszczamy jak zwykle 6.30, pakując się od 5.30 i na lodowiec. Po treningu przebieranie przed busem i ruszamy… Wszyscy zasypiają jeszcze przed wyjazdem z doliny, godzina 15.00, robi się ciemno. Trener też się wyśpi, jak uda mu się dojechać kolejne 1300 km prowadząc sam busa bez zmrużenia oka… Czy chciałbym aby w tym busie było moje dziecko…? Chyba ja też nie spałbym całą noc, tylko że ze strachu…

LIGI SZKOLNE

20-30 lat temu większość dzieci uprawiających narciarstwo mieszkała w miejscowościach górskich. Dlaczego? Bo nikt nie miał czasu, pieniędzy i możliwości, aby wozić dzieci z dużych miast na treningi, nie wspominając już o braku możliwości wyjazdu w Alpy. Dzieci z reguły miały pełne finansowanie z klubów i szkół sportowych opartych o dawny ustrój. Teraz narciarstwo stało się sportem dla dzieci, których rodzice mają odpowiednio gruby portfel, co za tym idzie z różnych miejsc w Polsce. Ci którzy się na to zdecydowali, zgodzili się również na „tułaczkę", o której już pisałem. Tak też ligi szkolne małopolska, śląska i inne przyjmują mnóstwo dzieciaków z wielu zakątków Polski.

Jechałem rok temu z Krakowa o 5.00 rano na Podhale. Zjechałem na stację benzynową na wylocie z miasta, aby zatankować. Stacja zastawiona była kilkunastoma busami klubów narciarskich podążających w góry na ligę szkolną. Był wtorek, dzień w którym wszystkie dzieci idą do szkoły. Oprócz tych, które jadą właśnie na zawody. Dlaczego nie są one rozgrywane w weekend? Podobno więcej ludzi na stokach. Chyba nie do końca, w sobotę jest zmiana turnusów i na stokach jest najwięcej miejsca.

Jak wygląda dzień zawodnika spoza gór podczas takich zawodów? 4.00 rano pobudka, 5.00 rano wyjazd z Krakowa, 7.00 przyjazd na miejsce, przebieranie się, 8.00 rano rusza stok, 2 przejazdy treningowe, oglądanie trasy i… 1 przejazd w zawodach… Dlaczego tylko jeden pytam organizatorów? – Bo jest bardzo dużo dzieci – słyszę. No, ale przecież przyjechały z daleka, opuściły szkołę, może by tak drugi przejazd dla najlepszej 30-tki tak jak w Pucharze świata? Przecież drugi przejazd wzbudza emocje, daje szanse na odrobienie strat lub powiększenie przewagi… Nie ma czasu. Antek, Franek, Kasia czy Magda o 10.15–11.00 są po zawodach, siedzą w barze, jedzą pączki i czekają na rozdanie nagród. Zjechali 4 razy, w tym raz po slalomie. O 16.00–17.00 są w domu, piszą do kolegi co było w szkole i z zamykającymi się oczami odrabiają lekcje.

Czy to był udany narciarski dzień wart poświęcenia szkoły? Mam wątpliwości. Czy nie można dla dzieci z niższym rankingiem zrobić eliminacji, zawody zrobić w trochę mniejszym gronie w dwóch przejazdach, a po zawodach zostawić slalom na godzinę, dwie, do rozdania nagród, aby te dzieci w pełni wykorzystały ten narciarski dzień? Aby rodzic wiedział, że opuszczając szkołę wyniosą inne korzyści?

PZN

Polski Związek Narciarski rozliczany jest z wyników… I te wyniki w skokach bezapelacyjnie ma, w biegach miał, dopóki kariery nie skończyła nieprawdopodobna **Justyna Kowalczyk**. Skoki w Polsce uprawia może 200-300 osób, na skoki podczas Pucharu Świata zjeżdża się nawet 50 tysięcy „kibiców". Ci co byli i widzieli wiedzą, że większość z nich ma niewiele wspólnego ze sportem, a raczej z dobrą zabawą przy piwie i kiełbasce. Ilu z tych ludzi po zawodach zafascynowanych magią skoków pójdzie poskakać na skoczni…? Ilu zapisze dzieci do klubu…? Skoki nigdy nie będą sportem masowym i nie zarażą do uprawiania sportu innych. Są zbyt „specjalistyczne". Co innego biegi narciarskie, tu dostęp do nart i tras biegowych z roku na rok jest coraz większy, a opanowanie poruszania się na tych nartach nie wymaga większych umiejętności niż zjazdy z góry na nartach. Są świetną alternatywą w zimie dla sportów letnich, które w zimie możemy uprawiać tylko w hali lub siłowni czy basenie zamkniętym.

A narciarstwo alpejskie uprawia w sensie „amatorskim" około 4 milionów Polaków. Jest to po jeździe na rowerze najbardziej masowy sport w Polsce. To olbrzymie pieniądze dla branży sprzedaży sprzętu i ubiorów narciarskich, stacji narciarskich, hoteli, pensjonatów i całej tej otoczki.

Ale nam brakuje gór albo dobrej chęci, aby w tych górach kilka stoków zagospodarować najpierw dla „wyczynowców", a dalej dla amatorów. Wyniki są w skokach i mimo tego, że wszyscy sobie zdajemy sprawę z małych szans, aby alpejczycy zbliżyli się do wyników skoczków, to biorąc pod uwagę, jak można przy tej ilości jeżdżących „porwać tłumy" wynikami alpejczyków, chyba warto w to zainwestować. Przede wszystkim zacząć od stworzenia bazy. Utrzymanie dużej skoczni w Zakopanem i Wiśle kosztuje miliony, a skacze garstka, ewentualne dzierżawy trasy w Krynicy, na Nosalu czy w Szczyrku nie będą kosztowały więcej, a mogą tam trenować tłumy.

Dwa lata temu dzięki pasjonatowi narciarstwa **Marcinowi Blauthowi**, wiceprezesowi PZN, specjalnie i tylko dla zawodników otwarto albo zamknięto, jak kto woli FIS-ową trasę w Szczawnicy. Brawo, oby więcej takich inicjatyw. Jednak… w Szczawnicy nikt tego narciarstwa alpejskiego nie uprawia, nie ma szkoły sportowej, wszyscy zawodnicy, którzy tam przyjeżdżają na trening dojeżdżają codziennie 60-100 km z Zakopanego (stolicy sportów zimowych…) Krynicy czy Krakowa. Czy narciarstwo w tej formie ma sens? Ile wytrzyma zawodnik taką tułaczkę w busie, w aucie, na kwaterach?

NARCIARSTWO W DOBIE COVIDU

Tego, co wydarzyło się tej zimy, nie przewidzieliby nawet najstarsi górale… Czy ktoś dwa lata temu wyobrażał sobie, że stoki będą stały zimą niezagospodarowane, hotele puste, a instruktorzy, właściciele wypożyczalni, restauracji, serwisanci i inni będą siedzieć w domu i patrzeć jak drzewo spala się w kominku…? Miejmy nadzieję, że to mamy już za sobą, to był olbrzymi cios dla całej branży. Ale zawodnicy, przynajmniej ci z Polski, będą ten sezon wspominali jako najbardziej komfortowy w historii. Wszystkie stoki, które właściciele zdecydowali się otworzyć tylko dla nich, dawały komfort treningu. Okazało się też, że prawie każdy może zostać zawodnikiem, mastersem, co dawało prawo do treningu. Ale też np. zawodnik judo czy piłki plażowej posiadający licencje mógł skorzystać ze stoku. Polak potrafi… Dzisiaj wszyscy patrzymy z nadzieją, że szczepionki pomogą i jesienią założymy narty i będziemy szusować do wiosny. Oby… W przeciwnym razie chyba nawet nie warto mówić co będzie.

AMATOR „ZAWODOWY"

Kończąc studia, kierunek nauczycielski i trenerski w narciarstwie coś przeczuwałem, że skieruję się do trochę innej roli niż wskazują to moje dyplomy i zostanę instruktorem narciarskim. Wystarczyły po studiach 3 miesiące pracy w klubie, który działał już na warunkach wolnorynkowych, abym uzmysłowił sobie, że praca z młodzieżą przy obecnych możliwościach infrastrukturalnych i organizacyjnych mija się z celem. W taki oto sposób zacząłem szkolić amatorów białego szaleństwa. Najpierw lekcje od podstaw, później po zdobyciu uprawnień Instruktora Wykładowcy PZN zacząłem organizować kursy na stopnie instruktorskie, kursy jazdy sportowej i wyjazdy zagraniczne.

Przede mną stanął narciarz świadomy swoich niedoskonałości, możliwości i mniejszych

umiejętności, ale narciarz, który chce swój czas i pieniądze z radością poświęcić na uprawianie narciarstwa. Zdjęta została ze mnie presja wyniku, odpowiedzialności za kontuzje i urazy, lecz dała mi pełną radość z pracy i świadomość, że ci ludzie będą lepszymi narciarzami, choć nie mistrzami. Poznałem mnóstwo ludzi, nawiązałem przyjaźnie i każdemu chciałbym życzyć, aby do pracy przychodził z taka radością.

Dzisiaj uprawiając zawodniczo narciarstwo młodzież bardzo wcześnie kończy karierę, z setek dzieci w wieku 7-8 lat, nastolatków zostaje garstka… W tym wieku są już świadomi, że takie narciarstwo jakie możliwe jest w naszym kraju, nie ma sensu. Najgorsze, że często zabija to miłość do tego pięknego sportu i młodzież ta do narciarstwa jako amator czy instruktor już nie wraca.

Bartłomiej Ptak

Bartłomiej Ptak

– Instruktor Wykładowca PZN, Mistrz Polski Instruktorów, Mistrz Polski Amatorów.

POSZUKIWANA ODZNAKA ZAWODÓW ANNO DOMINI 1961

Inauguracyjne zawody naszego środowiska zostały rozegrane w 1961 roku. Były to pierwsze Ogólnopolskie Zawody Instruktorów Narciarstwa na Kasprowym Wierchu. Zorganizowane zostały za sprawą Śląskiego Okręgowego Związku Narciarskiego. Czy była z tej okazji wydana okolicznościowa odznaka? Niestety nie znamy na razie odpowiedzi. A jeśli była, to może komuś zalega w szufladzie? Z okazji kolejnych zawodów takie okolicznościowe odznaki były wydawane. Prezentujemy znaczki upamiętniające zawody II, III i IV edycji. Napisy oznaczają: ŚI OZN – Śląski Okręgowy Związek Narciarski, KKN – Katowicki Klub Narciarski. Jeśli ktoś posiada informacje na temat istnienia odznaki z I zawodów, prosimy o kontakt mailowy na adres: biuro@sitn.pl

Odznaki nr II oraz III pochodzą ze zbiorów **Piotra Jasieńskiego „Szuwarka”**, a nr IV ze zbiorów **Jacka Żaby**.

FootBalance

Wkładki z dynamicznym wsparciem sklepienia stopy

W Tatrach, w okolicach Rakonia

SKITOURY

JAKO WYJŚCIE NARCIARZA ZE STREFY KOMFORTU – NOWY KLIENT NA RYNKU

Ubiegłoroczny sezon zimowy był niespotykanym dotychczas wyzwaniem dla branży instruktorskiej. Niemal całkowite zamknięcie alpejskich ośrodków narciarskich oraz zaledwie miesięczny sezon szkoleniowy w Polsce postawiły całą branżę turystyczną oraz instruktorską w stan kryzysu. Ze wszystkich form narciarstwa jedna jednak rozkwitła: skitouring.

Poniżej pragnę skoncentrować się na dwóch aspektach tej formy uprawiania narciarstwa: na wyzwaniach jakie przynosi dla narciarza zjazdowego oraz na infrastrukturze szkoleniowej nim się zajmującej.

Zamknięte granice, jak i zamknięte stoki narciarskie sprawiły, że „amatorzy białego szaleństwa" zainteresowali się skitouringiem jako jedyną dostępną formą narciarstwa – a wraz z tym pojawił się na rynku nowy klient. Szkoły narciarskie dotychczas działające typowo „stokowo", poszerzyły swoją ofertę o szkolenia skitourowe, a niektóre również o lawinowe (nawet na terenach, gdzie takie zagrożenie nie jest odnotowywane).

Co dla dotychczasowego narciarza-amatora, który spędza rocznie na śniegu 7–10 dni rocznie oznacza skitouring?

– Najbardziej widoczna różnica to drastyczna zmiana proporcji między czasem spędzanym na dostanie się na górę oraz na zjazd. Podczas gdy dzień narciarza zajazdowego składał się serii wjazdów wyciągiem i zjazdów, w efekcie otrzymując kilkanaście do kilkudziesięciu przejechanych kilometrów po trasie, tak dzień skitourowca to zazwyczaj jedno długie podejście i zjazd;

– Długi, intensywny wysiłek podchodzenia pod górkę czyli trening beztlenowy, zupełnie przeciwny do krótkich, intensywnych zjazdów po trasie (wysiłek tlenowy) – co za tym idzie, początkowa zadyszka, pot na czole i wiele dotychczas nieznanych emocji, które w dotychczas uprawianym narciarstwie nie miały miejsca;

– Wybór trasy podejścia i zjazdu – to najistotniejszy aspekt całej wyprawy skitourowej: o ile jako narciarz zjazdowy w zasadzie nie musi sobie tym zaprzątać uwagi dostosowując jedynie stopień trudności do własnych umiejętności, tak jako narciarz skitourowy jest pozostawiony z wyborem (oraz odpowiedzialnością); Warto tutaj zauważyć, iż stanowi to kluczową umiejętność czy też wręcz usługę instruktora – znajomość terenu, szczególnie gdy mowa o narciarstwie pozatrasowym w Tatrach, chociaż również i mniejsze góry typu Beskidy potrafią zaskoczyć;

– Obsługa i regulacja sprzętu skitourowego: tak jak dotychczas wszystkie te elementy były stałe dla narciarza zjazdowego, tak dla skitourowca ustawienia buta, wiązań, zapięcie fok oraz regulacja wysokości kijów, to zajęcia zupełnie nowe, nieobecne w dotychczas znanym narciarstwie: sporo świadomości i roboty do zrobienia. Niższa waga sprzętu skitourowego również nie jest bez znaczenia, gdy mowa o technice i stabilności zjazdu;

– Zjazd odbywa się po nieprzygotowanym stoku – to wyzwanie dla wielu narciarzy zjazdowych – nawet tych z wielosezonowym stażem, ale przyzwyczajonych do utwardzonej i wygładzonej przez ratrak pokrywy śnieżnej: tak jak dotychczas każda gruda, kamień czy oblodzenie stanowiły powód do zgłoszenia uwag do gestora trasy, tak dla skitourowca to normalność. W tym miejscu ustalenie czy uczestnicy szkolenia posiadają w ogóle umiejętność jazdy na nartach w zaplanowanym terenie stanowi fundament bezpieczeństwa;

– Ciągła regulacja komfortu cieplnego: czyli plecak pełen ciuchów, podczas gdy dotychczas wystarczała po prostu kurtka i spodnie narciarskie: manipulacja odzieżą na kolejnych etapach podejścia i zjazdu to kolejny aspekt, który wcześniej praktycznie nie istniał, gdyż dobierało się odzież do temperatury wychodząc z domu, co najwyżej manipulujac jedną warstwą termiczną;

– Dla narciarza zjazdowego istnieje cała infrastruktura od wyciągów poprzez restauracje; narciarz skiturowy tę infrastrukturę niesie w swoim plecaku: mowa o piciu, jedzeniu, a nawet czymś do wypoczynku na siedząco, smar do nart czy też śrubokręt warto mieć ze sobą cały czas;

– Ostatni, aczkolwiek istotny aspekt: o ile przeciętna rodzina z dwójką dzieci wybierając się na narty mogła liczyć na szkółki narciarskie i możliwość pozostawienia dzieci nawet na cały dzień (w tym dzieci przedszkolnych), tak uprawiając skitouring takiej możliwości nie ma; choć zdarza się coraz częściej widzieć „foczące" dzieci, to są one przynajmniej w wieku szkolnym i trudno wyobrazić sobie, aby ten wiek mógł ulec zaniżeniu;

Biorąc pod uwagę relatywnie wysokie koszty zakupu sprzętu skitourowego, w stosunku do amatorskiego sprzętu narciarskiego, można zauważyć, że narciarze skitourowi w ogromnej większości sprzęt wypożyczali. Tak więc tę zimę wygrali ci właściciele wypożyczalni, którzy na czas zaopatrzyli się w sprzęt skitourowy – wypożyczenie sprzętu na weekend bez wcześniejszej rezerwacji, graniczyło z cudem. Działalność szkoleniowa zatem była uzależniona od dostępu wypożyczalni, inaczej niż w amatorkim narciarstwie zjazdowym, gdzie dostęp do sprzętu jest szerszy, a ceny relatywnie dużo niższe.

Istotnym zjawiskiem jaki można zauważyć w naszej polskiej społeczności narciarskiej jest fakt „splecenia się" w czasie dwóch zjawisk: spopularyzowanie się skitouringu w społeczeństwie wynikające z braku możliwości korzystania z wyciągów narciarskich w sezonie sezonach 2020/2021 (oraz również w końcu sezonu poprzedzającego) oraz zwiększenie kadr instruktorów SITN PZN po przeszkoleniu skitourowym. To zjawisko jest wynikiem chęci zdobycia międzynarodowych uprawnień Euroinstruktora wśród dotychczasowych instruktorów SITN PZN, aby mieć możliwość szkolenia za granicą bez konieczności dodatkowych

Autorka artykułu ze swoją mamą Instruktorką PZN Jadwigą Gołdą na Pilsku

pozwoleń. Tak więc podczas gdy jeszcze 5–6 lat organizowany przez Stowarzyszenie kurs skitourowy odbywał się średnio raz na 2 lata dla grupy kilkunastu osób, tak w ubiegłych dwóch sezonach odbywało się po 4–5 kursów w sezonie, dając przeszkolenie blisko setce osób rocznie (źródło: Informator SITN PZN).

Wydawać by się mogło, że zatem te dwa zjawiska idealnie się splatają: nowy typ klienta na szkolenia skitourowe, więcej instruktorów SITN PZN przeszkolonych w zakresie narciarstwa skitourowego. Niestety jednak brakuje spoiwa w postaci jednej regulacji. Byłoby doskonałą sposobnością zachować nowego klienta skitourowego dla obecnie szerokiej już szerzy instruktorów zawodowych, tak aby szkoły były zobligowane do zatrudniania ich do prowadzenia wycieczek skitourowych. Niestety, również nasze wytyczne szkolenia podające kompetencje i uprawnienia Instruktora Zawodowego ISIA, podają je nieprecyzyjnie. Nie wiadomo zatem czy instruktor zawodowy, który ukończył szkolenie lawinowe i skitourowe może prowadzić takie zajęcia czy też nie. To niedoprecyzowanie powoduje szereg nieporozumień, a w rezultacie również powoduje „oddanie" nowego klienta poza grono instruktorów SITN PZN. Szkoły narciarskie mają dowolność w zakresie doboru kadry prowadzącej szkolenia skitourowe i lawinowe: mogą do prowadzenia wycieczek skitourowych zatrudnić zarówno wysoko wykwalifikowanego przewodnika wysokogórskiego IVBV, jak i instruktora MENIS, kierując się preferencją, a być może – co gorsza – konkurencyjną ceną. Warto zwrócić uwagę na brak regulacji w tym zakresie i biorąc pod uwagę dalszy rozwój narciarstwa skitourowego, należałoby uregulować tę kwestię.

Pozostaje jednak pytanie czy tendencja rozwoju narciarstwa skitourowego utrzyma się długofalowo, nawet gdy ośrodki narciarskie będę funkcjonowały normalnie w kolejnym sezonie? Czy może skitoury jedynie zapełniły czasową lukę spowodowaną brakiem dostępu do narciarstwa stokowego?

W związku z bardziej wymagającym charakterem narciarstwa skitourowego pod względem umiejętności, kondycyjnym, organizacyjnym oraz logistycznym, z pewnością nie przejmie całości klientów, którzy dotychczas byli amatorami narciarstwa zjazdowego. Jednak ostatniej zimie zawdzięczamy popularyzację narciarstwa skitourowego i pojawienie się na rynku nowego klienta. Czy ten klient pozostanie obecny, zależy w dużej mierze od kolejnych fal pandemii (a raczej obostrzeń z nimi związanych). Wielu, którzy wylali ósme poty na pierwszych podejściach skitourowych w ubiegłym sezonie, odetchnie z ulgą na wieść o normalnie funkcjonujących ośrodkach narciarskich, ale pewna część osób które zaingerowały skitouring w dobie pandemii doceni nowe wyzwania oraz walory, które on oferuje i pozostanie na dłużej, dzieląc swój czas na śniegu pomiędzy podejście i zjazd. Wówczas warto, aby struktury szkoleniowe SITN PZN zapewniały kadrę, która będzie predystynowaną do prowadzenia szkoleń skitourowych.

Jolanta Wysokińska

Jolanta Wysokińska

– Instruktor Zawodowy ISIA, szkoli we włoskich szkołach narciarskich, z wykształcenia kulturoznawca, obecnie (pandemicznie) księgowa.

Z prac Komisji Narciarstwa Biegowego

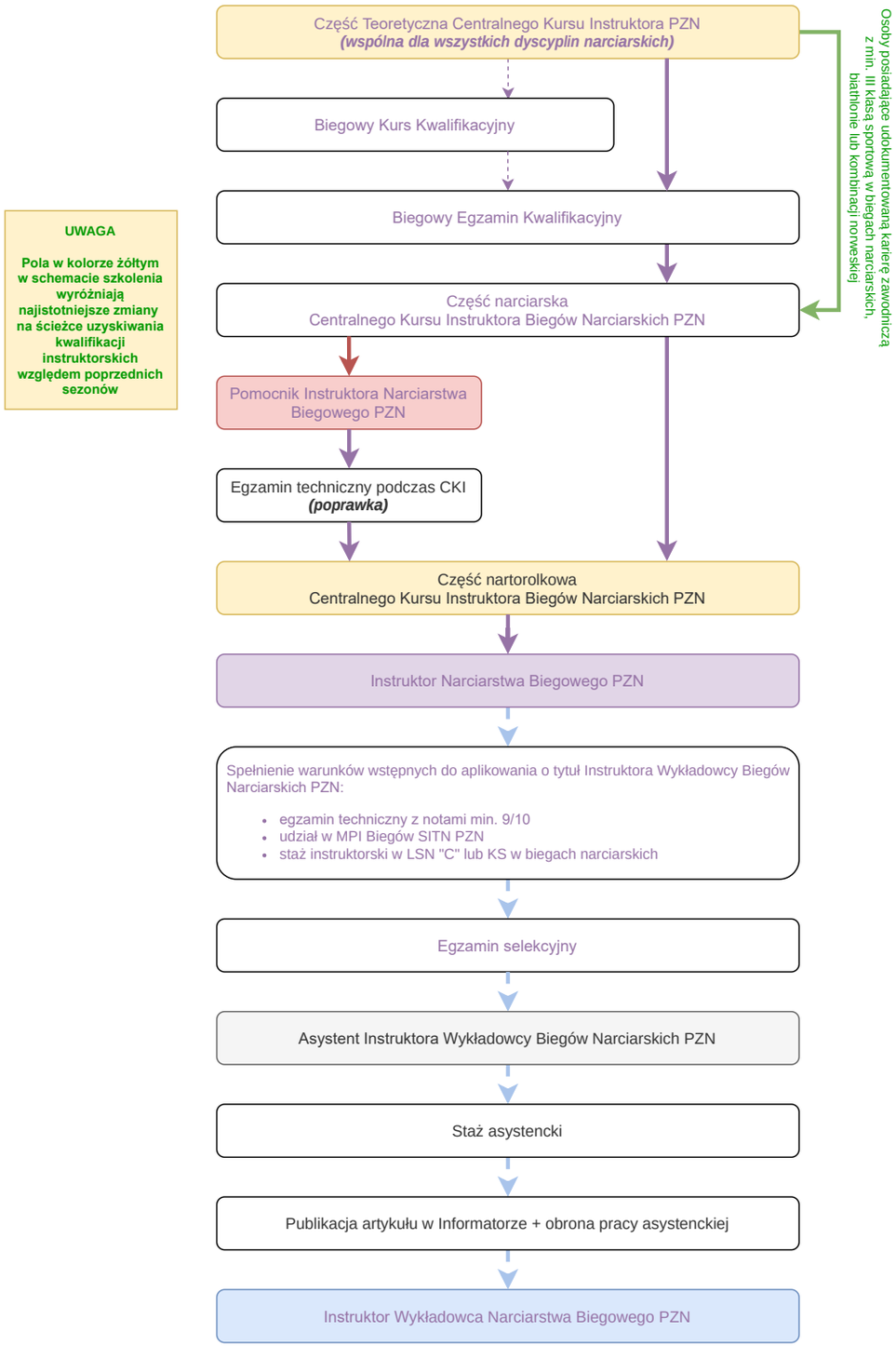
Anna Guzik

– Instruktor Wykładowca PZN, Przewodnicząca Komisji Narciarstwa Biegowego SITN, Delegat Techniczny FIS i PZN, Inspektor Homologacji Tras Biegowych FIS i PZN, Absolwentka AWF Kraków, Trener II klasy narciarstwa biegowego, szef wyszkolenia instruktorów biegowych w LSN Strama Zakopane. Sercem i pracą związana z Zakopanem.

To był całkiem niezły sezon dla biegaczy! Pandemia na szczęście oszczędziła trasy biegowe i dzięki temu udało się przeszkolić rekordową liczbę nowych Instruktorów Narciarstwa Biegowego, za co wszystkim uczestnikom naszych kursów serdecznie dziękujemy i gratulujemy! Ten rok pokazał, że zamknięcie stoków narciarskich nie zamknęło narciarzy w domach, kto żyw, ruszył na trasy biegowe, a same biegówki okazały się świetnym pomysłem na spędzanie nadmiaru wolnego czasu na świeżym powietrzu. Na trasach biegowych zobaczyliśmy również tych, którzy w poprzednich latach uzyskali nasze legitymacje i okazało się, że dla wielu instruktorów zajęcia biegowe stały się głównym zajęciem podczas zimowego lockdownu.

Wiosna 2021 była dla naszego zespołu czasem intensywnych przygotowań i wielkich zmian, przemyśleń i odważnych decyzji, których skutki zobaczycie w najbliższym sezonie zimowym. Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom i sytuacji naszej dyscypliny w ujęciu ogólnoświatowym,

SCHEMAT SZKOLENIA I CERTYFIKACJI INSTRUKTORÓW NARCIARSTWA BIEGOWEGO
SITN PZN 2021/2022



OTWIERAMY PRZESTRZEŃ

30 LAT ROZWIĄZAŃ DLA DOMU | FAKRO

DREWNIANE OKNO DACHOWE
FPP-V preSelect MAX

Cenimy życiową przestrzeń, a im jej więcej, tym lepiej. Otwierając uchylnie okno FPP-V preSelect MAX, wykorzystujemy potencjał poddasza, zyskując komfort podejścia do otwartego okna oraz nieograniczony widok na zewnątrz.

Okno FPP-V preSelect MAX to także:
- **więcej natury** – piękne, drewniane ramy okna to wysoka estetyka i przytulny klimat wnętrza,
- **więcej przestrzeni** – innowacyjne okucia preSelect umożliwiają o 30% szersze uchylenie skrzydła, aż do kąta 45°,
- **więcej światła** – okna dostępne w dużych rozmiarach (134x160 cm) z pakietem trzyszybowym.

GWARANCJA

Okna dachowe FAKRO wyposażone są w szybę hartowaną o podwyższonej wytrzymałości, która zwiększa bezpieczeństwo użytkowania poddasza nawet podczas intensywnych opadów deszczu lub gradu.
Odporność szyb hartowanych na gradobicie objęta jest bezterminową gwarancją.

Telemarkowe nowości w zakresie kształcenia

Minęło już kilka lat od opublikowania w roku 2014 Programu Nauczania Narciarstwa Telemarkowego SITN PZN, który był impulsem do usystematyzowania istniejącej od roku 2004 drogi szkoleniowej zarówno dla amatorów, jak i osób chcących podnosić swoje kwalifikacje zawodowe. W początkowym okresie, ukończenie organizowanego przez Stowarzyszenie Kursu Telemarkowego dawało możliwość naszym Instruktorom PZN uzyskania specjalizacji z drugiej dyscypliny sportów śnieżnych będącej elementem procesu kształcenia do uzyskania stopnia Instruktora Zawodowego ISIA.

Wzrost zainteresowania telemarkiem w latach ubiegłych przyczynił się do utworzenia struktury szkoleniowej w Stowarzyszeniu. Powstała Komisja ds. Telemarku zajmująca się szkoleniem kadr, opracowano i zatwierdzono szczegółowe programy kursów kadrowych tj. kursu Pomocnika Instruktora i Instruktora Telemarku SITN PZN. Zawody w sportowych konkurencjach telemarkowych (Sprint Klasyczny) stały się częścią Mistrzostw Polski Instruktorów. Sformowano grupę demonstratorów – Telemarkowy Demo Team, który reprezentował nasz kraj na światowych Kongresach Nauczania Narciarstwa INTERSKI.

Następujące zmiany legislacyjne zarówno w prawodawstwie polskim, jak i międzynawowym, między innymi rozporządzenia Komisji Europejskiej w sprawie wspólnego testu kształcenia zawodowego instruktorów narciarskich w Unii Europejskiej (Common Training Test – CTT) spowodowały i powodują konieczność ewolucji wymagań stawianych instruktorom w procesie kształcenia. Kwalifikacja w drugiej dyscyplinie w sportach śnieżnych, do których zaliczany jest między innymi telemark, wymagana do uzyskania tytułu Instruktora Zawodowego ISIA, musi obecnie spełniać wymogi krajowego standardu kompetencji zawodowych instruktora rekreacji ruchowej, co wymagało aktualizacji istniejącego schematu szkolenia w telemarku. Wspólnie z Komisją Szkolenia dokonaliśmy korekt i unifikacji w istniejącym schemacie szkolenia i programach szkoleniowych. Na sąsiedniej stronie zamieszczamy aktualny Schemat Szkolenia i Certyfikacji Instruktorów, który w syntetyczny sposób przedstawia drogę kształcenia do stopnia Instruktora Wykładowcy Telemarku PZN. Szczegółowe informacje ukażą się w Wytycznych Szkolenia na sezon 2021/2022.

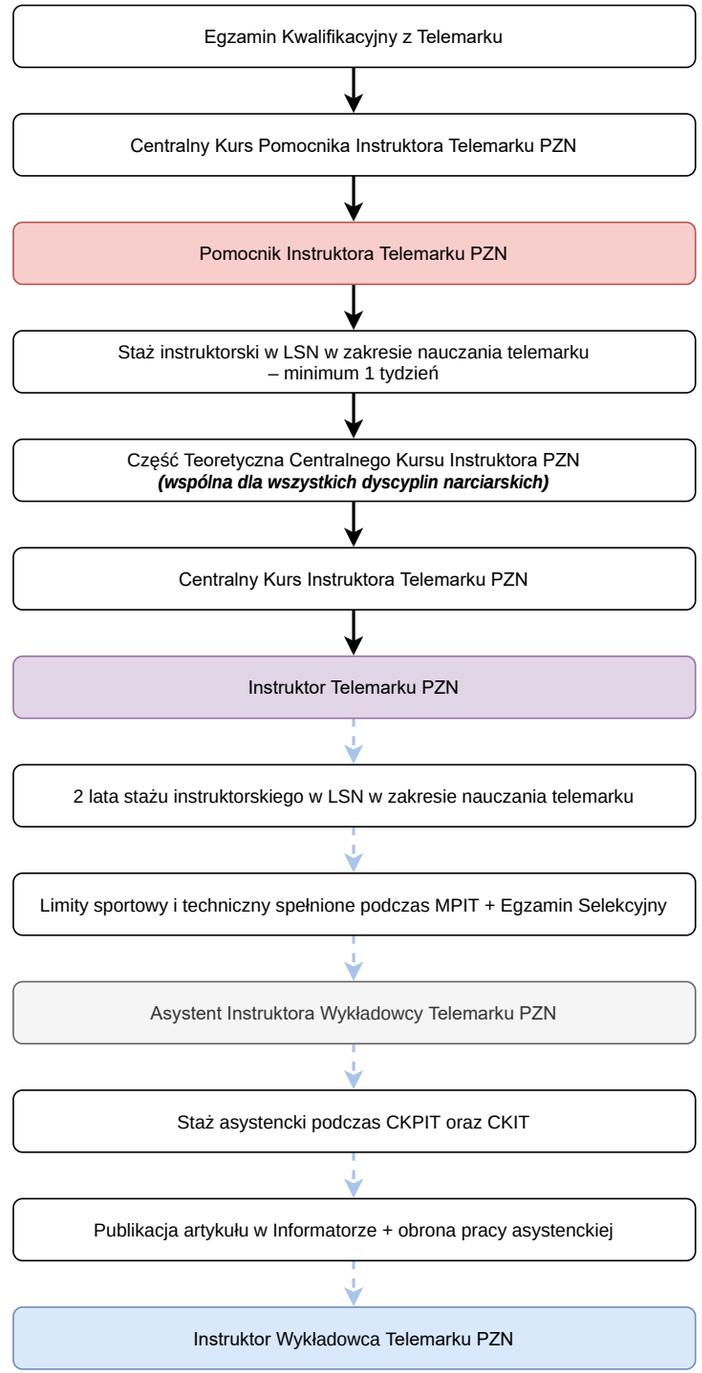
Licząc na bardziej „normalny" zbliżający się sezon zimowy życzymy wszystkim „wyznawcom wolnej pięty" udanych przyklęków i zapraszamy do uczestnictwa w organizowanych przez Stowarzyszenie kursach telemarkowych.

Piotr Kapustianyk
Komisja Telemarku

Piotr Kapustianyk

– Instruktor Wykładowca PZN, Trener Narciarstwa Zjazdowego, Międzynarodowy Instruktor Telemarku, Szef Komisji Telemarku SITN PZN. Autor Programu nauczania narciarstwa telemarkowego SITN PZN oraz szeregu publikacji na temat telemarku. Szef TELEMARK POL-SKI DEMO TEAM. Uczestnik wielu Kongresów Nauczania Narciarstwa INTERSKI. Obecnie jest kierownikiem wyszkolenia w LSN Jaworzyna Krynicka. Ukończył krakowską AGH i studia trenerskie na katowickiej AWF

SCHEMAT SZKOLENIA I CERTYFIKACJI INSTRUKTORÓW NARCIARSTWA TELEMARKOWEGO
SITN PZN 2021/2022



Prosto ze stoku

„PROSTO ZE STOKU" TO TYTUŁ SERII ARTYKUŁÓW W INFORMATORZE PRZEDSEZONOWYM SITN PZN, DOTYCZĄCEJ PRZEDE WSZYSTKIM DZIAŁALNOŚCI NASZYCH LICENCJONOWANYCH SZKÓŁ NARCIARSKICH.

40 lat Szkoły Narciarstwa STANISŁAWSKI

W listopadzie 1981 roku założyliśmy szkołę narciarstwa działającą na terenie Szczyrku. Pomysłodawcą był **Jan Baraś** – przewodnik beskidzki, Instruktor PZN. **Zbigniew Stanisławski** od dwóch lat pełnił funkcję Instruktora Wykładowcy, a **Maria Stanisławska** była tuż przed obroną pracy kandydackiej. I tak szkoła narciarstwa przy PTTK została zarejestrowana w składzie: kierownik organizacyjny – **Jan Baraś**, kierownik wyszkolenia – **Zbigniew Stanisławski**; ponadto kadrę stanowili instruktorzy PZN**: Zofia Ostrowska** (IW), **Stanisław Sobczyk** (IW) i **Maria Stanisławska** (IW). Wspólnie z **Jasiem Barasiem** mieliśmy

Kierownictwo szkoły na Skrzycznem w 2018 roku.

świętować 40 lat istnienia szkoły, jednak Janek zmarł 22.05.2021 r. Ostatni raz spotkaliśmy się oczywiście w górach, całkiem niedawno.

Od kilkunastu lat działamy jako szkoła „rodzinna", wspólnie z synami **Maciejem**, **Mieszkiem** i **Michałem**, którzy są Instruktorami PZN, a Maciej jest Wykładowcą. Współpracujemy z naszymi przyjaciółmi: z **Anią Walińską**, **Mają Gadką**, **Andrzejem Małkiem**, **Markiem Widlickim** i okazjonalnie z innymi instruktorami.

Naszą specjalnością jest szkolenie przyszłej kadry instruktorskiej. Nasze kursy kwalifikacyjne i pomocnika instruktora nie mają licznej obsady, gdyż panuje w środowisku opinia o wysokich wymaganiach wobec naszych kursantów. Wielu z nich nie zdaje, ale wracają do nas ponownie chcąc dalej podnosić swoje umiejętności. Ci, którzy przechodzą nasz wewnętrzny egzamin, z reguły nie mają problemów w dalszych etapach szkolenia instruktorskiego.

Drugim dominującym rodzajem działalności jest organizowanie w czasie ferii szkolnych zimowisk dla dzieci z okolic Bielska-Białej. Ten rodzaj działalności jest kontynuacją rozpoczętej jeszcze w latach 70-tych w zakładzie pracy Zbyszka Stanisławskiego – w POLSPORCIE, zimowisk dla dzieci pracowników. Po sprywatyzowaniu Polsportu działalność ta upadła. Kontynuowaliśmy ją już jako firma prywatna. Wielu naszych wychowanków przyprowadza teraz swoje dzieci, a ci, zarażeni narciarstwem, kontynuują naukę na kursach instruktorskich.

Potrzeba propagowania wiedzy narciarskiej w okresie „przedinternetowym" spowodowała napisanie przez Zbyszka kilku książek. Pierwsza napisana wspólnie z naszym bossem **Kazimierzem Masłowskim**, to „Skręt Rytm Tempo". Późniejsze, to: „Narty", „Narty 2" oraz „Bezpieczeństwo w górach" – wspólnie z **Adamem Maraskiem**. Pojawiały się też artykuły w czasopismach narciarskich jak „SKI Magazyn", czy „Góry". Wiele z tych treści przekazujemy na wykładach na naszych kursach.

Reprezentacja szkoły na Mistrzostwach Polski Instruktorów w 2003 roku

Kurs na stopień demonstratora szkolnego PZN – 2016 rok

Zakończenie zajęć w szkółce dla dzieci – 1996 rok

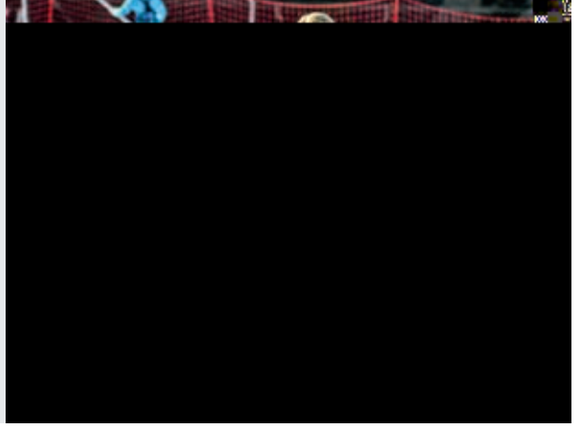
Zawody dla dzieci – 1992 rok

Nasza działalność jako szkoły narciarstwa zmuszała nas często do organizowania różnego rodzaju zawodów narciarskich. Poszły za tym inwestycje w sprzęt do pomiaru czasu oraz wyposażenie do organizacji zawodów. Tak narodziła się firma Stanisławski RACE-TIMING, działająca prawie 30 lat i zapewniająca pomiar czasu na imprezach rangi międzynarodowej i mistrzostw krajowych w wielu dziedzinach sportu – już nie tylko w narciarstwie.

Czy jesteśmy dumni z tak długiej działalności? Na pewno tak. W dalszym ciągu praca w tej dziedzinie jest dla nas pasją, przyjemnością i przy okazji źródłem zarobku. Bardzo szerokie zainteresowania naszych synów – żeglarstwo, ratownictwo (GOPR), ochrona lasów i zrównoważony rozwój świata (Mieszko), paralotniarstwo, rowery i ogólnie – RUCH – to atuty pozwalające optymistycznie patrzeć w przyszłość.

Maria Stanisławska

Szkoła STRAMA – codzienność i sezonowość



Nadchodzący sezon 2021/2022 będzie okrągłym 20-tym sezonem szkoły STRAMA stacjonującej w Zakopanem pod Nosalem. Kadra instruktorska narciarzy, biegaczy i snowboardzistów waha się od 60 do 80 osób oraz około 15 stanowiących zaplecze organizacyjne, obsługujących i szkolących w każdym sezonie zimowym kilkanaście tysięcy osób.

Z racji iż stoki Centrum Szkoleń Narciarskich Nosal przeznaczone są głównie dla dzieci i osób początkujących, mamy bardzo rozbudowaną ofertę szkoleniową. Kursy narciarskie dla dzieci szyte na miarę każdego małego narciarza i snowboardzisty cieszą się ogromna popularnością, a nieodłącznym towarzyszem uczniów i instruktorów jest Miś Stramuś. Popularnością cieszą się także kursy dla dorosłych, standardowe lekcje indywidualne, a działalność szkoleniową uzupełnia organizacja zawodów.

19 sezonów to kawał szkoleniowej historii – to pierwsi absolwenci, którzy zaczynając w szkole STRAMA swoją przygodę z nartami w wieku 5 lat naście sezonów temu, dzisiaj stają się pierwszymi Pomocnikami oraz Instruktorami PZN tworząc STRAMA Team i oddając kolejnym pokoleniom to czego dobrego doświadczyli i uczyli się przez lata. Wielkim sukcesem jest szkolić i zarażać „nieuleczalnym wirusem narciarstwa". Codziennością jest dawać instruktorskie zaangażowanie w zamian otrzymując zadowolenie. Pięknym i motywującym jest spotykać po latach dorosłych ludzi na narciarskich trasach mówiących z wdzięcznością i uśmiechem – „dzień dobry… pamięta nas Pani?".

Jako szkoła staramy się wkładać dużą pracę w rekrutację i doszkolenia instruktorów. Stosując zasadę „nie idąc do przodu – cofasz się". Co roku szkolimy się i motywujemy wzajemnie do pracy nad własnymi umiejętnościami przygotowując i startując z sukcesami w Mistrzostwach Polski Instruktorów. W naszej szkole nie szukamy „mistrzów świata", choć możemy się pochwalić ludźmi ze światowymi wynikami, kadrą co roku zdobywającą medale w MPI, szukamy natomiast i potrzebujemy „mistrzów świata w zaangażowaniu" i trzeba powiedzieć, że takich ludzi mamy całkiem sporo, o takich walczymy i doskonale wiemy, jak długim procesem jest budowanie zespołu.

Finalny piękny efekt uśmiechniętych i profesjonalnych instruktorów, obsługa biura klienta, profesjonalne prowadzenie zajęć poprzedza co roku długi okres przygotowań, a następnie intensywnej realizacji. Począwszy od rekrutacji, przeszkolenia, wyposażenia w jednakowe stroje, procesu zatrudnienia i spełnienia wzajemnych wymagań przed sezonem, po ciężką codzienną pracę w zmieniających się dość często warunkach pogodowych w sezonie.

Szkoła Narciarska jako instytucja i instruktor jako osoba ostatecznie odpowiedzialna za każdego ucznia, to ogromnie ciężka praca wymagająca dobrego przygotowania i dobrej motywacji do działania. Jeżeli ktokolwiek myśli, że zarówno prowadzenie szkoły, jak i bycie instruktorem, to dochodowy łatwy biznes, bardzo mocno się myli. Ze strony finansowej to dobry biznes, ale jego specyfika wymaga od wszystkich ogromnego nakładu pracy, zaangażowania i wzajemnego zrozumienia. Dobra szkoła to OGROMNA organizacja kadrowa, sprzedażowa, marketingowa i finansowa. To miesiące przygotowań i wytężonej pracy zimą. To zaangażowanie armii ludzi do tego, aby instruktor w szkole narciarskiej dostał „na tacy" klientów, którzy – w co ciężko niektórym uwierzyć – „sami nie spadli z nieba", na minimum 8 godzin dziennie w grafiku przez okres całego sezonu zimowego.

W ostatnich latach zmagamy się wszyscy z problemami kadrowymi, nie tyle ilościowymi, co jakościowymi. Coraz częściej trafiają do procesu rekrutacji ludzie z dużymi wymaganiami i wysokim mniemaniem o sobie, a ostatecznie bardzo małymi umiejętnościami „wszelakimi". Może to co czytacie, nie przysparza nam popularności, ale taka jest rzeczywistość i nasz największy problem. Ciężko z takim podejściem się pogodzić, zatem walczymy o jednostki bardzo powoli tworząc i corocznie uzupełniając STRAMA TEAM. Przez naszą szkołę od

początku jej istnienia przewinęło się kilkuset instruktorów – niektórzy zawitali na jeden sezon, wielu zostało na parę lub parenaście lat, a są i tacy, z którymi od 20 lat się nie rozstajemy! Ci którzy mogą swój czas poświęcić zimą na szkolenie i są w tym dobrzy, zapewne nie mogą narzekać. Choć zdajemy sobie sprawę, że praca sezonowa w dzisiejszych COVID-owych czasach stała się mniej atrakcyjna niż praca na stałe, zapraszamy do naszego zespołu wszystkich chętnych i zaangażowanych. Miejmy nadzieję, że najbliższy sezon będzie dla wszystkich śnieżny, zdrowy i udany!

Katarzyna Strama-Chevallier

Podręczniki z zakresu nauczania-uczenia się narciarstwa zjazdowego

Na polskim rynku wydawniczym aktualnie możemy znaleźć kilkanaście pozycji książkowych zawierających treści związane z nauczaniem i uczeniem się tej dyscypliny. Wśród nich są podręczniki specjalistyczne przeznaczone dla instruktorów i nauczycieli narciarstwa zjazdowego rekomendowane przez PZN lub uczelnie wyższe o profilu pedagogicznym, np. AWF. Są również i takie pozycje, które prezentują osobiste doświadczenia autorów w tej dyscyplinie. Poniżej przedstawiony został zbiór takich pozycji wraz z ich krótką charakterystyką. Kolejność uszeregowano od wydawnictw najnowszych do najstarszych. Z uwagi na objętość tego materiału kończymy na roku wydania – 2000.

„PROGRAM NAUCZANIA NARCIARSTWA ZJAZDOWEGO 2018"

Autor: Praca zbiorowa pod kierunkiem Piotra Stawarza. Red. Jacek Żaba przy współpracy Piotra Stawarza
Wydawca: Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów PZN
Miejsce i rok wydania: Kraków 2018
Liczba stron: 214

Ogólna charakterystyka:

„Program" jest podstawową pozycją, która wytycza kierunki szkolenia w polskim narciarstwie powszechnym. Autorami tego podręcznika są wybitni praktycy i teoretycy z zakresu nauczania narciarstwa zjazdowego. Pierwsze strony podręcznika to wprowadzenie w tematykę oraz zawodowy kodeks etyczny instruktora narciarstwa. *Pierwszy rozdział* dotyczy bezpieczeństwa w narciarstwie. Autorzy opisują podstawowe przyczyny wypadków narciarskich, sposoby ich unikania oraz reguły bezpieczeństwa w ośrodkach narciarskich ze szczególnych uwzględnieniem roli instruktora w grupie narciarskiej. *Drugi rozdział* to metodyka ogólna. Przedstawione zostały metody nauczania, sposoby komunikowania się z uczniem oraz zasady dydaktyczne. *Rozdział trzeci* to podstawy teoretyczne techniki narciarskiej oraz słownik pojęć stosowanych w dalszej części podręcznika. *Rozdział czwarty* to szczegółowa metodyka narciarstwa. Podany został schemat szkolenia wraz z podziałem na stopnie zaawansowania. Przedstawione zostały opisy technik narciarskich oraz przykładowe ćwiczenia do nauczania konkretnych ewolucji. Opisy te opatrzono stosownymi fotografiami i kinogramami. *Piąty rozdział* dotyczy nauczania dzieci. Autorzy opisują w nim specyfikę pracy z dziećmi, sposoby komunikowania się z najmłodszymi oraz dają praktyczne wskazówki do pracy z dziećmi w konkretnym etapie ich rozwoju fizycznego. *Rozdział szósty* opisuje pracę z narciarzami z niepełnosprawnością. *Ostatni rozdział* dotyczy historii technik narciarskich, spis literatury oraz dotychczasowych podobnych opracowań PZN. Do pozycji tej dołączony jest „kieszonkowy" dodatek zawierający schemat szkolenia, opisy technik i przykładowe ćwiczenia metodyczne. Istotną częścią tego wydawnictwa jest płyta CD z wzorcowym wykonaniem przez POL-SKI DEMO TEAM opisanych w tekście technik narciarskich.

„NAUCZANIE-UCZENIE SIĘ NARCIARSTWA ZJAZDOWEGO DZIECI I MŁODZIEŻY – PODRĘCZNIK DLA INSTRUKTORÓW REKREACJI RUCHOWEJ"

Autor: Florian Parnicki
Wydawca: Akademia Wychowania Fizycznego im. Józefa Piłsudskiego w Warszawie Wydział Turystyki i Zdrowia w Białej Podlaskiej
Miejsce i rok wydania: Biała Podlaska 2016
Liczba stron: 124

Ogólna charakterystyka:

Podręcznik składa się z 4 zasadniczych rozdziałów i „ma być próbą podpowiedzi instruktorowi, w jaki sposób powinien pracować z uczniem. *Pierwszy rozdział* to: krótka historia narciarstwa, opis rekreacyjnego sprzętu i ekwipunku narciarskiego oraz bezpieczeństwa w narciarstwie. *Drugi rozdział* dotyczy nauczania-uczenia się narciarstwa zjazdowego. Autor zwraca uwagę na istotę rozgrzewki oraz prezentuje przykładowe ćwiczenia rozgrzewkowe. Znajdują się tutaj również zagadnienia z zakresu techniki i metodyki narciarstwa zjazdowego, oraz praktyczne wskazówki w formie czytelnych tabel, do pracy z uczniem. Prezentowane ewolucje techniczne przedstawione są w formie stosownych opisów i rysunków. Poza tym rozdział ten zawiera propozycję narciarskich gier i zabaw gotowych do zastosowania na stoku narciarskim, jak również poza nim, np. w świetlicy pensjonatu. *Trzeci rozdział* to informacje dotyczące m.in. organizacji narciarskich zawodów sportowych. Znajdziemy tutaj gotową propozycję organizacji zawodów na poziomie szkolnym. *Czwarty rozdział* porusza kwestie doszkoleń instruktorskich oraz pracy nad własnym warsztatem metodycznym.

„ZOSTAŃ MISTRZEM NARCIARSTWA"

Autor: Szymon Słoma
Wydawca: Centrum Szkolenia Kadr
Miejsce i rok wydania: (brak informacji o miejscu wydania) 2016
Liczba stron: 84

Ogólna charakterystyka:

Książka składa się z 9 rozdziałów. Poprzedzają je przedmowa, wprowadzenie oraz podział technik pod kątem poziomu umiejętności. W *rozdziale pierwszym* znajdziemy przykładowe zabawy oraz sposoby przygotowania organizmu do wysiłku. W *rozdziale drugim* scharakteryzowane zostały podstawowe umiejętności narciarskie pozwalające na rozpoczęcie nauki jazdy na nartach. *Rozdział trzeci* obejmuje zagadnienia dla początkujących: technika jazdy pługiem oraz ćwiczenia związane z tą ewolucją. *Rozdział czwarty* przeznaczony jest dla średniozaawansowanych, a głównym celem jest nauka jazdy na nartach równoległych. Celem *rozdziału piątego*

jest opanowanie jazdy na krawędziach. *Szósty* to nauka śmigu. *Siódmy rozdział* prezentuje ćwiczenia w parach i grupach. *Ósmy i dziewiąty* dotyczą zagadnień związanych ze skrętami sportowymi stosowanymi w konkurencjach zjazdowych. Dodatkowo autor podaje przykłady taktyki zjazdu oraz ustawienia przejazdów na tyczkach.

„PROGRAM NAUCZANIA NARCIARSTWA DZIECI SITN PZN"

Autor: Praca zbiorowa pod kierunkiem Anny Buczek. Red. Jacek Żaba
Wydawca: Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów PZN
Miejsce i rok wydania: Kraków 2015
Liczba stron: 276

Ogólna charakterystyka:

Autorami tego opracowania są wybitni praktycy i teoretycy z zakresu nauczania narciarstwa dzieci. Poruszony zakres tematyczny daleko wykracza poza określony w tytule „program", jest to po prostu kompletny podręcznik do pracy z dziećmi. W dziesięciu rozdziałach autorzy wprowadzają nas w świat narciarstwa dzieci. W *rozdziale pierwszym* poznajemy specyfikę pracy z dziećmi. To m.in. zagadnienia dotyczące rozwoju dzieci wraz z konkretnymi wskazówkami dla instruktorów, sposoby komunikowania się i motywowania małych narciarzy. Ważnym elementem tego rozdziału są praktyczne wskazówki w relacjach instruktor-rodzic. *Drugi rozdział* to zasady, metody i formy stosowane w nauczaniu dzieci. *Rozdziały trzeci i czwarty* to „SITNUSIOWY SYSTEM SZKOLENIA" – gotowy i kompletny „produkt" do praktycznego zastosowania w pracy w szkołach narciarskich. *Rozdział piąty* zawiera szczegółowe wskazówki dotyczące lekcji narciarskiej z dziećmi, poczynając od doboru sprzętu – kończąc na zaspokajaniu potrzeb fizjologicznych maluchów. Jak zorganizować na tym poziomie zawody narciarskie dowiemy się z *rozdziału szóstego.* Popularnym elementem zimowego wypoczynku są zimowiska. Na co zwrócić uwagę przy ich organizacji – dowiemy się z *kolejnego rozdziału*. Zajęcia z dziećmi muszą mieć dynamiczną, wesołą i kolorową „oprawę", o tym traktują rozdziały: *ósmy i dziewiąty*. Zagadnienia odpowiedzialności prawnej instruktora znajdziemy w ostatnim – dziesiątym rozdziale. Wielką zaletą, jak piszą w słowie wstępnym do podręcznika: **Zuzanna Podgórna** Prezes SITN PZN oraz **Jacek Żaba** Wiceprezes ds. szkolenia, „… jest jego szata graficzna, pełna dowcipu, koloru i sympatycznych postaci pozostających w ciągłym ruchu".

„NARCIARSTWO ALPEJSKIE OD AMATORÓW DO ZAWODOWCÓW"

Autor: Marcin Szafrański
Wydawca: „BOSZ"
Miejsce i rok wydania: Olszanica 2015
Liczba stron: 132

Ogólna charakterystyka:

W tematykę podręcznika wprowadza wstęp. *Pierwszy rozdział* to problematyka świadomości w procesie opanowywania narciarstwa. Autor podkreśla, jak ważna jest świadomość wykonywanych elementów oraz jak odnaleźć własną drogę i cel w procesie nauczania-uczenia się narciarstwa. *Drugi rozdział* to zagadnienia związane z prawidłowym doborem sprzętu, zarówno do jazdy na przygotowanych trasach narciarskich, jak i poza nimi. Omówione zostały również sposoby serwisu i konserwacji nart. *Rozdział trzeci* to zagadnienia związane z odżywianiem podczas sezonu narciarskiego. *Rozdział czwarty* wyjaśnia podstawowe pojęcia związane z techniką narciarstwa zjazdowego. W *piątym* autor omawia podstawy techniki narciarskiej. W odróżnieniu od innych podręczników, autor sugeruje rozpoczęcie nauczania jazdy na nartach od skrętu ciętego, gdzie opisuje sposoby krawędziowania nart i wskazuje na najczęstsze błędy. *Kolejne pięć rozdziałów* poświęcone jest doskonaleniu techniki równoległej. Autor zwraca uwagę na: układ ciała, prowadzenie nart i pracę nóg. *Rozdział 12* jest krótkim podsumowaniem wiedzy technicznej opisanej w poprzednich rozdziałach. W *rozdziale 13* autor zachęca narciarzy do notowania swoich własnych uwag i wniosków w celu analizy teoretycznej. *Rozdział 14* poświęcony jest jeździe sportowej. Kolejny *rozdział*, to dzieci na nartach. Znajdujemy w nim m.in. praktyczne rady i wskazówki mające ułatwić relacje między instruktorem a dzieckiem. Ostatni *rozdział* zawiera opisy ciekawych miejsc do jady na nartach. Podręcznik posiada bogatą oprawę graficzną.

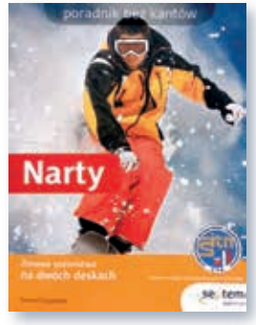
„NARCIARSTWO ZJAZDOWE WYBRANE ASPEKTY"

Autor: Artur Litwiniuk, Tomasz Niźnikowski, Marian Stelmach
Wydawca: „PWSiP"
Miejsce i rok wydania: Łomża 2012
Liczba stron: 96

Ogólna charakterystyka:

We wstępie autorzy zastrzegają, iż *„podręcznik jest próbą podzielenia się ich osobistą wiedzą oraz ukazaniem istotnych obszarów narciarstwa".* Pozycja składa się z 6 rozdziałów. *Rozdział pierwszy* dotyczy zdrowotnych i wychowawczych korzyści narciarstwa zjazdowego. *Drugi rozdział* opisuje historię narciarstwa w Polsce i na świecie. *Trzeci* poświęcony jest tematyce zagrożeń oraz bezpieczeństwu w narciarstwie i w warunkach górskich. W *rozdziale czwartym* autorzy wymieniają najczęstsze urazy związane z uprawianiem narciarstwa oraz przedstawiają wiedzę medyczną z tego zakresu. *Rozdział piąty* dotyczy ekwipunku i sprzętu narciarskiego. *Rozdział szósty* to podstawy techniki i metodyki narciarstwa zjazdowego. Podręcznik kończy słownik terminów i pojęć.

„PORADNIK BEZ KANTÓW – NARTY"



Autor: Konrad Drzymała
Wydawca: „HELION"
Miejsce i rok wydania: Gliwice 2010
Liczba stron: 298

Ogólna charakterystyka:

Poradnik składa się z 13 rozdziałów. Całość poprzedza wstęp, który wprowadza w jego tematykę. *Rozdział pierwszy* nawiązuje do hi-

storii narciarstwa. *Drugi* dotyczy bezpieczeństwa: zasady zachowania się w górach i na stoku, aspekty prawne uprawiania narciarstwa, sposoby postępowania podczas wypadku oraz zagrożenia lawinowe. *Rozdział trzeci* poświęcony jest sprzętowi narciarskiemu, sposobami jego doboru oraz praktycznym wskazówkom związanym z jego zakupem. *Czwarty* dotyczy odzieży narciarskiej. W *piątym* przedstawione zostały sposoby przygotowania sprzętu do sezonu oraz sposoby jego konserwacji. *Szósty rozdział*, to zagadnienia (fizyczne i psychiczne) związane z przygotowaniem się do sezonu narciarskiego. W *siódmym* autor omawia teorię narciarstwa, ewolucję oraz powstanie nart carvingowych oraz rolę instruktora w procesie nauczania-uczenia się. *Ósmy* dotyczy nauczania narciarstwa. Znajdziemy tutaj, m.in. informacje związane z rozgrzewką, podstawowymi ewolucjami technicznymi, jazdę na nartach równoległych. *Dziewiąty rozdział* poświęcony jest dzieciom. Przedstawione zostały zabawy oraz sposoby pracy z najmłodszymi. W *dziesiątym rozdziale* opisane zostały typowe urazy i kontuzje występujące w narciarstwie oraz sposoby ich zapobiegania. *Jedenasty rozdział* to narciarski sport wyczynowy i współzawodnictwo. *Dwunasty rozdział* prezentuje różne formy narciarstwa: telemark, narciarstwo tourowe, freeride, itp. *Trzynasty* to słowniczek pojęć.

„NARTY"

Autor: Andrzej Lesiewski, Janusz Lesiewski
Wydawca: „Pascal"
Miejsce i rok wydania: Bielsko-Biała 2007
Liczba stron: 310

Ogólna charakterystyka:

Pozycja obejmuje bardzo szeroką tematykę narciarską. W *rozdziale pierwszym* „Narciarstwo, jako styl życia" autorzy wprowadzają czytelnika w świat narciarstwa. *Drugi rozdział* to historia narciarstwa wraz z rozwojem narciarskich dyscyplin sportowych. *Trzeci* dotyczy bezpieczeństwa: dekalog narciarski, przyczyny urazów narciarskich, ratownictwo oraz aspekty prawne związane z odpowiedzialnością cywilną. *Czwarty rozdział* zawiera informacje na temat sprzętu i akcesoriów narciarskich oraz miejsc, w których można się w nie wyposażyć. *Piąty rozdział* dotyczy techniki jazdy. *Szósty* poświęcony jest dzieciom. Znajdują się w nim wskazówki dotyczące wieku rozpoczęcia nauki jazdy na nartach, sprzętu dla najmłodszych oraz sposoby nauczania w określonych fazach. *Siódmy rozdział* dotyczy nauczania techniki narciarskiej: znaczenie rozgrzewki, zakładanie sprzętu, poruszanie się po terenie płaskim, jazda wyciągiem oraz szereg innych ewolucji technicznych. Każdy opis techniki i ćwiczenia jest zilustrowany graficznie. *Ósmy rozdział* podkreśla rolę instruktora w procesie nauczania – uczenia się, oraz podaje kryteria wyboru dobrej szkoły narciarskiej. *Dziewiąty rozdział* to charakterystyka konkurencji narciarskich, organizacji zawodów oraz warunków jakie muszą spełniać trasy narciarskie do rozgrywania takich zawodów. *Dziesiąty rozdział* prezentuje takie formy narciarstwa jak: freeskiing, freeride, telemark, fun carving, ski cross i inne. *Jedenasty* zatytułowany „narty w sieci" przedstawia strony internetowe szeroko powiązane z narciarstwem. Są to między innymi strony ośrodków, szkółek, producentów sprzętu, itp. *Dwunasty rozdział* to praktyczne wskazówki dla narciarzy korzystających z lotniczych środków transportu. Cały poradnik jest bogato ilustrowany świetnymi fotografiami!

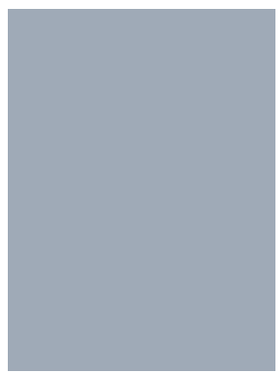
„NARCIARSTWO"

Autor: Tomasz Prange-Barczyński
Wydawca: „Hechette Livre Polska"
Miejsce i rok wydania: Warszawa 2005
Liczba stron: 98

Ogólna charakterystyka:

Całość składa się z trzech zasadniczych rozdziałów. Słowo wstępne wprowadza w tematykę lektury. *Rozdział pierwszy* to przygotowanie narciarza do sezonu: właściwy dobór sprzętu, akcesoriów i przygotowanie kondycyjne w warunkach domowych. *Drugi* prezentuje ćwiczenia i ewolucje na poziomie początkującym, opisy ewolucji narciarskich oraz zagadnienie jazdy na nartach w trudnych warunkach. Znajdziemy w nim również treści dotyczące pracy z dziećmi oraz naukę z instruktorem. *Trzeci rozdział* jest praktyczną wskazówką mającą na celu przygotowanie narciarza do działania w górach. Pozycję kończy słownik oraz wykaz stron internetowych związanych z narciarstwem. Podręcznik posiada bogatą oprawę graficzną.

„NARTY 2 – CO KAŻDY NARCIARZ POWINIEN WIEDZIEĆ"

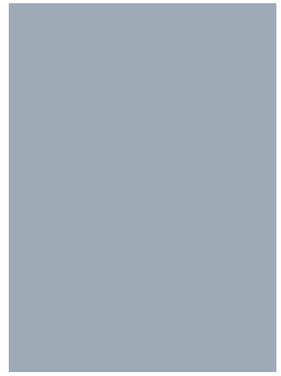


Autor: Zbigniew Stanisławski
Wydawca: „Dla Szkoły"
Miejsce i rok wydania: Wilkowice 2005
Liczba stron: 182

Ogólna charakterystyka:

Pozycja składa się z 9 rozdziałów. W *rozdziale pierwszym* autor porusza aspekty bezpieczeństwa w narciarstwie. *Rozdział 2* to opisy technik narciarskich: sposoby poruszania się na nartach, techniki jazdy w pozycjach płużnych i równoległych, jazda w różnych warunkach terenowych. Kolejny *rozdział* zawiera wskazówki dla instruktorów pracujących z dziećmi. *Rozdział 4* to charakterystyka takich form narciarstwa jak: telemark, freeskiing, narciarstwo tourowe. W *5 rozdziale* autor opisuje rodzaje śniegu oraz przybliża zjawisko lawin wraz ze wskazówkami pozwalającymi ocenić stopień zagrożenia i sposoby poruszania się w terenie zagrożonym. *Rozdział 6* to historia narciarstwa – od początków do czasów współczesnych. Znajdziemy w nim również informacje na temat największych osiągnięć polskich sportowców w różnych dyscyplinach narciarskich. W *rozdziale 7* omówione zostały czynniki będące zagrożeniem dla zdrowia i życia związane z uprawianiem narciarstwa zjazdowego, sposoby postępowania podczas wypadków na stoku narciarskim. *Ósmy rozdział* to Narciarski Regulamin Sportowy. W ostatnim *rozdziale* opisana jest mechanika narciarstwa.

„JAZDA NA NARTACH. KURS WSPÓŁCZESNEJ TECHNIKI"



Klub Instruktorów Seniorów

ZARZĄD KLUBU INSTRUKTORÓW SENIORÓW

Prezes Elżbieta Kaczmarek

– absolwentka psychologii na Uniwersytecie Jagiellońskim; Instruktor PZN od 1985, Instruktor Wykładowca od 1995.

Adam Markiel

– Instruktor PZN od 1974, Instruktor Wykładowca od 1980. Członek Komisji Etyki i Komisji Egzaminacyjnej.

Maria Stanisławska

– absolwentka Politechniki Śląskiej w Gliwicach, Instruktor od 1974, Instruktor Wykładowca od 1981; od 1982 roku prowadzi swoją szkołę narciarstwa.

Julian Jaworz Dutka

– Instruktor PZN od 1979, stopnie sędziowskie od 1970, obecnie sędzia związkowy, emerytowany inż. mechanik, były pracownik Politechniki Świętokrzyskiej, założyciel i wieloletni prezes klubu AKN „Puch" Kielce.

Halina Nowak

– absolwentka AWF Kraków, Instruktor PZN od 1990 r. Sędzia Okręgowy PZN.

Planujcie zimę z naszą unifikacją i zawodami

Miniony sezon minął, nie wiem kiedy. Unifikacja seniorów została odwołana, a zima była piękna, bogata w śnieg. Z powodu nieczynnych wyciągów skiturowanie pozwoliło na ponowne odkrycie istoty narciarstwa.

W planowaniu kolejnego sezonu nic się nie zmienia. Zmieniają się tylko ludzie – jedni odchodzą, inni przychodzą. Nowi przynoszą ze sobą ogromny zasób wspomnień. Nasz nowy członek zarządu Klubu Seniora – **Julian Jaworz-Dutka** za czasów studiów był założycielem i prezesem AKN „Puch" Kielce. Wszyscy studiujący w latach 70- i 80-tych wiedzą, co oznacza skrót AKN. Ja również wywodzę się z tego ruchu, nazwanego przez **Andrzeja Ziemilskiego** „fenomenem narciarskim". Wielu z nas działało i działa w SITN, a jeszcze wcześniej w Wydziale Narciarstwa Powszechnego przy PZN.

Nawiązując do tych czasów, cieszymy się, że na unifikacje seniorów przyjeżdża coraz więcej byłych członków Akademickich Klubów Narciarskich, mimochodem wraca tu prawdziwa młodzieńcza rywalizacja sportowa. Rzucam więc hasło reklamujące unifikację seniorów i Zawody Klubu Seniora: **dawni członkowie AKN-ów planujcie zimę z naszą unifikacją i zawodami.** Przed Wami rzeczywista rywalizacja; można startować w „gumach". Zapraszamy oczywiście wszystkich instruktorów, również tych, którzy nie byli w środowisku AKN-ów. Wszyscy razem przypomnimy sobie dawne, dobre, bo młodzieńcze czasy.

Maria Stanisławska

Plany na sezon zimowy 2021/2022

W nadchodzącym sezonie przygotowujemy obie nasze imprezy – unifikację i zawody. Sądzimy, że po doświadczeniach ubiegłej zimy imprezy sportowe będą mogły się odbywać, choć w odpowiednim do sytuacji reżimie. Zapraszamy instruktorów i pomocników (K50+ i M60+). P**rosimy zadbajcie o swoje zdrowie, o solidne fizyczne przygotowanie przedsezonowe i wykonajcie szczepienia**. Poza radością z narciarstwa i ze spotkania, odpowiedzialność i rozsądek będą nam potrzebne. Nie wykluczamy, że udział w imprezach będzie dostępny dla zaszczepionych, ozdrowieńców i osób z aktualnym testem na covid. Konieczne więc będzie śledzenie komunikatów Ministerstwa Zdrowia i naszych, na stronie SITN. Zapraszamy!

Zbliżają się kolejne wybory. Na wiosnę kończy się kadencja obecnego Zarządu. Prosimy, zastanówcie się nad tym, kogo chcielibyście widzieć jako Waszego reprezentanta w Zarządzie KIS i jakich zmian w działalności Klubu oczekujecie. Od Waszych głosów i sugestii zależy, jak Klub Instruktorów Seniorów będzie działał przez następne lata. Kontakt: **memory.ski.sitn@gmail.com**

Prezes Klubu E. Kaczmarek

Wspomnienie

To był trudny rok, bo czas był trudny, wręcz niebezpieczny. Boli, gdy dowiadujemy się, że odchodzą bliscy, koledzy, przyjaciele. Boli, gdy odchodzą ludzie młodzi na progu dorosłego życia – tak było w tym roku, bo pożegnaliśmy nie tylko seniorów i nestorów, ale także młodych instruktorów.

W styczniu 2021 **pożegnaliśmy IW Stanisława Tatkę**. Zima zaznaczyła, że o nim pamięta i sypnęła śniegiem. Mimo covidowych obostrzeń na cmentarzu w Rząsce stawiło się wielu przyjaciół i kolegów, bo nie wyobrażali sobie, że mogą Go nie pożegnać. Tak wielu ludzi przewinęło się przez kilkadziesiąt lat Jego instruktorskiej pracy, nawiązały się przyjaźnie i nie była ważna różnica wieku.

Kiedyś Staszek powiedział, że chciałby jeździć i szkolić do 90-tki. Spełniło się jego marzenie. Ostatni raz szkolił i startował w zawodach Klubu Instruktorów Seniorów gdy wkroczył w 90-ty rok życia. Kamera uczestniczyła wtedy w naszych zajęciach. Dzięki tym nagraniom możemy do dziś oglądać jego ostatnie ślizgi, naprawdę imponujące sprawnością, szybkością i techniką. (Materiał na stronie SITN) Dzięki temu dokumentowi zostanie w pamięci nie tylko tych, którzy go znali, ale także tych, którzy tylko o nim słyszeli.

A dla nas zostało jeszcze jedno zadanie, zapisać i udostępnić nagrania rozmów ze Staszkiem – to ciekawe gawędy o historii i ludziach, którzy ją tworzyli. A gawędziarzem był wspaniałym…

(E.K.)

Zasady przynależności do Klubu

Zapraszamy członków Stowarzyszenia, koleżanki od 50 roku życia, kolegów od 60 roku życia. Deklarację przyjmuje Biuro SITN PZN poprzez stronę internetową lub w wersji papierowej (wzór na stronie internetowej SITN w Dokumentach dla członków). Seniorzy są uprawnieni do 50% składki instruktorskiej i obniżonej opłaty za unifikację. Informacje dotyczące Klubu są dostępne na stronie SITN.

XXI Unifikacja Klubu Instruktorów Seniorów SITN-PZN

Białka Tatrzańska – stok Czarna Góra, Koziniec, 13–15.01.2022

Na unifikację zapraszamy Instruktorów i Pomocników Instruktora, którzy muszą zaktualizować swoje uprawnienia do szkolenia.

Noclegi we własnym zakresie. Cena noclegu z wyżywieniem 140 zł. Rezerwacja miejsc dla osób zarejestrowanych przez stronę SITN do 22.12.21 bezpośrednio w bazie unifikacji (30 miejsc).

Adres bazy unifikacji – Anna i Krzysztof Markowie („Markowy Dworek"), 34-405 Białka Tatrzańska, Kaniówka 28; tel.: 18 2654101, email: umarkow@poczta.fm; www.markowydworek.pl

- zgłoszenia na unifikację i opłaty do 4.01.2022,
- zgłoszenia wyłącznie poprzez stronę SITN,
- koszt unifikacji: 200 zł – płatne na konto SITN, koszty wyciągów, dojazdu i ubezpieczenia pokrywa uczestnik unifikacji we własnym zakresie,
- zalecamy wykupienie odpowiedniego ubezpieczenia.

Program unifikacji

- **12.01.2022 (środa)**

godz. 19.00 wywieszenie komunikatów organizacyjnych na tablicy ogłoszeń w bazie unifikacji

- **13.01.2022 (czwartek)**

9.00 zbiórka organizacyjna na stoku przed karczmą (podamy zasady zakupu biletów – zniżka)
9.30–15.00 zajęcia na stoku,

- **14.01.2022 (piątek)**

9.30–15.00 zajęcia na stoku,

- **15.01. 2022 (sobota)**

9.00 – sprawdzian z techniki jazdy,
11.00 – XVII Zawody Klubu Instruktorów Seniorów

Nie przewidujemy zajęć popołudniowych. Wykłady będą dostępne na stronie SITN.

REGULAMIN XVII OTWARTYCH ZAWODÓW KLUBU INSTRUKTORÓW SENIORÓW SITN PZN IM. JÓZEFA ZOLLA

ORGANIZATOR

Organizatorem zawodów jest Klub Instruktorów Seniorów SITN PZN

TERMIN I MIEJSCE

15 stycznia 2022 r. (SOBOTA)
Białka Tatrzańska – Czarna Góra-Koziniec
Start do pierwszego przejazdu o godz. 11:00
Kierownik Zawodów: Julian Jaworz-Dutka
Sędzia Główny: Piotr Bogusz
Biuro Zawodów: Karczma pod wyciągiem w Czarnej Górze od 9:30 do 10:15

PROGRAM ZAWODÓW

Zawody zostaną rozegrane w konkurencji slalom gigant w dwóch przejazdach. Drugi przejazd w odwróconej kolejności w grupach według wyników z pierwszego przejazdu.

PODZIAŁ NA GRUPY I KOLEJNOŚĆ STARTU

O przydziale do danej grupy decyduje rok urodzenia zawodnika.

Kobiety – seniorki

K1 (75+) – ur. 1946 i starsze
K2 70–74 lat – ur.1947–1952
K3 65–69 lat – ur. 1953–1957
K4 60–64 lat – ur. 1958–1962
K5 55–59 lat – ur. 1963–1967
K6 50–54 lat – ur. 1968–1972
K7 49 lat – ur. 1973 i młodsze

Mężczyźni – seniorzy

M1 (90+) – ur. 1932 i starsi
M2 85–89 lat – ur. 1933–1937
M3 80–84 lat – ur. 1938–1942
M4 75–79 lat – ur. 1943–1947
M5 70–74 lat – ur. 1948–1952
M6 65–69 lat – ur. 1953–1957
M7 60–64 lat – ur. 1958–1962
M8 59 lat – ur. 1963 i młodsi

N – niepełnosprawni

Kolejność startu grup:
M1, M2, M3, K1, K2, K3, K4, K5, N, M4, M5, M6, M7, K7, M8

WARUNKI UCZESTNICTWA

Prawo startu mają wszyscy członkowie Stowarzyszenia oraz gościnnie niepełnosprawni.

OPŁATA STARTOWA

Opłata startowa **wynosi 40 zł.** Płatność w Biurze Zawodów przy odbiorze numeru startowego. Uczestnicy unifikacji – nie wnoszą opłaty startowej.

ZGŁOSZENIA

Dla osób nie biorących udziału w unifikacji, zgłoszenia **do dnia 14.01.2022 r.** do godz. 18:00 poprzez stronę **sitn.pl**. Należy podać nazwisko i imię, stopień, rok urodzenia. Niepełnosprawni podają klasę niepełnosprawności wg IPC.

Zgłoszenia dodatkowe (po losowaniu) będą przyjmowane w dniu zawodów, w biurze zawodów – karczma przy wyciągu **w godz. 9.30–10.15.**

NAGRODY

Wszyscy uczestnicy zawodów otrzymają dyplomy. Nagrody otrzymują zwycięzcy grup oraz seniorzy najlepsi w kategorii kobiet i mężczyzn.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Wszyscy uczestnicy startują na własne ryzyko i odpowiedzialność, **obowiązują kaski**. **Zaleca się dokonanie we własnym zakresie odpowiednich ubezpieczeń (OC, NNW, KL) oraz badań lekarskich**.
Losowanie odbędzie się w bazie unifikacji Klubu Instruktorów Seniorów w dniu 14 stycznia 2022 r. o godz. 20.00.

Dojazd, zakwaterowanie, wyżywienie, wyciągi – na własny koszt.

Zawody rozegrane zostaną zgodnie z NRS i regulaminem zawodów, z ewentualnymi zmianami ogłoszonymi przed startem. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany miejsca zawodów lub ich odwołania w przypadku złych warunków narciarskich lub epidemiologicznych.

(A.M)

Podczas unifikacji i zawodów obowiązują wszystkie ogólne i lokalne zalecenia dotyczące Covid.

Organizator zastrzega możliwość odwołania każdej z imprez w przypadku zbyt małej liczby zgłoszeń lub niekorzystnej sytuacji epidemiologicznej. Prosimy śledzić komunikaty na stronie SITN.

Prezes KIS Elżbieta Kaczmarek

SKRZYCZNE GÓRA WSPOMNIEŃ

We wrześniu na rynku księgarskim pojawił się nowy album autorstwa prezesa SITN PZN **Jacka Żaby**, poświęcony historii znanej narciarzom góry – Skrzycznego. Książka w warstwie treściowej obejmuje historię turystyki w Beskidach, wydarzenia sportowe, ponad 60-letnią historię kolei na Skrzyczne, atrakcyjną współczesność, a także działy Skrzyczne w malarstwie i fotografii. Patronat nad wydawnictwem objęło Ministerstwo Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu.

Od lewej: Kustosz wystawy Tomasz Wysocki wraz z ministrem Piotrem Nowackim

Prezentacja nowej pozycji odbyła się oczywiście w rejonie Skrzycznego, a dokładniej na Jaworzynie. Z nowym albumem, a także z równolegle odbywającą się wystawą zbiorów **Tomasza Wysockiego** „200 lat historii narciarstwa", zaznajomili się między innymi: minister w Kancelarii Prezydenta RP **Piotr Nowacki**, wiceprezes PZN **Marcin Blauth**, burmistrz Szczyrku **Antoni Byrdy**, dyrektor COS Szczyrk **Tomasz Laszczak**.

Dwaj Panowie z Warszawy spojrzeli na siebie ze zdziwieniem: – *Widzisz tę dziewczynę?* – rzekł jeden z nich – *Kogo oni przyjmują? Przecież to antytalent sportowy*. Chwilę później wspomniał o przysłowiowym kaktusie na dłoni, jeśli z tej 15-letniej uczennicy Technikum Gastronomicznego w Zakopanem będzie za kilka lat zawodniczka choćby przeciętnej klasy, a następnie powiedział trenerowi prowadzącemu zajęcia sekcji narciarskiej zakopiańskiego MKS, że kontrola nie wypadła najlepiej i że trzeba przeprowadzić surowszą selekcję młodzieży, bo inaczej to szkoda pieniędzy… Było to w roku 1956.

Upłynęło 10 lat i Poronin zaczynał być dumny z cudownego Kaktusa – **Ludwiki** i pozostałych sióstr **Majerczykównych**, bo dawniej to w ogóle z politowaniem spoglądano na dom przy ulicy Tatrzańskiej 6 w Poroninie… Dziwili się ludzie: – *Po co tym Majerczykom tyle dzieci? Dziesięcioro, i to wciągu 10 lat… Jak sobie dadzą radę?*

Skromne, bo 3-hektarowe gospodarstwo, kilkadziesiąt owiec, świnie, krowa. Wszystkich trzeba nakarmić, ubrać, posłać do szkoły. Codziennie rano tata przywoził worek 20 bułek. Po dwie do szkoły. Mama **Bronisława** pracowała od rana do późnej nocy. Córki jej pomagały i dobrze się uczyły, były zaradne w domu, opiekowały się jedna drugą. Mama Bronia ukończyła 4 klasy. Musiała opiekować się młodszym rodzeństwem, bo u nich w domu było ich trzynaścioro. Pochodziła z dużego góralskiego rodu **Gut-Mostowych** w Poroninie.

Wyszła za mąż za **Józefa Majerczyka** z przydomkiem „Matus". Dlatego o siostrach Majerczykównych i ich córkach, mówi się do dzisiaj na Podhalu Matuski (Majerczyków co drugi dom w Poroninie, więc nie idzie się po nazwisku, tylko po przydomku).

W domu u Majerczyków były tylko dwa pomieszczenia i sień pełna nart, smarów, butów i kijków. Jeden stół, na którym za dnia jedli, a wieczorem dzieci siadały do nauki. I Mama nie mogła ich wygonić do spania, bo tak książki lubiły czytać. Dom tętniący gwarem, radością, humorem. Pełen pracy i wzajemnej współpracy.

A kiedy w zimowy niedzielny poranek Mama Majerczyk pędzi do przystanku autobusowego w kierunku Zakopanego, wiadomo że odbywają się zawody narciarskie, że córki Pani Bronisławy startują. A później pytano: – *No i jak? Głośno pani dziś gwizdała? Pomogło? Córki wygrały?* Bo gwizdanie mamy stało się sławne na całym Podhalu, ten gwizd słychać daleko w lesie, niemal na całej trasie narciarskiej. Córki znają go dobrze…jest Mama, a więc trzeba biec szybciej, trzeba wygrać. Niecodzienny doping dodaje skrzydeł. Nie znaczy to, że kiedy mamy na zawodach nie ma, to biegają gorzej. Po prostu cieszą się z jej obecności, kiedy po minięciu mety słyszą słowa mamy: „gratuluję, jakże się cieszę".

Zrobiły kiedyś rodzinną wyprawę na Kasprowy Wierch. Mama była tam pierwszy raz w życiu, by dopingować Ludwikę. Tę samą, o której wspomniany na wstępie działacz wyraził się z wielką dezaprobatą. Chciały mamie pokazać jak Ludwika zdobywa kolejny już tytuł Mistrzyni Polski w konkurencjach alpejskich.

Ludwika z uśmiechem wspomina historię o kaktusie: – *Zawzięłam się wówczas, przyrzekłam sobie, że będę dobrą zawodniczką, na przekór wszystkim. Że zdopinguję tym moje młodsze siostry do uprawiania sportu. I zdopingowałam*.

Bronia trenowała biegi i reprezentowała Polskę na Akademickich Mistrzostwach Świata, Józia, Zosia i Władzia zdobyły rodzinne Mistrzostwo Polski w sztafecie 3x5 km i zajęły 6 miejsce jako sztafeta na Igrzyskach w Sapporo, Marysia i Janka zrobiły karierę naukową jako doktorantki, a Hania która też biegała, została powołana do Zakonu Sióstr Urszulanek im Błogosławionej Urszuli Ledóchowskiej i „omodla" dzisiaj pozostałe siostry wraz z ich rodzinami.

Ale ich początki nie były łatwe. Szczególnie dla Ludwiki, która jako jedyna wybrała narty zjazdowe…Kiedy w Zakopanem, w szkole do której Lusia chodziła, pojawiła się komisja selekcjonująca do sekcji narciarskiej, Lusia nie potrafiła jeździć na nartach. Miała już 16 lat, marzenia i silną motywację… Chciała uciec do sportu od ciężkiej roboty w domu.

Miała 15 lat, była drobna i delikatna. Mama Bronia przez ostatni rok ciężko chorowała i leżała w szpitalu. Lusia poznała smak ciężkiej codziennej harówki związanej z prowadzeniem domu i gospodarki i opiekowaniem się młodszym rodzeństwem.

Starsza Marysia pojechała wtedy na nauki do Lublina, więc Ludwika pozostała sama jako najstarsza. Czas na śniegu, czas w ruchu, był czasem radości, czasem wytchnienia, czasem ładowania akumulatorów. Więc kiedy padło pytanie od panów selekcjonerów z Warszawy, czy umie jeździć na nartach, odpowiedziała – *Pewnie, że umiem!* A na pytanie, kto zjedzie z Gubałówki, ona wystąpiła z szeregu wprzód i skłamała: – *Jak trzeba będzie, to zjadę!*

Gdy na pierwszym treningu pod krzyżem w Kuźnicach prawda wyszła na jaw, trenerzy zaczęli ją namawiać na biegi. Ale ona była nieugięta. Tak jej się narty marzyły. Góra-dół jeździła na wprost nie poddając się w czasie

Kompozycja obrazująca łączność między pokoleniami narciarzy – na zdjęciu osoby schodzące w 2021 roku z tarasu schroniska na Skrzycznem „wchodzą" wprost w lata 60-te ub. wieku, gdzie czekają na nich ówczesne narty zjazdowe. Autorka kompozycji: **Izabela Kruźlak**.

Moje narciarstwo lat siedemdziesiątych

Dokładnie pamiętam grudzień siedemdziesiątego roku, wydarzenia grudniowe oglądałem w czarno-białym telewizorze w schronisku na Skrzycznem. W bufecie za ladą **Paweł Lohman** i my przez tydzień czy więcej dni, oddający się urokom białego szaleństwa, uczniowie szkoły średniej. To dzięki naszym rodzicom i ich możliwościom ekonomicznym została zaszczepiona miłość do nart możliwość edukacji narciarskiej. Moja babcia jeździła na skije, jak sama mówiła pod Wiedeń. Ona też uważała, że dzieci powinny zimą mieć do czynienia ze skijami. Mama jeździła z nami już na narty co roku w inne miejsce. Korzystaliśmy z ośrodków FWP, ale pamiętam też relacje mamy po przyjeździe, jak opowiadała, że „straszne chamstwo tam było". Przez kolejne lata naszą bazę stanowiły prywatne kwatery w górach i ośrodki PTTK, które zapewniały jednocześnie opiekę instruktorską. Słusznie zauważa prezes SITN **Jacek Żaba** w Ski Magazynie w swoim ciekawym artykule o uwarunkowaniach naszego rodzimego narciarstwa „Narciarstwo odbiciem stanu ducha narodowego", że powojenne było zaprzeczeniem tego przedwojennego. W tym względzie władza ludowa stawiała na usportowienie klasy robotniczej. Ileż ideologii jedynie słusznej było w narciarstwie lat pięćdziesiątych, mogę ocenić po lekturze broszur informacyjnych z tamtych czasów, towarzyszących rajdom narciarskim.

Wspomniany powyżej wyjazd do schroniska PTTK na Skrzyczne był pierwszym tzw. samodzielnym wyjazdem bez rodziców, tylko z kolegami ze szkoły. To były siermiężne lata jeśli chodzi o nasze rodzime narciarstwo. Pojedyncze krzesło na Skrzyczne. Dopiero po paru latach za czasów „wczesnego Gierka" ruszyło się. W Szczyrku powstał GON (Górniczy Ośrodek Narciarski), w 1973 roku w Bielsku ruszyła produkcja wiązań ALFA, pojawiały się w sklepach pierwsze zakopiańskie „metalki" i ruszyła produkcja naszych rodzimych skórzanych butów klamrowych: Bieszczady oraz Iwonki znikały błyskawicznie z półek sklepowych. Przeważnie rozchodziły się jednak „spod lady". Z zachodu sprowadzano plastikowe San Marco.

W tym czasie, rozpowszechnił się wśród nas uczniów liceum zwyczaj pisania do wszelakich narciarskich firm z prośbą o przysłanie naklejek, folderów, plakatów itp. Zdobycie adresu firmy również graniczyło z cudem i często odbywało się na zasadzie wymiany. Ja odezwałem się z prośbą o plakaty do Komitetu Olimpijskiego w Sapporo i otrzymałem zestaw trzech plakatów i znaczek z olimpiady! Pełnią szczęścia było też otrzymanie dwuczęściowych pomarańczowych naklejek nart Atomica. Takie nasze Rysy oklejone wyglądały jak prawdziwy Atomic. Sam też miałem spory zapas różnych naklejek. Ojciec jednego z naszych kolegów wydłużał nam tyły butów z żywicy epoksydowej, które po tych zabiegach potrafiły sięgać połowy łydki. Wtedy siedzenie na tyłach w tzw. czwórce było znacznie łatwiejsze. Wydłużone tyły, pomalowane czarną farbą z kolorową naklejką wyglądały imponująco, ja na swoich miałem dużą literą „A", gdyż naklejka była Attenhofera. Tak się dobrze składało, że wiązania Beta były identyczne jak LOOK Nevada. Niebieskie naklejki Look'a „siadały" idealnie, nawet brzeg naklejki można było wykorzystać, do oklejenia przedniej śruby, tylna wieżyczka też musiała być obowiązkowo oklejona. Ja otrzymałem nawet asekuracyjne paski Looka i wszystko wyglądało jak oryginalne. Agencja z Francji przysyłała zdjęcia, zdarzały się kolorowe! Dostałem fotkę z kadrą narciarską w ładnych czapkach. Dzięki temu mogliśmy przedstawiając wzór w spółdzielni dziewiarskiej zamówić sobie takie same – były bez charakterystycznego kogucika z nartami, ale to drobiazg. Zapewne jakość surowca też była inna, jednak nikt nie zwracał na to uwagi. Ważne, że główne barwy francuskie zgadzały się.

Mama jednego z naszych kolegów miała zdolności krawieckie i szyła nam kurtki. Odwrócony na lewą stronę polski ortalion był błyszczący, drobno pikowany na kurtkach wyglądał fantastycznie. Pewna jazda w wąskim układzie śmigiem dopełniała całości. Kijki też mieliśmy fajnie pooklejane, w dobrej kolorystyce, a ręce w skórzanych rękawiczkach narciarskich rodem z NRD czy Czechosłowacji, pewnie trzymały je w garściach. To był „kolorowy zawrót głowy" w tych czasach, kiedy Markerów w naszych sklepach nie uświadczyło się lub były dla nas nieosiągalne. „Kolorowy zawrót głowy" – tytuł audycji telewizyjnej autorstwa **Janusza Zielonackiego**, będącej oknem na narciarski świat. Oglądając te cykliczne odcinki nie przypuszczałem, że za parę dziesiątków lat zwiążę się z Januszem przy okazji zawodów Family Cup.

Opisując stare legitymacje PZN wspominałem, że moja posiadała podłużny czerwony pasek. Może nie powinienem tego pisać, gdyż to była jakaś zmiana dokumentu, ale przeszło czterdzieści lat temu mieliśmy po naście lat. Ten pasek wykonywaliśmy sami na legitymacjach, wieszaliśmy je na szyjach w plastikowych przeźroczystych pokrowcach, dzięki czemu w Szczyrku w GON jeździliśmy bez kolejek, udając zawodników. Co dziwne, nikt nie protestował, tylko wszyscy przepuszczali nas, taką małą grupkę 4-5 osobową. Trzeba było sobie jakoś radzić, dziś może trochę inaczej na to patrzę, ale młodość miała swoje prawa…

Piotr Jasieński „Szuwarek"

Humor dopisywał osobom mieszkającym w schronisku na Skrzycznem – fotografia pochodzi z 1970 roku.

Piotr Jasieński „Szuwarek"

– absolwent Politechniki Śląskiej, ratownik TOPR. Instruktor narciarstwa zjazdowego i telemarku. Założyciel sekcji telemarku w Klubie SN PTT Zakopane, współorganizator corocznych zawodów telemarkowych, jest w zarządzie klubu. Biegły sądowy ds. wypadków narciarskich. Kolekcjoner starych nart i wszystkiego co wiążę się ze starym narciarstwem. szuwarek@topr.pl

Krótka historia kasku narciarskiego

Ochronne nakrycie głowy zabezpieczające przed poważniejszymi urazami będącymi następstwem upadków lub kolizji jest powszechnie używane przez zawodników, ratowników górskich i narciarskich oraz dzieci i młodzież. Dziś trudno sobie wyobrazić, że kilkadziesiąt lat temu **Bronisław Czech** został nieoficjalnym mistrzem świata w zjeździe, startując tak jak i jego konkurenci w czapeczce. Ze współczesnych statystyk wynika, że około 75% urazów głowy ma miejsce przy upadku i uderzeniu o twardy śnieg, 10% podczas zderzenia z innym narciarzem, a 15% z powodu uderzenia o przeszkodę. Wśród możliwych urazów głowy wskazać trzeba uszkodzenie skóry, rany i stłuczenia, złamania kości czaszki oraz wstrząśnienie mózgu. W konsekwencji urazu może dojść do krwiaka śródczaszkowego, bólów i zawrotów głowy, zaburzenia widzenia, mowy i pamięci, nudności i torsji, niedowładów ciała i spowolnienia ruchów, a wreszcie do zgonu.

Mistrz olimpijski Jean Vuarnet na co dzień jeździł bez kasku.

Geneza kasków sportowych sięga historii wojskowości, na początku XIX wieku w napoleońskiej Francji wprowadzono kaski w służbach saperskich i pożarniczych wzorowane na hełmach kirasjerów. W XX wieku, poza służbami mundurowymi ochronne kaski pojawiły się początkowo tylko we wspinaczce górskiej. Stopniowo liczba dyscyplin sportu i rekreacji, w których zalecane lub obowiązkowe jest stosowanie kasku, wciąż się powiększa. Kaski ochronne stosuje się dziś w narciarstwie, hokeju i short tracku, jeździe na rolkach, saneczkarstwie i bobslejach, kolarstwie, rugby, futbolu amerykańskim, baseballu, krykiecie i lacrosse, boksie amatorskim, hippice i spadochroniarstwie, kajakarstwie górskim oraz w sportach motorowych.

Do początku obecnego stulecia kaski były praktycznie nieużywane przez narciarzy amatorów. Ich upowszechnienie wymusił wzrost szybkości jazdy osiągany dzięki nowym technologiom i materiałom do produkcji nart, utwardzaniu pokrywy śnieżnej ratrakami oraz wprowadzeniu agregatów wytwarzających śnieg twardszy od naturalnego. Również rozwój przemysłu tworzyw sztucznych był niebagatelnym czynnikiem masowej produkcji kasków dla różnych dyscyplin sportu. W wielu krajach wprowadzono obowiązek jazdy w kaskach dla dzieci oraz młodszej młodzieży. Współczesne kaski wykonane są z twardej skorupy i ochronnej warstwy z tworzyw pochłaniających energię uderzeń oraz paska z zapięciem pod brodą. Po raz pierwszy kaski o tego rodzaju konstrukcji użyto w 1953 r. podczas zawodów w jeździe szybkiej na nartach (Kilometro Lanciata) we włoskiej Cervinii. Współczesne kaski wyposażone są w otwory wentylacyjne, nauszniki, słuchawki, przyłbicę zastępującą gogle oraz uchwyt do kamery.

Mając na względzie własne bezpieczeństwo, lepiej używać kasków atestowanych. Kaski europejskie legitymują się atestem CEN 1077, natomiast kaski amerykańskie atestem F2040 lub RS-98. Trzeba jednak pamiętać, że atesty dotyczą tylko badania odporności na uderzenia o energii występującej przy prędkości około 20 km/h, podczas gdy narciarze poruszają się

J. Vuarnet na swoich złotych igrzyskach w Squaw Valley startował w skórzanym kasku.

zwykle szybciej. Oznacza to, że żaden kask nie gwarantuje całkowitego uniknięcia urazu, a tylko zapewnia jego zmniejszenie i złagodzenie. Kask koniecznie musi być wymieniany po kilku sezonach ze względu na utratę własności absorpcyjnych przez wypełniacz, a po wypadku lub po silnym uderzeniu bezwzględnie nie wolno go już używać, gdyż materiał, który pochłania energię uderzenia, całkowicie traci swe właściwości z powodu mikropęknięć. Pierwsze badania naukowe nad mechaniką uderzeń i rolą kasku ochronnego przeprowadzono już w 1935 r. w Wielkiej Brytanii po wypadku motocyklowym słynnego pułkownika **Lawrence'a z Arabii**.

Ze względu na swoją wytrzymałość, kaski narciarskie dzielą się na zjazdowe przeznaczone do narciarstwa wyczynowego, kaski dla skoczków narciarskich, kaski zjazdowe dla amatorów przeznaczone do narciarstwa trasowego, lekkie zjazdowe kaski przeznaczone do narciarstwa skiturowego i snowboardingu. Początkowo kaski wykonywano ze skóry i stosowane były tylko przez zawodników startujących w biegach zjazdowych. Dopiero podczas Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Squaw Valley wprowadzono obowiązek używania w zjeździe kasków o twardej skorupie. Od ZIO w Lake Placid w 1980 r. obowiązek taki wprowadzono tuż przed rozpoczęciem igrzysk również w skokach narciarskich. Warto zwrócić uwagę, że na medalach olimpijskich i znaczkach pocztowych z tamtego okresu, widnieją jeszcze wizerunki skoczków ubranych w czapeczki. W 1992 r. obowiązek ochrony głowy wprowadzono także w slalomie i w slalomie gigancie podczas ZIO w Albertville. Wyraźny był więc nacisk ze strony Amerykanów i Kanadyjczyków na zmiany w regulaminach celem poprawy bezpieczeństwa, co podyktowane było przede wszystkim polityką amerykańskich towarzystw ubezpieczeniowych.

Ciekawostką było stosowanie kasków motocyklowych Bell 500 przez znanych amerykańskich alpejczyków, braci **Phila** i **Steve'a Mahre**, którzy zmuszeni przez amerykańską federację narciarską do spełnienia patriotycznego obowiązku zdobycia dla USA jak najwięcej medali w Lake Placid (które były jednocześnie Mistrzostwami Świata), zapisani zostali do startu w zjeździe. W jednym z wywiadów prasowych Phil Mahre nie przebierając w słowach powiedział, co myśli o wątłej konstrukcji kasków narciarskich i swych obawach o całość głowy w razie upadku przy osiąganiu prędkości ponad 100 km/h. Nie przeszkodziło mu to zająć 14 miejsca w zjeździe, co przy świetnej jeździe w slalomie dało mu wówczas złoto i tytuł mistrza świata w kombinacji.

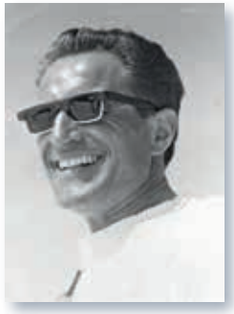
Cena kasku na tle całego ekwipunku narciarskiego jest niewielka, nie warto zatem oszczędzać na bezpieczeństwie najważniejszej części ciała. Osobiście uważam, że ze względów bezpieczeństwa wszyscy narciarze bez względu na wiek, powinni używać kasków a instruktorzy narciarscy obok ratowników powinni dawać przykład dobrych praktyk.

Robert Borkowski

Robert Borkowski

– profesor Krakowskiej Akademii im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego dr hab, przewodniczący Podkomisji Ratownictwa Narciarskiego KTN ZG PTTK, ratownik narciarski, Instruktor PZN, Instruktor Biegów PZN, były zawodnik AZS, trzykrotny brązowy medalista Mistrzostw Świata Dziennikarzy SCIJ w narciarstwie.

Stanisław Tatka 1927–2021



Stanisław Tatka
1927–2021

W styczniu w podkrakowskiej Rząsce pożegnaliśmy naszego Seniora IW **Stanisława Tatk**ę.

Nie było mnie jeszcze na świecie, kiedy 29-letni Staszek Tatka uzyskał stopień Instruktora PZN. Już w dwa lata później był Instruktorem Wykładowcą, czyli członkiem tego swoistego panteonu wielkich postaci polskiego środowiska instruktorskiego, postaci urodzonych w okresie międzywojennym. W życiorysy tych osób wpisała się i wojna światowa, i trudne lata powojenne, kiedy to w okresie stalinowskim zawieszono nawet działalność PZN.

Pomimo tylu przeciwności zawiązywały się wówczas na całe dziesięciolecia przyjaźnie instruktorów, trwała solidarność środowiska, w którym jedną z jaśniejących postaci był Staszek Tatka. Zawsze pogodny, uśmiechnięty, pozytywnie nastawiony do nas, młodszych kolegów. Przekazywał nam zasady zimowego poruszania się w wysokich górach, przekazywał tajniki nienagannej techniki narciarskiej, w której łączył perfekcję wykonania z niespotykaną swobodą i lekkością. Przy tym obdarowywał swoich kursantów i współpracowników mądrością przebytych dróg. Wplatał w swoje wykłady zarówno żarty, jak i nabyte osobiste doświadczenia. Tym samym rozbudzał wyobraźnię młodszych pokoleń i „apetyt" na narciarstwo.

Przed schroniskiem Murowaniec –
od lewej: Zygmunt Dulski, Zdzisław Jakubowski,
Stanisław Tatka

Zjazd w żlebie w kwietniu 1986

Stanisław Tatka
i Marek Tarnowski
oceniają w dniu
03.04.1981 zagrożenia
lawinowe w rejonie
Mnicha

Wieczorami podczas konferencji Instruktorów Wykładowców lub też po zakończonych Mistrzostwach Polski Instruktorów był obleganym gawędziarzem, w jak najlepszym znaczeniu tego słowa. Jeszcze niedawno, będąc już mocno zaawansowanym wiekowo narciarzem, mówił nam w jeden z takich wieczorów: – *Ja już tu chyba nie mogę przyjeżdżać do tego Zakopanego. Bo jak przyjeżdżam, i widzę ośnieżone góry, kiedy widzę ustawiony na mistrzostwach slalom, to od razu biegnę na start, i jadę, walczę o dobry wynik. Ale przecież czasami narciarz się przewraca, a ja mam już tyle lat, że jak się przewrócę, to mnie już nie poskładacie.*

Na szczęście Staszek się nie przewracał, więc teraz po minięciu mety swojego życia nadal może z przyjaciółmi z narciarskich tras pędzić po niebiańskim puchu, wykonując swój legendarny śmig.

Staszku, kiedy Cię odprowadzaliśmy na miejsce wiecznego spoczynku, dookoła było biało, w tamtych dniach wiele śniegu nasypało w górach, nawet Twój ukochany Kraków był biały, jak za dawnych lat. Z pewnością chciałeś w takiej scenerii znowu stanąć na stoku. Jednak pamiętaj, że nie musisz już biec na start, jechać i walczyć o wynik. Nie musisz nikomu niczego udowadniać. Wiele dobra po sobie zostawiłeś wśród narciarzy i niechaj dobry Pan Bóg weźmie to pod uwagę, kiedy będzie wystawiał Ci ocenę za styl jazdy przez Twoje długie życie.

Jacek Żaba
Prezes SITN PZN

Ryszard Podgórny 1953–2021

Pod koniec stycznia na cmentarzu w Słopnicach liczne grono instruktorów i przyjaciół pożegnało kol. **Ryszarda Podgórnego**. Kiedy w dniach po Jego śmierci kontaktowałem się w związku z tym z członkami SITN, w reakcjach prawie wszystkich osób, z którymi dane było mi rozmawiać, przewijało się jak mantra jedno określenie: dobry człowiek. I nie były to słowa wymuszone przez okoliczność śmierci, lecz autentyczne, wymawiane z wielkim przekonaniem, wynikające z kontaktów ze Zmarłym – DOBRY CZŁOWIEK. Dobry dla każdej osoby w potrzebie, dobry dla świata i dla swoich najbliższych, dobry dla zwierząt, a zwłaszcza dla swoich pszczół.

Ryszard Podgórny 1953–2021

Podczas Mistrzostw Politechniki Krakowskiej

Nic dziwnego, że przybywający późną wieczorową porą spóźnieni uczestnicy Centralnych Kursów Instruktorskich w Tresnej/Szczyrku, nie kierowali swoich pierwszych kroków do prezesa lub do swojego instruktora, lecz właśnie do Ryśka, pełniącego tam rolę sekretarza kursu lub unifikacji. Szli do Niego, bo On nie tylko że nie czynił wyrzutów, że ktoś się spóźnił, ale szedł do kuchni uprosić panią kucharkę, by odgrzała spóźnialskiemu kolację.

Dlaczego o tym wspominam? Bo życie składa się nie tylko z wielkich osiągnięć, awansów, odznaczeń, ale też (a może głównie) z naszych niepozornych czynów, po których jesteśmy osądzani przez innych. Chciałoby się rzec – oby o każdym z nas mówiono po naszej śmierci: To był dobry człowiek. Ryszard zasłużył sobie całkowicie na taką opinię. Do tego dochodziły inne wspaniałe cechy: uczciwość, otwartość na ludzi, poczucie humoru, radzenie sobie w trudnych sytuacjach. Na szlaku górskim ustępował miejsca osobom idącym z naprzeciwka. Podobnie i w życiu – nie rozpychał

Jeden z egzaminów instruktorskich na Podhalu – ocenia prezes Kazimierz Masłowski, oceny wpisuje Ryszard Podgórny (po prawej).

Ryszard Podgórny wraz z żoną Zuzanną

się, wolał powoli, aczkolwiek zdecydowanie dochodzić do celu.

Wraz z gronem wielkich postaci polskiego środowiska instruktorskiego budował podwaliny pod nasze Stowarzyszenie. Działał z Bossem **Kazimierzem Masłowskim**, z prezesem **Zbyszkiem Kucią**, prezesem **Wojtkiem Gajewiczem**, prezesem IVSI **Jurkiem Kaliskim** – nie sposób tu wymienić wszystkich nazwisk. W krakowskim Okręgu PZN pod nadzorem merytorycznym mistrza **Stanisława Tatki** szkolił dzieci i młodzież. Wraz ze współpracownikami odniósł wówczas wielki sukces – w wyniku ich pracy na stoki narciarskie wkroczyli przyszli mistrzowie Polski, jego synowie **Jurand** i **Wojtek**. Wraz z mamą Zuzanną, tworzyli wspaniałą narciarską rodzinę. Po latach Zuza została prezesem naszego Stowarzyszenia.

Największe sukcesy sportowe są ważne, ale również liczy się wychowanie młodych pokoleń w duchu szczytnych idei, przekazywanie swoich najlepszych cech młodszym od nas, zwłaszcza swoim dzieciom.

Taki był Ryszard dzielący swoje życie pomiędzy Kraków, góry, Słopnice. W styczniu przejechał linię mety swojego życia. Żegnany przez rodzinę i przyjaciół stanął zgodnie z naszą wiarą przed obliczem Boga łaskawego, który w swej dobroci spojrzał na życie Ś. P. Ryszarda i – miejmy nadzieję – ujrzał całe to dobro, które Zmarły po sobie zostawił, ujrzał miłość najbliższych i szacunek ludzki, docenił dokonania duże i te małe, niepozorne. Kto mało chce, ten ma wszystko.

Jacek Żaba
Prezes SITN PZN

Bogdan Klepacki 1947–2021

Bogdan Klepacki 1947–2021

W kwietniu na cmentarzu parafialnym w Bielsku-Białej w Straconce pożegnaliśmy IW **Bogdana Klepackiego**. Jeden z najbardziej lubianych, sympatycznych, towarzyskich i zawsze uśmiechniętych Instruktorów Wykładowców PZN. Często powtarzał, że planowanie nie ma sensu, że to stracony czas, że trzeba korzystać z życia tu i teraz, bo nie wiemy, co będzie nam dane jutro. Niestety tamte wiosenne dni przyniosły potwierdzenie tej tezy – jeszcze pod koniec lutego jeździł na nartach, cieszył się rodziną i tym wszystkim co za życia kochał. Nikt z nas wtedy nie przypuszczał, że miesiąc później będziemy mówić o Bogdanie w czasie przeszłym.

Urodzony w Tarnowie w 1947 roku, tam też spędził lata młodzieńcze, gdzie uczęszczał do szkoły podstawowej, a następnie do technikum chemicznego w Tarnowie-Mościcach. Na studia powędrował do Gliwic, na Wydział Automatyki Politechniki Śląskiej.

Zawsze aktywny, z pomysłami i realizowanymi pasjami. Od dzieciństwa kochał turystykę górską, narciarstwo, żeglarstwo. Już na studiach wypływał w morskie rejsy i zdobywał kolejne stopnie żeglarskie, aż po Kapitana Jachtowego. Równolegle zimą fascynował się narciarstwem. Był współzałożycielem Akademickiego Klubu Narciarskiego w Gliwicach.

Kiedy śmiertelny wirus okazał się silniejszy, spojrzałem na starą fotografię ze Skrzycznego sprzed około 50 lat. Mój ojciec **Tadeusz** trzymał w tej utrwalonej scenie kartkę i długopis, notując oceny wystawione podczas egzaminu. Wokół stali kandydaci na przyszłych instruktorów, a wśród nich młody Boguś Klepacki. Jak udowodnił w następnych dziesięcioleciach, zdawał tamten egzamin nie dla odznaki instruktorskiej, nie dla kolejnego papierka. Pociągało Go szkolenie innych osób – swoje powołanie realizował w szkołach narciarskich, kształcąc mnóstwo młodych narciarzy na obozach w Beskidach, Tatrach i Alpach. Z czasem zdobył nasz najwyższy „generalski" stopień Instruktora Wykładowcy PZN.

Zawodowo pracował najpierw na Politechnice Śląskiej, później w specjalistycznych firmach, gdzie zajmował się sterowaniami automatycznymi, robotyką. Po czasie jednak życiowe pasje okazały się silniejsze – zrezygnował z pracy na etacie, bo jak mówił, brakowało mu czasu na narty, żagle i podróże. Zajął się więc ubezpieczeniami. Mogąc sobie zorganizować więcej wolnych dni, podróżował po świecie, odwiedzając najdalsze zakątki naszego globu – z podróży przywoził piękne zdjęcia, bo fotografia była Jego kolejną pasją.

Ja osobiście zapamiętałem bardzo miły gest Bogdana skierowany do mnie ponad ćwierć wieku temu. Był to jesienny dzień 1994 roku, kiedy to przed szacownym gronem Instruktorów Wykładowców broniłem pracę asystencką. Pomimo zakończonej pomyślnie obrony, młodzieńcza niepewność i onieśmielenie nie chciały mnie nadal opuścić. Tyle sław i narciarskich profesorów było wokół mnie, tyle znanych

postaci życia narciarskiego naszego kraju. I wtedy właśnie podszedł do mnie Bogdan i powiedział z uśmiechem, że było mu bardzo miło posłuchać przedstawionych przeze mnie wspomnień z dawnych lat i że wita mnie w gronie „generalicji". Taki prosty, aczkolwiek bardzo ciepły gest, świadczący o wysokiej kulturze Bogdana i Jego wyczuciu sytuacji. Mój nowy, nieco starszy Kolega wlał we mnie otuchę i dodał troszkę pewności siebie. Wspominając kogoś, kto od nas odchodzi, przypominamy sobie takie przyjacielskie, aczkolwiek pozornie niewiele znaczące gesty i czyny. One świadczą o prawdziwym obliczu człowieka.

Bogdanie, na pięknie ośnieżonym cmentarzu z widokiem na góry żegnała Cię rodzina najbliższa i ta nieco dalsza. Wszystkich Was łączyło zamiłowanie do nart. Podążaliście czasami śladami swoich przodków po Czarnohorze – górach naszych przedwojennych Kresów Wschodnich. Jeździliście w Alpy, Tatry i oczywiście w nasze ukochane Beskidy. Twoje córki **Ania** i **Małgosia** poszły po latach w Twoje ślady i też zdobyły najwyższy tytuł Instruktora Wykładowcy PZN. Podobne osiągnięcie ma też syn Twojego kuzyna, **Tomek Stobiecki**. Chociażby te fakty świadczą o narciarskości Twojej rodziny.

Gdy startowałeś w zawodach, najbliżsi kibicowali Ci, abyś jak najszybciej przejechał linię mety. W marcu 2021 roku stanąłeś do ostatnich zmagań. Ale tym razem wszyscy chcieliśmy, abyś na razie nie dojeżdżał do linii mety swojego życia. Jeszcze tyle wypraw było przed Tobą, jeszcze tyle zjazdów po śniegu. Swoją miłością otaczała Cię zawsze, a szczególnie w tych dniach żona **Krystyna**, córki **Ania** i **Gosia**, zięciowie **Adam** i **Krzysztof**, wnuki **Staś**, **Zosia** i **Krysia**, brat **Ryszard** (znany w Bielsku lekarz okulista) wraz z synem **Maciejem**, również okulistą, siostra **Elżbieta** – geodetka, brat **Stanisław** – architekt zamieszkały w Anglii, dziesięcioro bratanic i bratanków. Wśród tej najbliższej rodziny otaczającej Cię najgorętszymi uczuciami byli też ci, z którymi często chodziłeś na wyprawy skiturowe – kuzyn **Stanisław Stobiecki** z synami **Piotrem** i **Tomkiem**, oraz syn kuzynki **Teresy**, **Wojtek Śliwiński**. Nie jestem w stanie wymienić wszystkich z imienia i nazwiska, bo przecież wśród zaniepokojonych stanem Twojego zdrowia i żegnających Cię z bólem byli też koledzy i koleżanki Instruktorzy PZN.

Niestety, Bogdanie, przejechałeś linię mety swoich ostatnich zmagań, linię mety swojego życia. Mówiłeś, że planowanie to stracony czas, że trzeba korzystać z życia tu i teraz. Ty swoje ziemskie życie wykorzystałeś w pięknym stylu.

Jacek Żaba
Prezes SITN PZN

Kazimierz Harcuła – 110 rocznica urodzin

W ramach wspomnień o dawnych instruktorach, chcemy ocalić od zapomnienia również osoby mniej obecnie znane.

Pierwszy raz w życiu zobaczyłem instruktora narciarstwa z opaską PZN na rękawie w podkrakowskich Myślenicach, na Plebańskiej Górze, w sezonie 1938/39. Gdy mozolnie szatkowałem w kolegami śnieg, na kopulastym stoku góry, nagle zjawił się narciarz w białej wiatrówce i kaszkiecie w takim samym kolorze, w wąskich,ciemnych spodniach, a nie modnych wówczas pumpach, kręcił krystianie wzbudzając ogólny podziw wśród innych narciarzy. Pomiędzy nimi byłem i ja, 10-latek stawiający pierwsze kroki na dwóch deskach.

Dowiedziałem się wkrótce, że tym narciarzem jest **Kazimierz Harcuła**, znany sportowiec, również zapalony motocyklista i instruktor Polskiego Związku Narciarskiego. Odtąd marzyłem stale, by tak wspaniale jeździć na nartach,a może zostać też Instruktorem PZN. Marzenia te spełniły się po 24 latach, gdy w wysokogórskim schronisku PTTK„Pod Łabskim Szczytem" w Karkonoszach zdałem egzamin instruktorski przed kierownikiem kursu IW **Tomaszem Gorayskim**.

Wróćmy jednak raz jeszcze do pamiętnego roku 1939, który na początku stał pod znakiem narciarstwa. Wówczas to w lutym na łamach Ilustrowanego Kuriera Codziennego pisano: „A królują wszystkim w parze Zającowie-Marusarze" (najlepszy ówczesny polski zjazdowiec i skoczek narciarski), a dalej: „Zapraszamy do Zakopanego na FIS Mistrzostwa Świata w Narciarstwie Alpejskim i MŚ w Narciarstwie Klasycznym w dniach 11–19 lutego 1939 r." W tamtych właśnie dniach przez sam środek Myślenic jechały dawną „Zakopianką" pod Giewont wytworne limuzyny – Chevrolety i Bucki.

Była to ostatnia radosna zima na Podhalu i leżących w Beskidzie Wyspowym Myślenicach. Miałem 10 lat, ukończyłem III klasę Szkoły Powszechnej, gdy rankiem 1 września 1939 r. nawała hitlerowskiego Wehrmachtu runęła ze Słowacji na południe Polski, na tyły polskiej Armii Kraków. Przez 5 dni 10 Brygada Kawalerii (zmotoryzowanej), 1 pułk Korpusu Ochrony Pogranicza, 12 pułk piechoty z Wadowic i batalion Obrony Narodowej Zakopane (w którym służyło wielu narciarzy), w zażartych, krwawych walkach broniło kierunku na Kraków. Całością tego zgrupowania dowodził płk. dypl. **Stanisław Maczek**, późniejszy generał i słynny dowódca pierwszej w Wojsku Polskim na Zachodzie Dywizji Pancernej.

Wybuch II wojny światowej spowodował, że podczas pierwszej okupacyjnej, bardzo śnieżnej i mroźnej zimy (do minus 40°C) pusto zrobiło się na Plebańskiej Górze. Starsi narciarze nie ruszali się z domów, głównie z obawy prze niemiecką żandarmerią. Na narty szły tylko dzieci. Dopiero zimą 1941 ludniej zrobiło się w górach. Ale już jesienią 1941 r. władze niemieckie zarządziły Polakom natychmiastowe oddanie nart o długości ponad 180 cm dla walczącego na froncie wschodnim Wehrmachtu. Na narty szli tylko najodważniejsi lub najmłodsi.

Powróćmy do postaci Instruktora PZN Kazimierza Harcuły. Gdy po zakończeniu mojej

Kazimierz Harcuła w białym kombinezonie wyjeżdża z Myślenic w stronę Krakowa starą „Zakopianką" (około 1938). Foto: Stanisław Mucha

50-letniej pracy dziennikarskiej (w tym 47 lat w Redakcji Krajowej i Sportowej Polskiej Agencji Prasowej i 16-letnim kierowaniu Dolnośląskim Oddziałem PAP we Wrocławiu) oraz 39-letniej współpracy z Przeglądem Sportowym, już jako emeryt „wylądowałem" w Informatorze Przedsezonowym SITN PZN, zainteresowałem się znów tym przedwojennym instruktorem narciarskim.

Co dziś o nim wiemy? **Kazimierz Harcuła** urodził się 17 stycznia 1912 roku w New Jersey w USA. W tym samym roku przyjechał z rodzicami do krewnych w Myślenicach. W 1933 roku zdał maturę w miejscowym gimnazjum. Potem była roczna Szkoła Podchorążych Rezerwy i wreszcie upragnione studia na Studium Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Jagielońskiego w Krakowie, zakończone dyplomem magistra wychowania fizycznego. Pod koniec studiów w 1938 roku dostał nominację na podporucznika rezerwy piechoty WP. Lata II wojny światowej spędził w Myślenicach.

Po zakończeniu wojny rozpoczął pracę na Politechnice Śląskiej w Gliwicach, gdzie w latach 1952-1977 był zastępcą kierownika Studium Wychowania Fizycznego. Kazimierz Harcuła kochał swój zawód, stale uzupełniał wiedzę. 28 maja 1971 roku na Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu uzyskał stopień naukowy doktora wychowania fizycznego. Praca doktorska dotyczyła mięśni dłoni, tak mocno pracujących w sporcie, również w narciarstwie. Cały czas był również czynny w nauczaniu narciarstwa. Jeszcze w latach 60-tych XX w. widniał na listach Instruktorów PZN.

Niestety nie zachowała się żadna jego fotografia na nartach. Ja w swoim archiwum, które od lat chłopięcych posiadam, znalazłem zdjęcie K. Harcuły, ale na motocyklu. Pamiętam, jakby to było wczoraj – gdzieś wiosną 1939 r. kupiłem w jedynej wtedy w Myślenicach księgarni kilka pięknych pocztówek z widokami Myślenic, wykonanych przez znanego fotografika **Stanisława Muchę**, również fotoreportera największego w II Rzeczpospolitej Koncernu Prasowego IKC (Ilustrowany Kurier Codzienny) w Krakowie. Stanisław Mucha pracował w IKC dla popularnego tygodnika Światowid. Na jednej z pocztówek zobaczyłem wtedy znanego mi instruktora jadącego z kimś na motocyklu starą drogą „Zakopianką".

Andrzej Szymura

miejscowy stolarz, który dla pewności okuł doklejoną część deski blachą uzyskaną z puszki konserwowej UNRA. Tak „uzbrojony" T. Żaba wędrował po zimowych Tatrach. Tu poznał **Barbarę Grocholską** i **Samka Gąsienicę**. Wraz z nimi znalazł się na kursie trenerskim. I tak zaczęło się jego życie szkoleniowca.

Latem 1948 roku dotarła do niego informacja, że powstał Fundusz Wczasów Pracowniczych. Nowa instytucja poszukiwała do pracy osoby znające się na sporcie. T. Żaba napisał podanie i został zaangażowany jako referent do spraw turystyki i sportu w dyrekcji FWP w Bielsku-Białej. Szybko awansował na kierownika działu kulturalno-oświatowego. Swoim podwładnym zorganizował szereg kursów przewodnickich i instruktorskich. Sprzęt był wypożyczany wczasowiczom za darmo. Pomimo tego trzeba było ludzi namawiać do spróbowania jazdy na nartach. Na pierwszą lekcję w każdym nowym turnusie zimowym przychodziło kilka osób, ale już następnego dnia chętnych było znacznie więcej.

Będąc kierownikiem działu T. Żaba pełnił raczej funkcję organizatora, a przecież jego marzeniem był codzienny kontakt z nartami. Gdy więc znalazł następcę na swoje dotychczasowe stanowisko, przeniósł się 1 grudnia 1952 roku do Szczyrku. Było tu kilka domów wczasowych, działał też Klub Narciarski LZS. Wraz z instruktorem **Leonem Sumem** zorganizowali pierwszy kurs instruktorski dla pracowników kulturalno-oświatowych zatrudnionych w górskich miejscowościach. Kurs ten odbył się na Klimczoku, a jego absolwenci w dużym stopniu przyczyniali się do popularyzacji narciarstwa. Taka forma działalności została przez Dyrekcję Naczelną FWP bardzo przychylnie przyjęta i rozreklamowana w innych ośrodkach górskich. Dyrekcja zorganizowała też następne kursy instruktorskie w Bierutowicach i Zakopanem. Kierownikiem wyszkolenia był T. Żaba. Wkrótce okazało się, że liczba nowo wyszkolonych instruktorów jest niewystarczająca. Przybywało chętnych do uczenia się jazdy na nartach.

W tej sytuacji FWP podpisał umowę z Komisją Turystyki Narciarskiej ZG PTTK. Zgodnie z umową Komisja przysyłała do Szczyrku równocześnie 10 instruktorów. Szefem wyszkolenia był Tadeusz Żaba. W latach tych Komisja Turystyki Narciarskiej wnosiła olbrzymi wkład w rozwój polskiego narciarstwa. Dzięki takim ludziom, jak: **Kazimierz Jasiński**, **Zbigniew Płonka**, **Zofia Węgrzyn**, popularyzacja tego sportu traktowana była jako najważniejsze zadanie Komisji. W roku 1956 KTN zorganizowała konferencję czołowych instruktorów polskich. Jednym z osiągnięć tego spotkania, któremu przewodniczył **Stanisław Ziobrzyński**, było ustalenie stopni i zasad organizacyjnych kursów instruktorskich. Ustanowiono wówczas stopień Instruktora Wykładowcy. Stanisław Ziobrzyński został wkrótce potem członkiem władz FIS, a na przewodniczącego Komisji Szkolenia wybrano **Kazimierza Masłowskiego**. Rozpoczęto organizowanie kursów, które odbywały się kilka razy w sezonie w schroniskach tatrzańskich, na Turbaczu i w Szczyrku. Niemal etatowymi wykładowcami byli wówczas: **Zygmunt Dulski**, **Zdzisław Jakubowski**, **Włodzimierz Ritterschild**, **Tadeusz Żaba**.

Z żoną Ireną w 1954 roku

Urodzony przed stu laty, wychowawca kilku pokoleń instruktorów, nauczyciel kilku pokoleń narciarzy, założyciel szkoły narciarskiej ŚMIG, jeżdżący po szczyrkowskich trasach do ostatnich swoich dni, mój ojciec, zmarł 17 maja 2003 roku.

Jacek Żaba

Jan Gut Borowy

Zakopiański instruktor w Sudetach

Gdzie instruktorzy z tamtych lat? Z tych zapomnianych i nieżyjących już od dawna instruktorów narciarstwa pamiętam dobrze **Jana Guta Borowego** z Zakopanego, Instruktora PZN, z zawodu prawdopodobnie szewca, który wraz z żoną **Antoniną** (też instruktorką) oraz **Janem Niemczykiem** (Instruktor PZN) prowadzili grupę studentów, kandydatów na instruktorów podczas obowiązkowego dwutygodniowego obozu I roku Studium Wychowania Fizycznego Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu i Politechniki Wrocławskiej (obecnie AWF) w Zieleńcu w marcu 1950 roku.

J. Gut Borowy, niewysoki, szczupły, zwany przez studentów popularnie „czerwoną czapeczką" z racji noszonej na głowie okrągłej czerwonej czapki z daszkiem jeździł na nartach fenomenalnie. Był prawdziwym mistrzem demonstracji stosowanej wtedy techniki wychyleniowo-rotacyjnej. Czynił to na każdym śniegu i każdym stoku, a jeździło się wtedy z reguły w kopnym śniegu. Umiał pokazywać krystianie, jak na zwolnionym filmie, a była to technika nie tak prosta jak dzisiaj. Jeszcze teraz po 70 latach słyszę jak instruktor Borowy woła: – *Rozmach, rotacja, zejście w dół.* To była fajna jazda. Po świeżym, prawdziwym śniegu, gdy spod nart unosił się w powietrzu wspaniały śnieżny welon.

Należy pamiętać, że wtedy przed 70 laty, nie było w Zieleńcu (ba, w całych Sudetach!) ani jednego wyciągu narciarskiego. Aby zjechać ze stoku w dół, trzeba było za każdym razem w ciężkim trudzie wchodzić na własnych nogach na długie, strome stoki Orlicy (1080 m n.p.m.), albo też godzinami szatkować świeży śnieg, aby potem łatwiej jeździło się na nartach.

Instruktor PZN Jan Gut Borowy był też, jak prawdziwy zakopiański góral, człowiekiem odważnym, bo jak inaczej nazwać to, że któregoś dnia na szczycie Orlicy w Zieleńcu całą grupą studentów przekroczyliśmy granicę polsko-czechosłowacką, pilnie strzeżoną przez uzbrojonych po zęby żołnierzy Wojsk Ochrony Pogranicza, aby napić się doskonałego piwa w czeskim wysokogórskim schronisku „Masarykowa Chata". Dla potomnych warto tu dodać, że na wyjazd do strefy granicznej w pierwszych latach pięćdziesiątych XX w. trzeba było posiadać specjalną przepustkę.

Pisząc o moim pierwszym instruktorze, wciąż brakowało mi bliższych szczegółów na temat jego życia. Bardzo pomógł mi w tym znany Instruktor Wykładowca PZN, ratownik TOPR i międzynarodowy przewodnik górski – **Adam Marasek**. Odnalazł on w Zakopanem nie tylko krewnych Jana Guta Borowego (w tym jego ponad 80-letnią córkę), ale odwiedził również cmentarz parafialny na Olczy w Zakopanem, gdzie znajduje się grób małżeństwa Antoniny i Jana Gut Borowych. Na tablicy nagrobnej jest napisane: Antonina Gut Borowy 21.12.1912 – 24.12.1994 oraz Jan Gut Borowy 22.12.1908 – 23.11.1983. Adam Marasek znalazł również w kronice historii TOPR informację, że Jan Gut Borowy był cenionym ratownikiem TOPR, uczestnikiem wielu akcji ratunkowych i przyczynił się do uratowania życia kilku osób.

Instruktorzy PZN z Zakopanego byli nauczycielami narciarstwa na pierwszych obozach wrocławskiego SWF w Zieleńcu, przygotowując pierwszą kadrę instruktorską tej uczelni, która wkrótce z powodzeniem ją zastąpiła, działając pod kierunkiem niestrudzonego **Antoniego Szymańskiego**. O tym piszę na następnej stronie.

Andrzej Szymura

Narciarstwo na Wybrzeżu Gdańskim

WODA, PLAŻA I GDAŃSK ZE STOCZNIĄ, WIĘC GDZIE TE NARTY?

Pobrzeże Gdańskie z przyległym do niego Pojezierzem Kaszubskim ma bardzo zróżnicowane uformowanie geologiczne. W paśmie Wzgórz Szymbarskich znajduje się najwyżej położone wzniesienie zwane Wieżycą o wysokości 328 m. Takie uformowanie terenu sprzyjało rozwojowi sportów zimowych. To nie przypadek, że w Gdańsku w latach 50-tych XX wieku w klubie sportowym ówcześnie zwanym Zrzeszeniem Sportowym „Budowlani" powstała sekcja narciarska. Sekcję stworzyli w większości pracownicy Politechniki Gdańskiej, a szefował jej nauczyciel akademicki **Andrzej Kulesza**. W sekcji uprawiano narciarstwo zjazdowe, biegowe, a także skoki. Z uwagi na to, że klub „Budowlani" należał do związku zawodowego pracowników budowlanych i drogowych, członkowie sekcji uczestniczyli często w zawodach organizowanych przez związkowców. Z inicjatywy sekcji narciarskiej odbywały się corocznie Mistrzostwa Wybrzeża. W notatce z „Głosu Wybrzeża" z lutego 1955 r. p.t. „Na trasach Wieżycy i Sopotu walczyli o mistrzostwo Wybrzeża nasi zjazdowcy", zamieszczone były warunki techniczne, jak też wyniki zawodów: „Zawody slalomu giganta odbyły się w sobotę na zboczu Wieżycy; trasę wytyczono pomiędzy drzewami. Długość trasy wynosiła 800 m przy różnicy wzniesień 180 m. Startujących zawodników było 30. Natomiast w niedzielę w Sopocie na stoku Łysej Góry odbyły się zawody w slalomie". Autor tego opracowania, w tym czasie jako junior grupy „C", brał udział w gigancie – bez powodzenia, natomiast wygrał slalom. Zawody na skoczni odbywały się w Sopocie na stoku w pobliżu Łysej Góry, gdzie istniał obiekt jeszcze przedwojenny.

Z inicjatywy sekcji narciarskiej pod koniec lat 50-tych XX wieku rozpoczęto budowę w Sopocie nowej skoczni o większych parametrach niż ta istniejąca. Niestety brak dopływu środków finansowych spowodował przerwę w budowie, w konsekwencji czego nastąpiła szybka erozja wstępnie uformowanego stoku.

Rok 1955 – posezonowe spotkanie członków sekcji narciarskiej klubu Budowlany, obecnie zwanego Lechią.

Od lat 60-tych XX wieku działalność narciarska skupiała się przy oddziale PTTK Sopot, którą zainicjował instruktor **Stanisław Pierzchalski**. Społecznym wysiłkiem narciarzy z Sopotu, na zboczu zwanym „Zajęcze Wzgórze" przyległym do stadionu lekkoatletycznego, wytyczony został stok slalomowy.

Na początku lat 80-tych XX wieku w gdańskim środowisku akademickim powstaje Akademicki Klub Narciarski „Bolid", któremu szefuje **Marcin Przelaskowski**. Z inicjatywy Marcina wykonany został w Gdańsku na Morenie stok narciarski z nawierzchnią plastikową i wyciągiem. Z inicjatywy „Bolidu" odbyły się we wrześniu 1994 zawody Windsurfing-Ski Cup. Konkurencje narciarskie przeprowadzone zostały na stoku na Morenie, a windsurfing w Sopockim Klubie Żeglarskim. Poza zawodnikami z Wybrzeża startowali narciarze z Zakopanego. Jak sobie przypominam, startowały na tych zawodach córki **Lusi Marczułajtis** – **Anita** i **Jagna**, w przyszłości nasza olimpijka. Startował również i zdobył dyplom autor tego opracowania.

Od lat 80-tych XX wieku działalność szkoleniowa była prowadzona pod auspicjami PZN. Pierwszy raz szkoła narciarska otrzymała licencję na prowadzenia działalności w sezonie 1980/81. Licencję nr 4 Wydziału Sportu Młodzieżowego i Szkolenia Kadr Zarządu Głównego PZN podpisaną przez Wiceprezesa Zarządu Głównego PZN **Kazimierza Masłowskiego** otrzymała szkoła pod nazwą Sopocka Szkoła Narciarska, działająca do 2002r. W pierwszych latach działalności prowadziła szkolenia na stoku Łysej Góry w Sopocie, a w okresie przerw szkolnych również w Szczyrku. W późniejszym okresie w czasie przerw szkolnych główną bazą szkoleniową było schronisko na Hali Gąsienicowej.

Zajęcia w szkole prowadzili między innymi Instruktorzy Wykładowcy PZN: ś.p. **Jerzy Dyczkowski**, **Witold Zubrzycki**, **Andrzej Ostrowski,** jak również autor tego opracowania.

Dużą stratą dla społeczności narciarskiej Trójmiasta była śmierć ś.p. Stanisława Pierzchalskiego, ś.p. Marcina Przelaskowskiego w 1994 r., jak też ś.p. Jerzego Dyczkowskiego w 2018 r.

Rok 1997 – spotkanie przy grobie ś. p. Marcina Przelaskowskiego – autor wspomnień Edward Wroński wraz z Jerzym Dyczkowskim oraz z żoną i córką „Przelaka"

Rok 2008 – na Kasprowym Wierchu, od lewej: Jerzy Dyczkowski, prezes Zbigniew Kucia, Edward Wroński

Popularność narciarstwa na Wybrzeżu Gdańskim przerasta nawet niektóre rejony górskie. Duża w tym zasługa działaczy, instruktorów i entuzjastów białego szaleństwa.

Edward Wroński

Edward Wroński
– doktor nauk technicznych, inżynier specjalności konstrukcje metalowe, emerytowany nauczyciel akademicki Politechniki Gdańskiej, Instruktor Wykładowca PZN od 1979 roku, w życiu pozazawodowym pasjonat narciarstwa i żeglarstwa.

Jak to z narciarstwem w Wielkopolsce było

Trudno znaleźć pierwsze wiarygodne źródła o narciarstwie w Wielkopolsce. Region ten przecież nie słynie z narciarstwa, tylko z ziemniaków, oszczędności i gospodarności. Nizina wielkopolska – jak tu zjeżdżać na nartach? A jednak… pewnie kilka środowisk w Wielkopolsce mogło wpłynąć na rozwój narciarstwa zjazdowego – Rawicz, Kalisz, Czarnków, Chodzież, Poznań…

Jednym z pierwszych istotnych miejsc w Wielkopolsce, gdzie spotykali się hobbyści narciarstwa, była Morena Pożegowska zwana Osową Górą (132 m n.p.m.). Ze względu na swoje naturalne ukształtowanie, w okresie zimowym góra cieszyła się powodzeniem wśród amatorów sportów zimowych. **Jan Kilarski** w 1938 roku w Przewodniku po Wielkopolsce opisywał ją takimi słowami: „Piękno krajobrazu tej okolicy zwabia mieszkańców Poznania o każdej porze, nie wyłączając zimy, kiedy uwijają się tu narciarze, korzystając ze skłonów Pożegowskiej Góry". W połowie lat 60-tych minionego stulecia inż. **Andrzej Zalisz** z Mosiny zgłosił pomysł wybudowania na stoku torów zjazdowych dla narciarzy i saneczkarzy. Jednak do realizacji tego zamierzenia nie doszło i dopiero wiosną 1970 roku Gazeta Poznańska zaproponowała budowę na północnym stoku Moreny Pożegowskiej wyciągu narciarskiego typu „Janosik". Pomoc zadeklarowały poznańskie zakłady pracy i społeczeństwo. Elementy wyciągu zbudowali narciarze z „Cegielskiego" po godzinach pracy. Mechanizm był prosty, składał się z silnika elektrycznego z przekładnią, zasilanego od słupa energetycznego zlokalizowanego nad Jeziorem Kociołek. Napędzał on stalową linę, na którą, chcąc podjechać pod górkę, narciarze wpinali się zaczepami z drewnianą rączką. W roku 1984 Inspektorat Nadzoru Technicznego Polskich Kolei Państwowych, który był administratorem obiektu, wydał decyzję o zamknięciu „Janosika", gdyż nie spełniał już wymogów technicznych i przepisów związanych z bezpieczeństwem użytkowników. Z powodu braku środków na zakup nowych urządzeń, wyciągu już nigdy nie uruchomiono. Zapewne przyczyniła się do tego perspektywa uruchomienia wyciągu na Malcie, planowana wówczas na rok 1988.

Narciarstwo na Osowej Górze

Najznamienitszym narciarzem Wielkopolski jest dr **Marian Szych** – założyciel i pierwszy kierownik Zakładu Sportów Zimowych AWF w Poznaniu, Instruktor Wykładowca PZN z numerem legitymacji 43, trener, dzięki któremu powstała specjalizacja narciarska na tej uczelni. Do lat 60-tych wszystkie egzaminy na specjalizacji były zdawane w trybie eksternistycznym przed delegatami z Polskiego Związku Narciarskiego. W roku 1960 odbył się pierwszy kurs specjalizacji w Samotni, który był szkoleniem zorganizowanym. Marian Szych ściśle współpracował z Polskim Związkiem Narciarskim, gdzie przez wiele lat był członkiem Komisji szkolenia dzieci i młodzieży, uczestniczył w kongresach narciarskich, współtworzył programy nauczania, prowadził wykłady dla trenerów. Z jego narciarskiego gniazda wyszło wielu instruktorów, którzy nie zaprzestali rozwoju i ewoluowali na wykładowców PZN, np. **Jacek Gracz**, **Lech Powolny**, **Krzysztof Makowski**, **Ryszard Ogarzyński**. Pracował z osobami, które są dla nas obecnie ikonami narciarstwa – Prezes **Masłowski**, **Bielczyk**, **Młodzikowski**, **Haczkiewicz**. Oddaję ukłon IW Marianowi Szychowi, który na WSWF, a potem na AWF w latach 1960–1995 prowadził specjalizacje narciarskie, kształcąc setki Instruktorów PZN, a ci rozjeżdżając się po Wielkopolsce promowali narciarstwo, organizując obozy, kursy i szkoły narciarskie.

Duże znaczenie dla rozwoju lokalnego narciarstwa mieli pracownicy WSWF, potem AWF. Pierwszy z nich to **Jerzy Grus**, wywodzący się z Komisji Turystyki Narciarskiej PTTK w Poznaniu, którego Marian Szych określa swoim promotorem i mentorem. Był on jednym z pierwszych Instruktorów Wykładowców PZN. I kolejno następni: **Stanisław Szafarkiewcz**, **Wojciech Liszkowski**, **Stanisław Krajewski** i **Jacek Gracz**, który przejął po Marianie Szychu specjalizacje narciarskie.

Marian Szych

W dniu 01.10.1992 roku w Poznaniu powstała Wielkopolska Szkoła Narciarska (WSN) założona przez **Dariusza Maciejewskiego** oraz **Mariana Szycha**, **Stanisława Krajewskiego** – twórców statutu szkoły i zajmującego się sprawami administracyjnymi, **Romana Nowickiego**. Postanowienie utworzenia WSN było efektem sukcesu organizacyjnego I Amatorskich Mistrzostw Wielkopolski w Narciarstwie

Ania Ogarzyńska startująca na Malta Ski

Dr Antoni Szymański

Współtwórca AWF Wrocław

Dr **Antoni Szymański** w 1950 roku jeszcze magister wf, to w historii obecnej Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu postać szczególna i niezapomniana. Był współtwórcą tej wielkiej dziś uczelni, wyrosłej z gruzów Szkoły Sportowej w dawnym Breslau. Byłem jego studentem przez 3 lata, z których najbardziej zapamiętałem ten pierwszy obóz narciarski w Zieleńcu. Stałem kiedyś na skraju drogi przecinającej długi stok, ćwicząc modny wówczas skręt ruadę. Nagle przy mnie pojawił się kierownik obozu Szymański (przydomek „Buster") i rzekł: – *Andrzej, pokaż jeszcze raz tę swoją ruadę, dobrze*. – i poszedł dalej.

Antoni Szymański na nartach w Szczyrku w 1939 roku

A. Szymański, nauczyciel z powołania, wszechstronnie uzdolniony, pasjonat sportu, głównie narciarstwa i piłki ręcznej, trener tych dyscyplin sportu i przyjaciel młodzieży – urodził się 1 lutego 1904 roku, a zmarł nagle we Wrocławiu 16 marca 1993 r. w wieku 89 lat.

W 1938 r. ukończył Centralny Instytut Wychowania Fizycznego w Warszawie, a 5 lat wcześniej kurs narciarski prof. **Jannera** w Austrii oraz zdobył stopień Instruktora PZN. Przez wiele lat szefował Zakładowi Sportów Zimowych i Zakładowi Gier Sportowych obecnej AWF Wrocław i był kilka razy kierownikiem pierwszych obozów narciarskich tej uczelni w Karpaczu, Zieleńcu, Szczyrku i Bierutowicach.

Miał zawsze własne zdanie i dlatego w 1968 roku władze uczelni odrzuciły jego kandydaturę na docenta, mimo zaawansowanej pracy habilitacyjnej. Doktor Szymański bardzo to przeżył, ale swoją uczelnię kochał do końca życia. Trzeba dodać, że Szymański na wrocławskich uczelniach zdobył dyplomy magistrów wychowania fizycznego i pedagogiki, a na Uniwersytecie Poznańskim im. Adama Mickiewicza stopień doktora nauk humanistycznych.

W kronice historii obozów narciarskich SWF i WSWF (obecnej AWF Wrocław) przeczytać też można, że na pierwszym obozie narciarskim SWF Wrocław w Zieleńcu zimą 1948 r., który odbywał się w arcytrudnych warunkach lokalowych i aprowizacyjnych, Instruktorem PZN był m. in. **Kazimierz Masłowski**, późniejszy współtwórca SITN PZN i wieloletni prezes naszego Stowarzyszenia.

Andrzej Szymura

•

W STULETNIEJ HISTORII

ŚRODOWISKA INSTRUKTORÓW PZN

WAŻNĄ KARTĘ ZAPISAŁY

MISTRZOSTWA POLSKI INSTRUKTORÓW

•

ZAPRASZAMY NA JUBILEUSZOWE

SZEŚĆDZIESIĄTE

MISTRZOSTWA POLSKI INSTRUKTORÓW

POD PATRONATEM PREZYDENTA RP

•

SZCZAWNICA 19–20.03.2022

•

dr Jarosław Bączyk

- asystent w Zespole Prawa Wydziału Zarządzania Sportem i Turystyką Akademii Wychowania Fizycznego im. J. Kukuczki w Katowicach
- ukończone studia doktoranckie na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Śląskiego – rozprawa doktorska z dziedziny publicznego prawa gospodarczego pt.: „Sportowa działalność gospodarcza. Pomiędzy regulacją a reglamentacją."
- współpracownik Kancelarii Prawnej dr hab. Mirosława Pawełczyka prof. UŚ.
- członek Komisji Dialogu Społecznego PZPN
- członek Komisji Etyki International Biathlon Union
- członek Komisji Statutowej PZKite
- jako ekspert z zakresu prawa sportowego współpracuje z Instytutem Sportu – Państwowym Instytutem Badawczym w Warszawie
- pełnione funkcje: członek Komisji Ligii Ekstraklasy SA, pełnomocnik Ministra Sportu i Turystyki ds. prawnych
- wieloletnie doświadczenie w zakresie obsługi prawnej podmiotów prowadzących sportową działalność gospodarczą
- autor publikacji z zakresu publicznego prawa gospodarczego i administracyjnego, ze szczególnym uwzględnieniem podmiotów w ruchu sportowym.

mgr Krzysztof Traczyk

- ze snowboardem związany od 2002 r.,
- od 2005 r. Instruktor PZS, od 2009 r. Instruktor Wykładowca,
- od 2006 instruktor SITN, od 2021 instruktor zawodowy PZN+CTT,
- współzałożyciel SITS, obecnie i w latach 2008–2012 członek zarządu Stowarzyszenia,
- delegat SITS na międzynarodowych kongresach IVSI i ISIA (2011 – St. Anton am Arlberg),
- autor poradnika „Snowboard-podstawy freestylu" 2009
- uczestnik licznych zawodów akademickich regionalnych i ogólnopolskich w snowboardzie,
- złoty medalista Mistrzostw Polski Instruktorów 2009 i Wicemistrz Polski Instruktorów 2008,
- od 2010 roku – nauczyciel akademicki AWF Katowice prowadzący kursy kadrowe

Kalendarz realizowanych kursów na I, II, III stopień sprawności oraz kursów kadrowych, a także egzaminów kwalifikacyjnych i unifikacji dostępny jest na bieżąco na www.sits.org.pl

Oczywiście kalendarz będzie uaktualniany na bieżąco (planujemy np. aż 3 Unifikacje), ale prosimy wziąć pod uwagę fakt, iż ze względu na panującą nadal pandemię pewne plany być może trzeba będzie mocno zweryfikować u progu nadchodzącej zimy. Tak więc zachęcamy do częstego odwiedzania strony www!

16 października 2021 — spotkanie przedsezonowe szkół snowboardu SITS / Katowice

22 października 2021 — doszkolenie „Snowboard na trampolinach" / Wrocław – hala GoJump

23 października 2021 — doszkolenie dla instruktorów „SITS PRK 3 i 4" / Wrocław

18 grudnia 2021 — egzamin poprawkowy / Zieleniec

18-19 grudnia 2021 — unifikacja dla Instruktorów i Instruktorów Zawodowych SITS / Zieleniec

styczeń 2022 — unifikacja dla Instruktorów i Instruktorów Zawodowych SITS / Szczyrk lub Zakopane

5-13 marca 2022 — kurs Instruktora Zawodowego SITS / Zieleniec

12-13 marca 2022 — MPI 2022 / Zieleniec

Zapraszamy chętnych instruktorów do zgłaszania do kalendarza autorskich doszkoleń dla instruktorów (np. freestyle, split, alpin, …)

Cennik SITS 2021/2022

PROSIMY O DOKONYWANIE WPŁAT NA KONTO SITS
ALIORBANK 67 2490 0005 0000 4520 9640 9732

LP	OPŁATA	KWOTA	UWAGI
1	Składka roczna dla asystentów instruktora, instruktorów, instruktorów zawodowych, instruktorów wykładowców, trenerów SITS	80 pln	Od sezonu 2018–2019 składkę opłaca każdy indywidualnie – nie jest wliczana w cenę kursu
2	Licencja dla szkoły	1000 pln	Obowiązuje od sezonu 2022–2023
3	Patronat dla szkoły	100 pln	
4	Duplikat legitymacji	100 pln	
5	Legitymacja Asystenta Instruktora, Instruktora, Instruktora zawodowego	W cenie kursu	
6	Index szkoleń snowboardowych	20 pln	
7	Duplikat indexu szkoleń	100 pln	
8	Legitymacja IVSI	180 pln	Wyrobienie; płatne do SITN
9	Znaczek prolongaty IVSI	170 pln	Na kolejny rok kalendarzowy; płatne do SITN
10	Wpisowe do MPI 2022	100 pln	
11	Kurs na I stopień sprawności (w tym index szkoleń snowboardowych, egzamin)	wg kalkulacji organizatora	
12	Kurs na II stopień sprawności (w tym index szkoleń snowboardowych, egzamin)	750 pln	1 poprawka egzaminu bezpłatna.
13	Egzamin weryfikacyjny na II stopień sprawności (w tym index szkoleń snowboardowych)	400 pln	Płatne przed egzaminem. Każdorazowa poprawka egzaminu płatna 100%

LP	OPŁATA	KWOTA	UWAGI
14	Kurs na III stopień sprawności	750 pln	1 poprawka egzaminu bezpłatna
15	Kurs na stopień Asystenta Instruktora	1000 pln	1 poprawka egzaminu bezpłatna
16	Kurs na stopień Instruktora	1400 pln	1 poprawka egzaminu wewnętrznego bezpłatna
17	Kurs na stopień Instruktora zawodowego	1700 pln	1 poprawka egzaminu wewnętrznego bezpłatna
18	Unifikacja stopnia Asystenta Instruktora, Instruktora i Instruktora zawodowego	300 pln	Raz na 3 lata
19	Egzamin poprawkowy (centralny) dla Instruktorów i Instruktorów zawodowych	250 pln	Dla osób które nie zdały egzaminu centralnego na MPI
20	Kursy doszkoleniowe	Wg kalkulacji organizatora i akceptacji SITS	
21	Opłata szkoleniowa za wyszkolenie osoby na I stopień	30 pln	Opłaca szkoła
22	Opłata szkoleniowa za wyszkolenie osoby na II stopień	100 pln	Opłaca szkoła. Obowiązuje również po egzaminie kwalifikacyjnym na II stopień
23	Opłata szkoleniowa za wyszkolenie osoby na III stopień	100 pln	Opłaca szkoła
24	Opłata szkoleniowa za wyszkolenie osoby na stopień: Asystent Instruktora	200 pln	Opłaca szkoła
25	Opłata szkoleniowa za wyszkolenie osoby na stopień: Instruktor	350 pln	Opłaca szkoła
26	Reklama szkół SITS w Informatorze SITS	1 strona – 600 pln 1/2 strony – 300 pln	Tylko strony wewnętrzne

PROSIMY O DOKONYWANIE WPŁAT NA KONTO SITS
ALIORBANK 67 2490 0005 0000 4520 9640 9732

UNIFIKACJE 2020–2021

W sezonie 2020/2021 mimo pandemii i związanych z nią obostrzeń, zaplanowane zostały i zrealizowane 3 unifikacje Instruktorów SITS, którzy wg nowej formuły (2 dni – Unifikacja Centralna organizowana przez SITS), przedłużając uprawnienia otrzymali legitymacje Instruktora Zawodowego SITS (wg zasad nowego systemu szkolenia SITS). W sumie w unifikacjach wzięło udział 45 instruktorów. Wszystkim gratulujemy zapraszając jednocześnie na kolejne unifikacje tych, których uprawnienia straciły ważność lub termin ważności mija w nadchodzącym sezonie.

UNIFIKACJA 19–20.12.2020 Zieleniec	UNIFIKACJA 06–07.02.2021 Słotwiny	UNIFIKACJA 11–12.03.2021 Zakopane	
Stankiewicz Maja	Augustyn Grzegorz	Gizicki Karol	Macioszek Wojciech
Stobiecki Tomasz	Chowaniec Michał	Gocał Łukasz	Krasowski Filip
Adamczyk Maria	Smykała Zuzanna	Szerej Dominika	Wągiel Jagoda
Masłowski Filip	Kozieński Marcin	Bojko Damian	Gubała Szymon
Adameczek Klaudia	Biernat Piotr	Konicka Kamila	Soczyński Oskar
Morys Maciej	Nabiałczyk Sylwester	Gabrel Karolina	Walke Piotr
Majerowski Dawid	Jonkisz Magdalena	Kamyk Michał	
Bella Denis	Cieślar Agata	Pałysewicz Ania	
Chojcan Joanna		Skoczek Damian	
Adamska Karolina		Pyka Katarzyna	

RELACJA „UNIFIKACJA W ZIELEŃCU OCZAMI JOANNY CHOJCAN"

W terminie 19–20.12.2020, w Zieleńcu odbyła się Unifikacja dla Instruktorów SITS. Była to dla mnie dobra okazja do rozjeżdżenia się przed sezonem, zaktualizowania informacji dotyczących obecnych metod i trendów w szkoleniu na snowboardzie oraz możliwość wymiany doświadczeń z innymi instruktorami. Unifikację prowadzili **Piotr Kunysz** oraz **Kuba Kowalski**.

Po zbiórce i rozgrzewce omówiliśmy i „przejeździliśmy" wszystkie techniki, wymieniając się spostrzeżeniami z pracy na stoku oraz przypominając sobie detale, które mają istotny wpływ na efektywność jady na desce.

Zarówno Kuba jak i Pedro przywieźli z kongresu w Pamporowie wiele ciekawych informacji odnośnie szkolenia snowboardowego na świecie. Dzieląc się tą wiedzą z nami zachęcali do świeżego spojrzenia na prowadzenie procesu szkoleniowego. Zajęcia odbywały się w formie warsztatów, co inspirowało do aktywnego uczestnictwa w unifikacji oraz wymagało zaangażowania ze strony wszystkich instruktorów. Wieczorny wykład został przeprowadzony w trybie on-line co dla wielu uczestników (np. tych spoza Zieleńca) było sporym logistycznym ułatwieniem.

Następnego dnia mieliśmy okazję uczestniczyć oraz poznać szkolenie prowadzone metodą kontrastów. W moim odczuciu metoda ta przynosiła natychmiastowy efekt oraz ciekawe doświadczenia z jazdy. Był też czas na jazdę z wyłączeniem niektórych zmysłów, co również uważam za świetne doświadczenie. Choć z początku jazda bez zmysłu wzroku, czy w rozpiętych wiązaniach wydawała się trudna i zmuszała do wyjścia poza strefę komfortu, to jednak koniec końców przynosiła ogromne benefity w postaci lepszego czucia deski, śniegu i wszystkiego tego, co dzieje się pod stopami podczas jazdy.

W ogólnym kontekście całej unifikacji mnie osobiście ucieszył fakt skupiana większej uwagi nad efektywnością i doświadczeniach z jazdy, aniżeli utrzymywaniu pozycji podstawowej za wszelką cenę. Przyjęcie bardziej naturalnej pozycji oczywiście w ramach rozsądnych ram daje przestrzeń na większą swobodę ruchu oraz czerpanie przyjemności z jazdy na desce.

Był to intensywny, miło spędzony czas wymiany doświadczeń, opinii i spostrzeżeń. Na pewno wiele elementów tej unifikacji wykorzystam podczas dalszej pracy na stoku. Wysoka piątka dla wszystkich uczestników i prowadzących! Do zobaczenia na śniegu!

Joanna Chojcan

– Instruktor Zawodowy SITS, instruktor narciarstwa alpejskiego, windsurfingu i spinningu. Z wykształcenia ekonomistka, z zamiłowania sportowiec. Wiecznie „na walizkach". Była zawodniczka w pływaniu, triathlonie i ratownictwie wodnym. Prywatnie mama Kaliny i Stasia.

RELACJA „UNIFIKACJA W ZIELEŃCU OCZAMI PIOTRA WALKE"

Wiele osób, które spotykam, zadaje pytanie czy warto jechać na unifikację? Zastanawia się „czy warto jechać, tracić czas wydawać kasę…? Na tak zadane pytania, zawsze odpowiadam przewrotnym porównaniem – może trochę dosadnym – to jest podobnie, jakby lekarz lub prawnik bazował przez całą swoją pracę zawodową na wiedzy, którą posiadł na studiach. Można, ale…oczywiście można bazować na swoim doświadczeniu, poszukiwaniu samemu rozwiązań, …otwieraniu drzwi, które już ktoś otworzył…

Na unifikacjach, zgłębianie wiedzy, poprawa techniki, nowości metodyczne, to jedno – natomiast spotkanie osób z branży, doskonalenie warsztatu pracy instruktorskiej poprzez wymianę doświadczeń – to wartość dodana, (a niejednokrotnie) wspólne dzielenie się doświadczeniem to więcej aniżeli godziny czytania książek lub wyszukiwania informacji w sieci. O poznawaniu nowych snowboardowych osób, niejednokrotnie, z różnych epok, nie wspomnę…

Zgłosiłem się w terminie 11.03–12.03.2021 na unifikację do Małego Cichego. A w związku z odwołaniem MPI, była to ostatnia „deska ratunku". Był to strzał w przysłowiową „dziesiątkę". Plan bardzo ambitny – zajęcia na stoku 9.00–16.00. Zajęcia obejmowały pełny wachlarz tematyczny: sportową technikę – slalom, analizę techniki, zmiany w technice (concept), ćwiczenia w pod-

grupach, warsztaty metodyczno-techniczne, zajęcia freestyle – basic flat, system oceniania. W trakcie wieczornego wykładu miała miejsca analiza video, wykład o technice, żywa dyskusja o tematyce metodyczno–technicznej.

Łukasz który opracował zakres tematyczny, dopasował formę i styl prowadzenia zajęć, prowadził analizę video techniki sportowej jak i użytkowej, poprowadził zajęcia metodycznie i merytorycznie na bardzo wysokim poziomie – jednym słowem „czapki z głów" – wielkie słowa uznania.

Co do wprowadzonej od kilku sezonów formy centralnej unifikacji, jest ona rozwiązaniem jak najbardziej trafnym. Pozwala zapewnić odpowiedni poziom szkolenia, a przy dobrym zaplanowaniu treści pozwala uniknąć spotkań po to, aby tylko pojeździć;

Z pewnością, dla podniesienia poziomu szkolenia oraz jakości prowadzonych zajęć obecność dwóch IW pozwoliłaby uzyskać wyższy poziom szkolenia oraz inne spojrzenie tzw. dwugłos w temacie techniki oraz metodyki (pozdrawiam ekipę z którą byłem w Małym Cichym – jesteście MEGA).

Początkowe pytanie: Po co komu unifikacja? Jeśli zastanawiasz się czy warto, to pamiętaj „Musimy sami od siebie wymagać, nawet jeśli inni tego nie wymagają". Dla dobra snowboardu i swojego.

Piotr „Łolk" Walke

– nauczyciel wychowania fizycznego, trener pływania, instruktor narciarstwa, siatkówki… Prezes Klubu SiKReT Gliwice, w latach 2000–2007 trener w UKS KOMETA, na desce od 1995r, od ponad 20 lat Instruktor PZS a następnie SITS, zaangażowany w działalność Komisji Szkolenia PZS w latach 2000–2006. Sport to moja pasja!

SKLEP INSTRUKTORA

BLUZA INSTRUKTORSKA

* WYKONANA Z POLSKIEJ DZIANINY DRESOWEJ O GRAMATURZE 300 GR
* NA PIERSI WYHAFTOWANE LOGO SITS
* NA PLECACH SITO DRUK WYSOKIEJ JAKOŚCI
* KIESZEŃ NA KARNET W RĘKAWIE
* KIESZENIE BOCZNE ZAPINANE ZA SUWAK
* ROZMARY S M L

290 ZŁ

PINSY SITS

* METALOWE PRZYPINKI Z LOGEM SITS
* MINIMALNE ZAMÓWIENIE 10 SZT
* DOSTĘNE RÓWNIEŻ W LICENCJONOWANYCH I PATRONACKICH SZKOŁACH SITS

10 ZŁ

CZAPKA SITS

* KOLOR SZARY Z HAFTEM 3D Z PRZODU
* WYSOKIEJ JAKOŚCI CZAPKA PIĘCIOPANELOWA
* Z LEWEJ NA BOKU HAFTOWANE LOGO SITS
* ROZMIAR UNIWERSALNY - REGULOWANA

70 ZŁ

NASZYWKA SITS

* HAFTOWANA NA SPECJALNEJ TKANINIE
* ELASTYCZNA
* POSIADA WARSTWĘ KLEJU Z MOŻLIWOŚCIĄ WGRZANIA NA KURTKĘ

6 ZŁ

Zasady rozgrywania Mistrzostw Polski Instruktorów SITS

Na podstawie przeprowadzonych analiz (m.in. w pracy kandydackiej na stopień IW **Tomasza Żarnowskiego**) oraz dyskusji w gronie ekspertów, Zarząd SITS podjął decyzję o wprowadzeniu zmian w regulaminie rozgrywania (udziału) Mistrzostw Polski Instruktorów, jak również zmian w warunkach zaliczenia egzaminu na stopień Instruktora oraz Instruktora Zawodowego SITS, odbywającego się w ramach MPI.

Poniżej prezentujemy najważniejsze informacje – szczegóły znajdą się w uaktualnionym regulaminie MPI 2022 oraz w Wytycznych Szkoleniowych SITS na sezon 2022!

NOWY SYSTEM ZALICZENIA EGZAMINU

a) wszystkie 3 części egzaminu na stopień Instruktora i Instruktora Zawodowego są **obowiązkowe** ale różna jest ich waga!
b) maksymalna ilość punktów do zdobycia = 70 pkt w rozbiciu na 3 konkurencje:

Technika jazdy – 4 techniki jazdy x max 10 pkt. = 40 pkt.
Freestyle – 2 elementy x max 10 pkt. = 20 pkt.

Slalom gigant – odpowiednia ilość punktów za odpowiedni % czasu wzorcowego (czas wzorcowy dla kobiet i dla mężczyzn stanowi średnią 3 najlepszych czasów uzyskanych w grupie startujących kobiet i mężczyzn).

mężczyźni		kobiety	
% czasu wzorcowego	pkt	% czasu wzorcowego	pkt
poniżej 100% – 102%	10	poniżej 100% – 102%	10
103% – 105 %	9,5	103% – 105 %	9,5
106% – 108%	9	106% – 108%	9
109% – 111%	8,5	109% – 111%	8,5
112% – 114%	8	112% – 114%	8
115% – 117%	7,5	115% – 117%	7,5
118% – 120%	7	118% – 120%	7
121% i więcej	6,5	121% i więcej	6,5

c) dokładność skali oceniania Techniki oraz Freestylu od MPI 2020 = 0,25 pkt.
d) progi zaliczenia egzaminu:
INSTRUKTOR – **50 pkt** przy min. 7,25 pkt za Technikę i Freestyle oraz min. 7,0 pkt. za Slalom Gigant
INSTRUKTOR ZAWODOWY – **52,5 pkt** przy min. 7,5 pkt za każdą składową

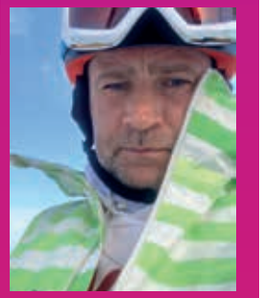
ZMIANA HARMONOGRAMU ROZGRYWANIA MPI

Dzień 1 – Slalom gigant + Freestyle
Dzień 2 – Technika jazdy

UWAGI:

a) Rozpatrując czasowo możliwości rozegrania w jednym dniu slalomu giganta oraz freestylu, nie ma żadnych zagrożeń. Rozpoczynając zawody o godz. 8:30-9:00 (aby stok był twardy), część alpejska wraz z drugim przejazdem, w którym bierze udział najlepszych 15 kobiet i 25 mężczyzn, zakończy się ok. godziny 11:30-12:00.
b) Zakładając, że część freestylowa odbywa się na snowparku (nie ma więc konfliktu stoków), zawodnicy, którzy nie biorą udziału w drugim przejeździe GS, mogą rozpocząć treningi do freestylu już o godz. 11:00-11:30, a rozgrywanie tej konkurencji można rozpocząć np. o godzinie 13:00 lub (co jest do rozważenia) w godzinach popołudniowo-wieczornych, traktując to jako dodatkową atrakcję. Taka propozycja stwarza możliwość swobodnego rozegrania części freestylowej, bez presji czasu.
c) Rozegranie jazdy technicznej w drugi dzień zawodów daje dodatkowy bonus w postaci dobrze przygotowanych stoków, które przy dotychczasowej formule, w godzinach popołudniowych są dość mocno wyeksploatowane.

Nowi Instruktorzy wykładowcy w szeregach SITS – witamy i gratulujemy!



dr Marian Rzepko – doktor Nauk o Kulturze Fizycznej, nauczyciel akademicki – pracownik naukowo-dydaktyczny Uniwersytetu Rzeszowskiego.

Streszczenie pracy na stopień Instruktora Wykładowcy SITS napisanej przez kol. **Mariana Rzepko**

Temat pracy: **Dymorfizm płciowy a stabilność posturalna snowboardzistów**

Jazda na snowboardzie związana jest z stabilnością posturalną, czyli odruchami pozwalającymi zachować równowagę w statyce i dynamice ruchu. Pojęciem posturografia określa się cały zespół metod badawczych pozwalających ocenić jakość kontroli postawy. Jest to najbardziej rozpowszechniona i przydatna metoda oceny sprawności funkcjonowania układu równowagi. Polega na pomiarze sił wywieranych na podłoże podczas stania. Autor pracy podjął badania oceniające stabilność posturalną w aspekcie różnic płciowych oraz kontroli wzrokowej. Eksperyment badawczy dowiódł, iż dymorfizm płciowy powinien być uwzględniany w szkoleniu snowboardowym. Zadania ruchowe powinny być zróżnicowane w jakości i liczbie ćwiczeń – dla kobiet widzenia przestrzennego – dla mężczyzn czucia kinestetycznego.

Streszczenie pracy na stopień Instruktora Wykładowcy SITS napisanej przez kol. **Grzegorza Paszkiewicza**

Temat pracy: **Rozgrzewka Snowboardowa**

Nie jest tajemnicą, że rozgrzewając się odpowiednio przed zajęciami, ograniczamy do minimum ryzyko wystąpienia kontuzji. Prawdą jest również, że dobrze rozgrzani mamy lepszą motorykę i nasza jazda na snowboardzie jest przyjemniejsza i efektywniejsza. To jako instruktorzy SITS wiemy. Celem tej publikacji jest niekonwencjonalne spojrzenie na rozgrzewkę oraz zbudowanie subiektywnego zdania o możliwościach pracy na rozgrzewce.

Nie jest to kolejny materiał o rozgrzewce. Praca traktuje o możliwościach jej praktycznego wykorzystania w codziennej pracy na stoku. Pochylając się nad tym tematem globalnie zyskujemy narzędzie do budowania relacji społecznych, jak również nietuzinkowej atmosfery w grupie kursantów. W pracy na podstawie przykładowego sześciodniowego planu pracy z kursantami przedstawionych jest szereg istotnych szczegółów mających bardzo bezpośredni wpływ na tok pracy na stoku.

Nie musimy się specjalnie oszukiwać, że czasem rozgrzewka przed zajęciami czy jazdą na desce jest niezbyt przyjemną koniecznością. Każdy z nas niejednokrotnie nie miał ochoty na aktywność przed zajęciami. Mróz, mgła, czasem deszcz i wiatr. Nie napawa to optymizmem i empatią… Pomyśl jednak: jeśli Tobie jest zimno i nieprzyjemnie, to jak czują się Twoi kursanci? Wtedy Twoja rola do zbudowania fajnej atmosfery na zajęciach jest dwa razy ważniejsza i nierzadko dziesięć razy trudniejsza.

Grzegorz Paszkiewicz – absolwent AWF we Wrocławiu, Instruktor Wykładowca SITS, właściciel szkoły 4snow.pl oraz Rags.pl, Instruktor Pływania, ultramaratończyk.

W dniach 19 i 20 listopada 2020

W listopadzie 2020 roku Biuro Prewencji Komendy Głównej Policji zwróciło się do SITS z propozycją współpracy przy realizacji działań ukierunkowanych na podnoszenie świadomości dzieci, młodzieży oraz osób dorosłych w zakresie szeroko pojętego bezpieczeństwa na zorganizowanych terenach narciarskich oraz bezpiecznego wypoczynku zimowego.

Celem przedsięwzięcia jest promowanie odpowiedzialnych postaw narciarzy i snowboardzistów podczas uprawiania sportów zimowych, poszerzanie wiedzy na temat odpowiedzialności prawnej związanej z naruszeniem przepisów obowiązujących na stokach oraz upowszechnienie zasad Dekalogu FIS.

Jak wskazują statystyki, w Polsce wzrasta liczba zwolenników uprawiania sportów zimowych. Zarówno snowboard, jak i narciarstwo, oprócz dostarczania wrażeń estetycznych i relaksu, niosą za sobą również zagrożenia. Na stokach dochodzi do nieodpowiedzialnych i ryzykownych zachowań, a uczestnicy zabaw i wypoczynku stają się ofiarami nieszczęśliwych wypadków, a czasami nawet przestępstw i wykroczeń.

Jako SITS natychmiast podjęliśmy decyzję o podjęciu współpracy i złożyliśmy deklarację przystąpienia do wspólnych akcji zarówno w sezonie 2020–2021, jak i w latach kolejnych. Tym samym znaleźliśmy się w bardzo znamienitym gronie partnerów akcji profilaktycznej, do której przystąpiły również: GOPR, TOPR, SITN, Fundacja PZU oraz MSWiA.

Wynikiem podjętej współpracy był konkurs plastyczno-filmowy „Śnieżny Dekalog", dla dzieci i młodzieży w wieku 5-16 lat. Na konkurs **nadesłano 1 667 prac plastycznych** oraz **69 spotów filmowych**. **Wyniki zostały ogłoszone 28 kwietnia 2021 roku, a SITS był fundatorem nagród książkowych dla zwycięzców.**

Wyniki konkursu zostały ogłoszone m.in. na naszej stronie www.sits.org.pl

System szkolenia kadr instruktorskich 2021-2022

PRK 7

Planowanie, prowadzenie i procesem dydaktycznym w snowboardzie

Instruktor wykładowca SITS

1. Zarządzanie procesem dydaktycznym i zasobami ludzkimi w snowboardzie
2. Prowadzenie kursów kadrowych do poziomu Instruktora Zawodowego SITS
3. Prowadzenie licenjonowanej szkoły snowboardu

+ jak poniżej

PRK 6

i prowadzenie procesu dydaktycznego w snowboardzie

Instruktor zawodowy SITS

1. Planowanie zajęć z nauki i doskonalenia jazdy na snowboardzie do poziomu III stopnia SITS.
2. Prowadzenie kursów kadrowych do poziomu Asystenta Instruktora wg gotowego programu.
3. Praca zagranicą.

+ jak poniżej

PRK 4

dydaktycznego w snowboardzie

Instruktor SITS

1. Prowadzenie zajęć z nauki i doskonalenia jazdy na snowboardzie do poziomu III stopnia SITS
2. Prowadzenie grup na obozach wg gotowego programu.
3. Możliwość otwarcia patronackiej szkoły snowboardu

+ jak poniżej

PRK 3

Realizowanie jednostek lekcyjnych z nauki i doskonalenia jazdy na snowboardzie

Asystent Instruktora SITS

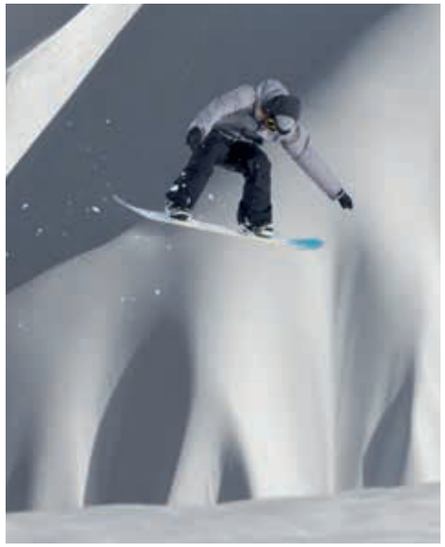
System szkolenia kadr instruktorskich 2021-2022

	warunki udziału	prowadzący	egzamin	koszt/czas
	opisane w odrębnym Regulaminie dla kandydatów na IW	promotor i komisja wyznaczona przez SITS	publiczna obrona pracy	- 1200 pln - przewód / proces
Instruktor zawodowy SITS	1. Tytuł Licencjata 2. Zaświadczenie o niekaralności 3. Posiadanie stopnia Instruktora SITS	1. Kurs CENTRALNY 2. Instruktorzy Wykładowcy powołani przez SITS	1. Teoria 2. Instruowanie 3. Technika - egz. wewnętrzny (III stopień) 4. Egzamin na MPI - technika, GS, freestyle	- 1700 pln - 7 dni
Instruktor SITS	1. Wykształcenie średnie 2. Zaświadczenie o niekaralności 3. Posiadanie stopnia Asystenta Instruktora SITS 4. Posiadanie III stopnia sprawności SITS 5. Ukończenie kursu Pierwszej Pomocy	1. Szkoły z LICENCJĄ SITS, po otrzymaniu zgody SITS 2. Instruktorzy Wykładowcy po zaliczeniu kursu przygotowawczego	1. Teoria 2. Instruowanie 3. Technika - egz. wewnętrzny (III stopień) 4. Egzamin na MPI - technika, GS, freestyle	- 1400 pln - 6 dni
Asystent Instruktora SITS	1. Ukończone 18 lat 2. Zaświadczenie o niekaralności 3. Posiadanie II stopnia sprawności SITS	1. Szkoły z LICENCJĄ lub PATRONATEM SITS 2. Instruktorzy zawodowi (i wyżej) po zaliczeniu kursu przygotowawczego PRK 3 i 4	1. Teoria 2. Instruowanie 3. Technika (II stopień)- egz. wewnętrzny - min. 6,5 pkt	- 1000 pln - 6 dni
III stopień sprawności	1. Posiadanie II stopnia sprawności SITS	1. Instruktor SITS (i wyżej) w szkołach z LICENCJĄ lub PATRONATEM SITS	1. Technika III stopnia systematyki - min. 6,75 pkt	- 750 pln - 6 dni
II stopień sprawności	1. Posiadanie średniozaawansowanych umiejętności jazdy na snowboardzie	1. Instruktor SITS (i wyżej) w szkołach z LICENCJĄ lub PATRONATEM SITS	1. Technika II stopnia systematyki - min. 6 pkt	

INSTRUKTOR IVSI ORAZ ISIA

Na mocy porozumienia pomiędzy SITN a SITS dotyczącego współdziałania oraz promowania kadry szkoleniowej SITS w międzynarodowych strukturach organizacji nauczycieli, instruktorów i trenerów sportów śnieżnych INTERSKI, instruktorzy snowboardu SITS mogą ubiegać się o wydanie legitymacji międzynarodowych IVSI oraz ISIA.

Instrukcja składania wniosków o wydanie legitymacji IVSI i ISIA (wymagania, opłaty, …) znajduje się na stronie www.sits.org.pl w zakładce „materiały do pobrania". Zachęcamy wszystkich instruktorów snowboardu SITS do składania wniosków i wyrabiania legitymacji IVSI. Jej posiadanie daje wymierne korzyści – od większej rozpoznawalności uprawnień poza granicami kraju po zniżki na zakup karnetów narciarskich.



Rezygnacja SITS z ubezpieczenia grupowego OC Instruktora

Ze względu na **DRASTYCZNE podniesienie składek** w ramach ubezpieczenia OC Instruktora, z dniem 10 września 2021 SITS **REZYGNUJE z ubezpieczenia grupowego**.

Towarzystwa ubezpieczeniowe używając argumentu okresu pandemii podniosły kilkukrotnie stawki za ubezpieczenie OC. Składka za ubezpieczenie OC na Polskę wzrosłaby 3-krotnie, a na Europę (z brakiem możliwości rozszerzenia na świat) wzrosłaby prawie 7-krotnie. Nie chcąc narażać naszych instruktorów na obowiązkowe opłacanie tak dużych kwot, podjęliśmy decyzję o rezygnacji. Tym samym prosimy instruktorów o podejmowanie indywidualnych decyzji i korzystanie z indywidualnych polis według własnego uznania, potrzeb i możliwości.

Jednocześnie zapewniamy, iż dołożymy wszelkich starań aby powrócić do wcześniejszej formuły ubezpieczenia grupowego, jeśli tylko wysokość składek będzie dla nas do przyjęcia.

WZORY DOKUMENTÓW SITS

Poniżej przedstawiamy WZORY dokumentów wystawianych przez SITS – Indexu snowboardera, certyfikatu instruktora, legitymacji instruktora oraz Licencji i Patronatu szkoły.

Zachęcamy do wyrabiania INDEXU snowboardera, który jest dostępny w każdej szkole snowboardu SITS. Informujemy jednocześnie, iż szczegółowe informacje dotyczące kursów instruktorskich, zasad funkcjonowania indexu oraz regulaminy szkół snowboardu znajdują się na stronie **www.sits.org.pl**

stan na dzień 09.09.2021

INSTRUKTORZY WYKŁADOWCY SITS

Dyakowski Rafał
Jerzmanowski Jędrzej
Klepacka Anna
Koniuszewski Łukasz
Kowalski Jakub
Kuklik Krzysztof
Kunysz Piotr
Marciniak Mikołaj
Niebudek Maciej
Ostrzycki Michał
Paszkiewicz Grzegorz
Pokój Katarzyna
Polasik Łukasz
Rzepko Marian
Staniszewski Michał
Szczepanik Urszula
Świętalski Arkadiusz
Traczyk Krzysztof
Wyszkowska Ewa
Żarnowski Tomasz

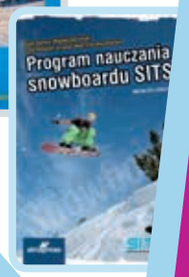
TRENERZY SITS

Ackerman Michał
Bień Szymon
Caban Mateusz
Ciok Michał
Czermak Patryk
Firlewicz Paweł
Orzeł Nina
Pilch Jakub
Skorupa Marcin
Sulicz Emilian
Szuba Roman
Tomaszewski Sebastian
Zbiciak Tomasz
Milo Maciej
Piekaj Łukasz
Hiller Marcin
Konarski Piotr
Stefański Rafał
Hołub Krzysztof
Gniewosz Katarzyna
Świrszcz Mateusz
Wójt Mariusz
Dąbrowski Alan
Łobos Dawid
Dudkiewicz Arkadiusz
Misztal Michał

INSTRUKTORZY IVSI

Ackermann Michał
Augustyn Grzegorz
Barabas Rozalia
Bień Szymon
Boczek Michał
Bojko Adrian
Brożek Bartosz
Caban Edward
Caban Mateusz
Cebula Katarzyna
Chęciński Piotr
Chowaniec Michał
Cieślar Agata
Ciszewska Zofia
Cypcer Michał
Czapkiewicz Jacek
Czerczak Katarzyna
Czermak Patryk
Czerwiński Grzegorz
Dobrowolski Jakub
Duda Daniel
Dudkiewicz Arkadiusz
Durlej Adrian
Dwojak Przemysław
Dyakowski Rafał
Dybilas Piotr
Dziubiński Adrian
Eliasz Eliza
Engel Dariusz
Engel Jacek
Filipczak Wiktoria
Filipek Filip
Gniewosz Katarzyna
Gocał Łukasz
Gogołowicz Diana
Gonera Wojciech
Górka Anna
Górny Michał
Gurdak Jakub
Guzowska Agnieszka
Hiller Marcin
Horski Daniel
Horyza Anna
Iwańczyk Mateusz
Izdebski Andrej
Jakuszewska Jagoda
Jarkiewicz Łukasz
Jarząbek Ewa
Jędrzejewski Paweł
Jodłowska Aneta
Jodłowski Grzegorz
Jonkisz Magdalena
Jurecka Dominika
Jurowicz Wojciech
Kacperczyk Małgorzata
Karanter Michał
Karoń-Jarzyńska Iwona
Kasza Aleksandra
Kawiński Filip
Kiela Michał
Kijowska Dominika
Knoll Monika
Kobiela Przemysław
Kobyliński Łukasz
Koch Jacek
Kołacz Małgorzata
Konarski Piotr
Konopacki Krzysztof
Kornaś Andrzej
Kostera Kasper
Kostera Marcin
Kostera Radosław
Kowalik Jagoda
Kozdraś Krzysztof
Król Anna
Krystosiak Wojciech
Krzewski Rafał
Kudelski Adam
Kunysz Piotr
Kurdziel Piotr
Kurpierz Karol
Kuźma Iwona
Lang Mieszko
Langer Krzysztof
Leszczyński Piotr
Łazaronek Przemysław
Łobos Dawid
Łodygowska Anna
Maciej Mirosław
Maciołek Wiktor
Madeja Kacper
Majewski Dawid
Marcinkiewicz Karol
Marek Patrycja
Maślanka Marcin
Matuszewska Maja
Misztal Marcin
Miśkowiec Mateusz
Modrzyński Karol
Niebudek Maciej
Niezabitowski Mateusz
Nosek Marcin
Nowak Michał
Ogórka Krzysztof
Olejniczak Remigiusz
Orzechowski Bartosz
Orzeł Nina
Ostrzycki Michał
Pabian Sebastian
Pakulski Michał
Pałka Marcin
Pasierbek Mateusz
Paszkiewicz Grzegorz
Piasecka Julia
Piekaj Łukasz
Pilch Jakub
Piotrowski Daniel
Piotrowski Michał
Pisuk Krzysztof
Płaza Anna
Podbielska Maria-Luiza
Polasik Łukasz
Pomaska Aleksandra
Powolna Ewa
Radwański Marek
Ratyński Michał
Romanowski Grzegorz
Rusznicki Paweł
Rybus Beata
Rynkiewicz Romuald
Sabak Izabela
Sidor Alicja
Sitak Jakub
Siwiec Paulina
Skorupa Marcin
Socha Mariusz
Socha Piotr
Stanisz Maciej
Starzyński Michał
Stefaniak Wojciech
Stenka Sebastian
Stobiecki Tomasz
Stoch Szymon
Strzeszewski Tomasz
Sulicz Emilian
Szarpak Krzysztof
Szatan Krzysztof
Szczepanik Tomasz
Sznajder Maria
Szołtysek Agata
Szulawa Wiktor
Szymański Marek
Szymkowiak Szymon
Szyniszewska Weronika
Świercz Piotr
Świętalski Arkadiusz
Tabaczyńska Aleksandra
Tabaczyński Marcin
Ticman Rafał
Tomaszewski Bartosz
Trzciński Maciej
Walke Piotr
Warzecha Krzysztof
Wejman Paweł
Wengrzyńska Julia
Wieczorek Wojciech
Wiktorczyk Mateusz
Wojsa Gabriela
Wozniak Tomasz
Wójcik Sebastian
Wójt Mariusz
Wyszecka Blanka
Zagórowski Arkadiusz
Zagórowski Emil

WYDAWNICTWA ZALECANE PRZEZ SITS



1. Technika i metodyka nauczania snowboardu
Autor: Michał Staniszewski
wyd. AWF Warszawa, 2012

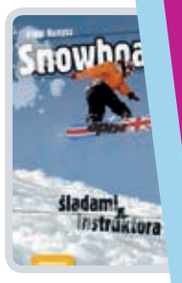
2. Program nauczania snowboardu SITS
Autor: praca zbiorowa
wyd. Almapress, 2012

3. Snowboard – gry, zabawy, ćwiczenia
Autor: Kunysz Piotr, Sabat Urszula
wyd. AWF Wrocław, 2011

4. Snowboard – podstawy freestyl
Autor: Krzysztof Traczyk
wyd. SITS, 2010

5. Snowboard – poradnik
Autor: Marciniak Mikołaj
wyd. Pascal, 2007

6. Snowboard – śladami truktora
Autor: Piotr Kunysz
wyd: Almapress, 2002



7. Snowboard – te ka, metodyka, szkolenie
Autor: Powolny Le unysz Piotr, Wyszkowska Ewa
wyd: Centralny O ek Sportu, 1999

8. Rozprawy owe AWF Wrocław, nr 31
Autor: pod re tr Kunysz
wyd. AWF W w, 2011

9. Sport zne. Stan i perspektywy badań
Autor: r . Ślężyński Jan, Juras Grzegorz
wyd. A owice, 2008

10. czne podstawy wybranych dyscyplin zimowych
A red. Piotr Kunysz
  Wrocław, 2006

** wboard – ćwiczenia dla początkujących**
  : Szczepanik Urszula, Kunysz Piotr
  lmapress, 2019

Power Knees | Mocne kolana
Autorka: Kamila Święczkowska
wyd. Self-electronic publishing, 2020

E-book treningowy | teoria+treningi live, przygotowanie motoryczne do sportów deskowych. Książka Power Knees to instruktorskie, trenerskie podejście do tematu rozwoju w sportach zimowych. „Zależało mi przede wszystkim na tym, aby umiejętności wypracowane przez ridera na sali treningowej miały swój rezultat na śniegu: na stoku, w snowparku". 95 stron książki oraz ponad godzina nagrań treningowych, skupionych na dolnym ciele ridera. Tematy rozdziałów to m.in.: motoryka ruchu ridera, stopy w treningu ridera, propriocepcja, trening równowagi, trening dolnego ciała w sportach zimowych.

Treningi LIVE są na trzech poziomach zaawansowania: 1-szy dla riders początkujących oraz po kontuzji, 2-gi dla riders średniozaawansowanych, 3-ci to solidna dawka treningu dolnych partii mięśniowych oraz siły eksplozywnej, dla riders zaawansowanych.

Snow Mini Workout | Rozgrzewka snowboardowa
Autorka: Kamila Święczkowska
wyd. Self-electronic publishing, 2021

To e-book z rozgrzewką snowboardową w formie stretchingu dynamicznego. Będzie ona odpowiednia przed jazdą freestyle, na poranne rozgrzanie organizmu, mięśni przed stokiem oraz na wprawienie ciała w ruch po obiedzie przed jazdą. Rozgrzewka w formie e-booka sprawdza się super na śniegu, można odczytać ją z telefonu w formacie pdf.

Aplikacja Mobilna SITS

plikacja Mobilna SITS powstała już ponad rok temu, jednak jej bardzo ograniczona funkcjonalność wstrzymała nas z upowszechnianiem jej w środowisku instruktorskim. Podobnie jak ze stronami www, okres lockdown'u oraz wakacje wykorzystaliśmy na „ulepszenie" aplikacji, aby spełniała nasze oczekiwanie.

Celem głównym zainstalowania i posiadania aplikacji SITS jest szybki dostęp do najważniejszych informacji o swoich uprawnieniach (nr legitymacji, data ważności uprawnień, data ważności ubezpieczenia OC), bezpośredni dostęp do publikowanych przez SITS komunikatów a przede wszystkim uznanie aplikacji (a w jej ramach powiadomień PUSH) jako swego rodzaju „przypominacza" o najważniejszych wydarzeniach, terminach.

Aplikacja dostępna jest zarówno na urządzeniach z systemem Android, jak i Ios. Pobrać aplikację za darmo może każdy, jednak aby można się było zalogować, należy posiadać założony wcześniej profil na stronie www.sits.org.pl

SZKOŁY Z LICENCJĄ SITS

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE WROCŁAWIU

kierownik wyszkolenia: dr Piotr Kunysz
kierownik szkoły: dr Piotr Kunysz
51-612 Wrocław, al. Ignacego Jana Paderewskiego 35
mobile: 604 615 856
www.awf.wroc.pl, mail: piotr.kunysz@awf.wroc.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: szkolenie na poziomie podstawowym, średniozaawansowanym i zaawansowanym w ramach obozów zimowych oraz specjalizacji instruktorskich. Szkolenie na stopnie SITS.
Regiony: Austria, Polska

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH

kierownik wyszkolenia: IW Krzysztof Traczyk
kierownik szkoły: Krzysztof Traczyk
40-065 Katowice ul. Mikołowska 72A, tel. 508146103
www.awf.katowice.pl, k.traczyk@awf.katowice.pl
Prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla studentów, szkolenie snowboardowe na stopnie SITS (I–III), kurs Asystenta Instruktora SITS, kurs Instruktora SITS; Szkolenie kierunkowe freestyle, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktora zawodowego SITS.
Miejsce realizacji szkoleń: Beskid Śląski, Tatry i Podhale, Austria, Włochy, Francja

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO JÓZEFA PIŁSUDSKIEGO W WARSZAWIE

kierownik wyszkolenia: dr Michał Staniszewski
kierownik szkoły: dr Michał Staniszewski
Marymoncka 34, Warszawa, 00-968
tel. 22 834 04 31 wew. 227
www.awf.edu.pl, michal.staniszewski@awf.edu.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: szkolenie na poziomie podstawowym, średniozaawansowanym i zaawansowanym w ramach obozów zimowych oraz specjalizacji instruktorskich dla studentów AWF Warszawa. Szkolenie na stopnie SITS, na stopień Asystenta Instruktora SITS i Instruktora SITS.
Regiony: Polska, Czechy

AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSTWA I SNOWBOARDU

kierownik wyszkolenia: Jakub Kowalski
kierownik szkoły: Jakub Kowalski
54-317 Wrocław, ul. Sarbinowska 43/8
57-340 Duszniki Zdrój, Zieleniec 71, tel. 502 327 009
http://www.szkola-akademicka.pl, asnakademicka@gmail.com
Prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obozy szkoleniowe dla dzieci i młodzieży, kursy grupowe, szkolenia na stopnie sprawności technicznej SITS, szkolenie sportowe, szkolenia freestylowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów.
Regiony: Kotlina Kłodzka (Zieleniec), Austria, Włochy

CENTRUM SZKOLENIA SKI&SNOW „BARTUŚ”

kierownik wyszkolenia: Tomasz Żarnowski
kierownik szkoły: Tomasz Żarnowski
57-340 Zieleniec, Zieleniec 61, kom. 600-138-890 / 500-606-228
http://bartus-zieleniec.com/, szkola.bartus@gmail.com
Prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe,
szkolenie na 1, 2, 3 stopnień sprawności, na stopień Asystenta Instruktora SITS.
Regiony: Zieleniec (Polska) oraz Austria

EH SCHOOL – SZKOŁA SPORTÓW EXTREMALNYCH

kierownik wyszkolenia: Maciej Niebudek
kierownik szkoły: Michał Ackermann
41-400 Mysłowice, Wielka Skotnica 84/2, tel. +48 509 511 181
www.ehschool.pl, acker@ehschool.pl
Zakres szkolenia: szkolenie podstawowe, średniozaawansowane, zaawansowane,
obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe na I, II i III stopień sprawności snowboardowej SITS, kursy na stopień asystenta instruktora SITS, kursy instruktorskie SITS,
szkolenie sportowe z zakresu freestyle, jazda sportowa, freeride.
Szkolenia prowadzone w Tatrach i na Podhalu, Beskid Śląski, Sudety, Karpaty, Kaukaz – Gruzja, Austria, Włochy, Francja, Szwajcaria

EXTREME PLANET ŁUKASZ POLASIK

kierownik wyszkolenia: Łukasz Polasik
kierownik szkoły: Łukasz Polasik
64-920 Piła, ul. Miedziana 36, tel. +48 501-450-424,
www.extremeplanet.pl, lukasz@extremeplanet.pl
Organizacja szkoleń I, II, III stopnia SITS, Asystenta Instruktora SITS, obozy dla dzieci i młodzieży, wyjazdy rodzinne, wyjazdy freeride – szkoleniowo, abc – lawinowe, wyjazdy weekendowe na prognozę (świeże opady), eventy firmowe.
Dystrybucja: X-Bionic, X-Socks, MARKER, ROME SDS, Ride, Volkl, MAMMUT. Profesjonalny serwis ręczny TOKO.
Regiony: Włochy, Austria, Polska, Czechy

FOR SNOW EDUCATION TEAM

kierownik wyszkolenia: Grzegorz Paszkiewicz
kierownik szkoły: Grzegorz Paszkiewicz
44-200 Rybnik, Powstańców Śląskich 82, tel 503 089 211, www.4snow.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: szkolenie na stopnie SITS, obozy młodzieżowe i dla dzieci, szkolenia zagraniczne dla początkujących i zaawansowanych,
prowadzenie i obsługa imprez sportowych, współpraca zajęcia i wyprawy splitboarding/ tour w polsce
Regiony: Polska (Zieleniec, Czarna Góra, Śnieżnik, Wisła),Czechy, Francja (Vars, L2A, ValThorens, Chamrousse, PraLoup), Gruzja (Gudauri) Austria (Kaunertal)

KENYONBOARD KRZYSZTOF TRACZYK

kierownik wyszkolenia: IW Krzysztof Traczyk
kierownik szkoły: Krzysztof Traczyk
41-810 Zabrze, Paderewskiego 103/3, tel. 508146103
www.KenyOnBoard.com, keny@kenyonboard.com
Prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe,
obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe na stopnie SITS (I–III),
kurs Asystenta Instruktora SITS, kurs Instruktora SITS.
Szkolenie kierunkowe freestyle, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktora zawodowego SITS.
Miejsce realizacji szkoleń: Beskid Śląski, Tatry i Podhale, Austria, Włochy, Francja

KLEPACKA-SPORT Anna Klepacka

kierownik wyszkolenia: Anna Klepacka
kierownik szkoły: Anna Klepacka
34-500 ZAKOPANE, ul. Strążyska 30, tel. +48 604 615 967
www.snowboard.zakopane.pl, klepacka.sport@gmail.com
Prowadzone szkolenia: podstawowe, obozy szkoleniowe, kursy kadrowe (II, III, AI, I)

RONIN – RAFAŁ DYAKOWSKI

kierownik wyszkolenia: Rafał Dyakowski
kierownik szkoły: Rafał Dyakowski
44-100 Gliwice, Berbeckiego 3/4a, tel. 501794569 / 693106756
www.roninsnowboards.com, roninsnowboards@gmail.com
Prowadzone szkolenia: egazminy kwalifikacyjne II stopień, szkolenia II i III stopień,
szkolenia Asystent Instruktora SITS, szkolenia Instruktor SITS, szkolenia freestyle, szkolenia freeride
Regiony: Polska – Czarny Groń, Wierchomla – szkolenia SITS, szkolenia freestyle
Polska, Ukraina, Gruzja, Kazachstan – szkolenia freeride

SIGN-X PIOTR KUNYSZ

kierownik wyszkolenia: dr Piotr Kunysz
kierownik szkoły: dr Piotr Kunysz
55-002 Kamieniec Wrocławski, Czereśniowa 6, mobile: 604 615 856, www.nasnowboard.pl
mail: biuro@nasnowboard.pl; biuro@signx.pl; kunysz.piotr@gmail.com
Prowadzone szkolenia snowboardowe: szkolenie na poziomie podstawowym,
średniozaawansowanym i zaawansowanym. Szkolenie na stopnie SITS. Obozy szkoleniowe dla dzieci i młodzieży. Przygotowane do sezonu – zajęcia na hali trampolin dla dzieci i dorosłych.
Regiony: Austria, Włochy, Polska

SZKOŁA ZDROWIA

kierownik wyszkolenia: Ewa Wyszkowska
kierownik szkoły: Ewa Wyszkowska
40-881 Katowice, Chrobrego 43/76, mobile: 668 160 160
www.szkolazdrowia.pl
mail: powolna@wp.pl; lech@szkolazdrowia.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: szkolenie na poziomie podstawowym, średniozaawansowanym i zaawansowanym. Szkolenie na stopnie SITS. Obozy szkoleniowe dla dzieci i młodzieży.
Prowadzone szkolenia narciarskie: szkolenie na poziomie podstawowym, średniozaawansowanym i zaawansowanym. Szkolenie na stopnie SITN. Obozy szkoleniowe dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Szkolenie na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów.
Regiony: Austria, Włochy

WYJAZDOWI.PL

kierownik wyszkolenia: Mikołaj Marciniak
kierownik szkoły: Aneta Jodłowska
ul. Jeżycka 15, 60-418 Poznań, tel. +48 694 913 010
www.wyjazdowi.pl, www.sklepzdeskami.pl, biuro@wyjazdowi.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe:
Szkolenie na poziomie podstawowym, średniozaawansowanym, zaawansowanym (obozy młodzieżowe, wyjazdy rodzinne i dla dorosłych). Szkolenie na I, II, III stopień sprawności technicznej SITS, kurs Asystenta Instruktora SITS, kurs Instruktora SITS
Regiony: Polska, Austria, Włochy, Francja, Gruzja

SZKOŁY Z PATRONATEM SITS

BIURO PODRÓŻY DOLOMITY TOUR WŁADYSŁAWA JURA

kierownik szkoły: Władysława Jura
Stanisława 8, Katowice, 40-014, tel. 32 2598203
www.dolomity.com.pl, dolomity@dolomity.com.pl

CHRIS TURYSTYKA I REKREACJA

kierownik wyszkolenia: Adam Wilk
kierownik szkoły: Adam Wilk
05-500 Piaseczno, ul. Kilińskiego 8/2, tel. 22 737 05 00, kom. 690 427 447
adam.wilk@chris.com.pl, www.chris.com.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: II,III stopień sprawności SITS
Regiony: Polska, Włoskie Dolomity.

FEEL THE FLOW

kierownik wyszkolenia: Anna Król
kierownik szkoły: Piotr Dąbrowski
Kasprowicza 103a/9, Warszawa, 01-823
+48 22 2992252
biuro@feeltheflow.pl
www.feeltheflow.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe:
Regiony:

GOOFY SPORT MACIEJ OPIELA

kierownik wyszkolenia: Maciej Opiela
kierownik szkoły: Maciej Opiela
Samorody 31 Szczawnica, 34-460, tel. 888095377
www.goofysport.pl, kontakt@goofysport.pl

HODOROWICZ SPORT GRZEGORZ HODOROWICZ

kierownik wyszkolenia: Grzegorz Hodorowicz
kierownik szkoły: Grzegorz Hodorowicz
34-530 Bukowina Tatrzańska, ul Wierch Olczański 56, tel 604 649 723
www.hodorowicz-sport.pl, biuro@hodorowicz-sport.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: egzamin kwalifikacyjny II stopień
kursy: I stopień, II stopień, III stopień Asystent Instruktora SITS, szkolenia indywidualne oraz grupowe, obozy
Regiony: Polska – Podhale, Słowacja, Austria

LET`S BOARD

kierownik wyszkolenia: Artur Rajewski
kierownik szkoły: Artur Rajewski
Poznań, Noskowskiego 2/9 Poznań, tel. 785 706 703
http://www.letsboard.pl, sklep@letsboard.pl
Prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe na stopień I, II, III oraz Asystenta Instruktora

POWDER POWER RIDERS (POWPOW_RIDERS)

kierownik wyszkolenia:

SNOW4LIFE KRZYSZTOF WARZECH

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Warzecha
kierownik szkoły: Krzysztof Warzecha
40-020 Katowice, ul. Przemysłowa 10, tel. 696 077 994, 534 922 833
biuro@snow4life.pl, www.snow4life.pl
Prowadzone szkolenia:
szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe kurs na II i III stopień sprawnośći, kurs na asystenta instruktora. Szkolenia indywidualne w Polsce i grupowe w Polsce i za granicą.
Regiony: Beskid Śląski, Tatry i Podhale, Austria, Włochy, Francja, Szwajcaria

SNOWSAND

kierownik wyszkolenia: Mateusz Świrszcz
kierownik szkoły: Mateusz Świrszcz
41-813 Zabrze, ul. Witkacego 4/5, kom. 663 087 547
www: http://snowsand.pl/
Prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obozy szkoleniowe dla dzieci i młodzieży, szkolenie na kurs 1, 2, 3 stopnia sprawności instruktora SITS. (według nowych przepisów: szkolenie snowboardowe kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa)
Regiony: Beskidu Śląskiego, w Tatrach oraz Austrii

SNOWSENSE

kierownik wyszkolenia: Kozieński Marcin
kierownik szkoły: Kozieński Marcin
Słotwińska 43A
Krynica Zdrój, 33-380
Tel. 500515717
kozienskimarcin@gmail.com
www.snowsense.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: bd
Regiony: bd

SYSTEMATICAL SCHOOL

kierownik wyszkolenia: Mateusz Rabenda
kierownik szkoły: Mateusz Rabenda
ul. Kościelna, Stronie Śląskie, 57-550
tel. 667577355
https://www.facebook.com/Systematical-School-171490116209376/
rabbusini86@gmail.com
Prowadzone szkolenia snowboardowe: szkolenia podstawowe, kursy grupowe, szkolenia na stopnie sprawności technicznej SITS, szkolenia i doszkolenia freestyle, freeride, eurocurving i funcurving, doszkolenia dla instruktorów.
Regiony: Kotlina Kłodzka (Czarna Góra Resort), Polska, Czechy, Włochy.

SZKOŁA LIFE'S EXTREME

kierownik wyszkolenia: Piotr Konarski
kierownik szkoły: Piotr Konarski
42-700 Lubliniec, Jodłowa 11
tel. 791-090-114
http://www.sportyextremalne.com/, kontakt@sportyextremalne.com
Prowadzone szkolenia: szkolenia podstawowe, kursy na stopnie SITS, szkolenia snowkite, splitboard

SZKOŁA NARCIARSKA I SNOWBOARDOWA „MIXTURA"

Marynarki Polskiej 138A/50, Gdańsk, 80-365
tel. 665888848
www.mixtura.pl
biuro@mixtura.pl

SZKOŁA NARCIARSKA I SNOWBOARDOWA STOK

kierownik wyszkolenia: Wiktor Mikołajczyk
kierownik szkoły: Maciej Kolasa
Środkowa 181B, Środkowa 180, Białka Tatrzańska, 34-405
tel. 18 264 05 76, 18 265 42 80
www.szkolastok.pl, www.feriezestokusiem.pl., biuro@szkolastok.pl
Prowadzone szkolenia snowboardowe: zajęcia indywidualne oraz grupowe dla dzieci i dorosłych
Regiony: Białka Tatrzańska

SZKOŁA NARCIARSKA MAŁE CICHE

kierownik wyszkolenia: Łukasz Gocał
kierownik szkoły: Piotr Stawarz
34-500 Zakopane, Nowotarska 12 F/15
kom. 601 662 058
http://maleciche.com
szkolamaleciche@gmail.com
Prowadzone szkolenia: szkolenia podstawowe na wszystkich poziomach zaawansowania, kursy na I,II,III stopień sprawności technicznej SITS, kursy Asystenta Instruktora SITS, szkolenia sportowe, szkolenia dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
Regiony: Podhale, Stacja Narciarska Małe Ciche

SZKOŁA NARCIARSKO-SNOWBOARDOWA T&T ZIELENIEC

kierownik wyszkolenia: Bartosz Tomaszewski
kierownik szkoły: Bartosz Tomaszewski
57-340 Duszniki Zdrój, Zieleniec 72
tel. 601 444 844, 603 23 66 72,
http://www.tandt.pl, biuro@tandt.pl
Prowadzone szkolenia: szkolenie na poziomie podstawowym, średniozaawansowanym i zaawansowanym w ramach lekcji indywidualnych i grupowych Szkolenie na stopnie SITS.
Regiony: Kotlina Kłodzka (Zieleniec),

SZKOŁA SNOWBOARDU LEVEL UP

kierownik wyszkolenia: Łukasz Piekarczyk, Karolina Krasińska
kierownik szkoły: Łukasz Piekarczyk
34-700 Rabka Zdrój, Krakowska 8, tel 694 725 376
www.levelup-snow.pl, levelupsport@gmail.com
Prowadzone szkolenia: szkolenia podstawowe,stopnie sprawności I, II, II, szkolenia freestyle, szkolenia freeride
Regiony: Tatry i Podhale, Słowacja, Austria, Włochy

WATAHA

kierownik wyszkolenia: Łukasz Górecki
kierownik szkoły: Łukasz Górecki
Ojca Leona 86, Krośnica, 34-450
+48 886 689 154
biuro@watahawyprawy.pl
www.watahawyprawy.pl
Prowadzone szkolenia: I, II, III stopień sprawności technicznej oraz Asystent Instruktora Snowboardu
Regiony: Podhale, Gorce, Pieniny

VHS VILLAGE HEAD SNOWBOARD

kierownik wyszkolenia: Mariusz Wójt
kierownik szkoły: Mariusz Wójt
93-635 Łódź, ul. Tomaszowska 162
tel. 666-600-123
m: mariusz@vhsboard.pl, w: www.vhsboard.pl
Prowadzone szkolenia: Freestyle na każdym poziomie, przygotowanie do sezonu pod kątem freestyle'u – min. trampoliny, szkolenie podstawowe i zaawansowane dla dzieci i młodzieży, wyjazdy studenckie i dla dorosłych, kurs na I, II i III stopień sprawności SITS, kursy na stopień Asystenta Instruktora SITS.
Regiony: Włochy, Austria, Polska, Słowacja

Parasnowboardowy BOOM

Parasnowboard to dziedzina cały czas rozwijająca się w Polsce, chociaż za sprawą Parasnowboard Poland i **Gochy Kelm**, będąca w przestrzeni już od dobrych paru lat. Parasnowboard to nie wiedza tajemna, to snowboard jak każdy inny: jest deska, jest śnieg. Człowiek stojący na desce, stykającej się ze śniegiem… i finalnie jest zajawka. Wystarczy otwarcie na drugiego człowieka, na jego możliwości i dostosowanie narzędzi do indywidualnych predyspozycji kursanta. Przecież każde zajęcia tak tworzymy! Dlatego, zamiast wpadać w „paraliż" gdy mamy do czynienia z osobą, która nie ma nogi czy ręki, wyobraźmy sobie, jak sami byśmy jeździli i ustawiali ciało gdybyśmy tej nogi czy ręki nie mieli.

Osoby niepełnosprawne są sprawne! Są takie same jak my. Wyglądają tylko inaczej. Mają ograniczenia. Ale czy otyły 10-latek ich nie ma? Czy pan po zawale, czy wylewie nie ma? Każdy ma! Ja mam! Owszem różne są ograniczenia i różne stojące za nimi historie. Są bardziej przeszkadzające i mniej, ale bez względu na sprawność i tak wszyscy się różnimy. Łatwiej nam wykonać za pierwszą próbą jedną ewolucję, za to druga wymaga już mozolnego powtarzania. Nasze organizmy są inaczej wydolne, inaczej gibkie, inaczej zapamiętują ruch. Jedna osoba z ekscytacją wskoczy na boxa, druga puści się bez opamiętania w crossie. Jesteśmy różni. Każdy z nas sprawny na swój wyjątkowy sposób, dlatego zachęcam, by tak właśnie podchodzić do osób, które np.; mają protezy. Bo im bardziej będziemy otwarci na nowych kursantów (wszystkich!), tym więcej będzie snowboardzistów na stoku. A może jakiś klub dla dzieci z dysfunkcjami ruchu? Przecież jest nas tak wielu; dumnych Instruktorów SITS, gdyby każdy w swoim regionie propagował parasnowboard (zwłaszcza wśród dzieci), Polska mogłaby być za parę lat w czołówce Światowego Parasnowboardu! Czyż to nie brzmi super?

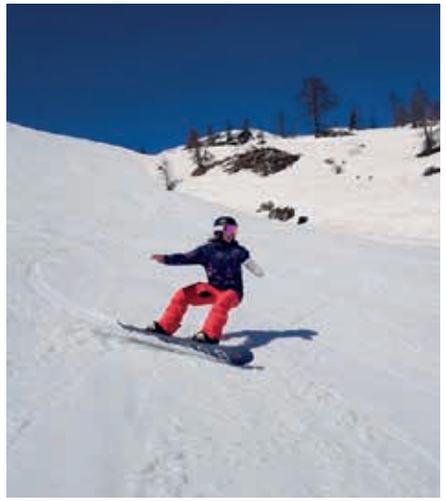
O wzroście pewności siebie, zawieraniu nowych przyjaźni i zaszczepianiu pasji wśród dzieciaków, nie wspomnę. Dlatego z całego serca zachęcam, by zamiast bać się lekcji z osobami, które posiadają ograniczenia ruchowe; otworzyć się na nowe doświadczenia. Wszystko robić tak, jak zawsze. Szczerze, otwarcie, profesjonalnie, a dodatkowo zadawać pytania. Miliony pytań! Rozkminiać działanie protezy. Analizować, jak to jest mieć ustawione kolana pod takim, a nie innym kątem, jak to jest, gdy pojawia się sztywność, gdy ciało nie oddaje, gdy prowadząca ręka nie pomaga, gdy biodra są zablokowane, jak jest bez amortyzacji, z takim a nie innym poczuciem równowagi? Od czego zacząć gdy ja nic nie widzę?? Jak to jest nic nie widzieć? Osoby niedowidzące i niewidome też mogą jeździć na desce. Chcecie pokombinować, polecam ćwiczenie kontrastów, które podczas Unifikacji przeprowadził **Pedro**. Naprawdę dużo wnosi! Próbujcie empatycznie, kreatywnie, innowacyjnie tworzyć ćwiczenia dostosowane do indywidualnych potrzeb, opierać je na tych, które znamy. Przecież to są naprawdę niuanse! Przecież i tak to robimy podczas każdych zajęć! Zachęcam z całego serca, zaprośmy na stok parasnowboardzistów, mówmy wśród znajomych o takich możliwościach. O snowboardzie dla WSZYSTKICH! Zróbmy tej zimy Parasnowboardowy BOOM!

Karolina Adamska

– Miłośniczka sportów zimowych, pozytywnego myślenia i kreatywnej autoekspresji na łonie natury. Prowadzi sesje terapii dźwiękiem gongów i mis himalajskich. Instruktorka: snowboardu SITS, narciarstwa alpejskiego i hatha jogi.

ParaSnowboard oczami Moniki Kotzian

Snowboard jest moją zajawką i wielką pasją. Urodziłam się z wadą – brakiem przedramienia lewego. Od dziecka jestem nieustannie związana z przeróżnymi aktywnościami sportowymi. Jazdę na desce rozpoczęłam kilkanaście lat temu i dobrze pamiętam pierwsze kroki. Własnoręcznie stworzona górka ze śniegu w ogrodzie i próby łapania równowagi. Później podchodzenie pod małe pagórki, a w końcu pierwsze wyjazdy na wyciągach, czyli standard. W dalszym ciągu ekscytuję się nowymi sportami, których jeszcze nie próbowałam. Ta wewnętrzna ciekawość oraz wsparcie życzliwych, dobrych dusz doprowadziło mnie do stopnia asystenta instruktora snowboardu. Wszystkie kursy SITS, które ukończyłam organizowane były pod skrzydłami szkółki Ronin (II, III stopień sprawności oraz asystent). Na pierwszy kurs wybrałam się w zasadzie z chęci poprawy techniki jazdy i ciekawości, czy jest możliwe żebym jeździła na poziomie osób pełnosprawnych oraz czy będę mogła zdobyć tytuł instruktora. W szkoleniach, w których miałam przyjemność brać udział najważniejsze było dla mnie traktowanie na równi ze wszystkimi kursantami, bez taryfy ulgowej i wprowadzania wymówek czy usprawiedliwień – część modułów była dla mnie bardziej pracochłonna niż dla innych kursantów, ale poczucie bezpieczeństwa a jednocześnie swobody sprawiły, że ograniczenia były kwestią czasu, a czerpanie radości z jazdy tylko wzrastało. Czas spędzony na desce z genialnymi instruktorami procentował, wszystko uzupełnione było rewelacyjną komunikacją i wspólnym wymyślaniem alternatywnych rozwiązań. Pomimo mojej dysfunkcji udało się zrobić olbrzymi progres a radość, pewność i satysfakcja z jazdy poszła o kilka oczek w górę. Część rzeczy wymaga oczywiście więcej czasu, ale jestem ogromnie wdzięczna za cierpliwość i profesjonalizm osób, na które trafiłam w szkole snowboardu Ronin. Jest się od kogo uczyć i to



jest wspaniałe bo dzięki **Ewelinie** i **Rafałowi** czułam, że wspólnie podejmujemy pewnego rodzaju wyzwanie. Myślę, że im więcej osób z niepełnosprawnościami będzie próbować jazdy, tym bardziej otoczenie będzie oswajać się z różnorodnością, początki są często trudne, ale warto rozszerzać spotykania ludzi zafascynowanych zimą i pięknem gór.

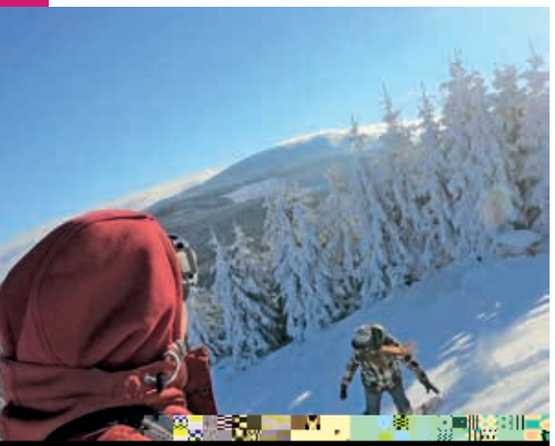
Monika Kotzian

– od 2017 zawodniczka klubu WSSiRN Katowice, a od 2018 roku aktywna zawodniczka w kadrze narodowej osób z niepełnosprawnościami. W 2019 roku w Finlandii zdobyła tytuł MISTRZYNI ŚWIATA w Parasnowboardzie.

Jak żyć w sezonie pandemii? Jak żyć panie premierze? ;-)

Na skutek decyzji rządu miniony sezon zimowy został mocno ograniczony. W Polsce obowiązywał zakaz działalności hoteli, pensjonatów i restauracji. Zmieniono daty ferii, które odbyły się w jednym czasie dla wszystkich województw, a do tego wszystkiego niemal cały sezon stoki były pozamykane. Dla nas, dla całej branży zimowej był to ciężki i niepewny okres.

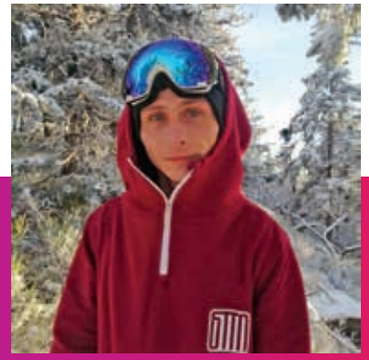
Wszystkie terminy kursów i szkoleń, które zaplanowaliśmy w naszej szkole, niestety musieliśmy w większości odwołać, kiedy stoki ruszyły, w krótkim czasie udało nam się zorganizować i poprowadzić wszystko zgodnie z reżimem sanitarnym. To nie było łatwe. Aby



jakoś przetrwać ten trudny dla nas okres i nie zwariować, postawiliśmy na prowadzenie szkoleń głównie freestyle i freeride „na podchodzonego". A jak! Stwierdziliśmy, że skoro i tak wszystko pozamykane, a sezon trwa (wiadomo, jak jest zamknięte to wszędzie musiało dowalić ponad metr śniegu), to robimy progres na maxa, a chętnych zabieramy ze sobą. Co trzeci dzień lądowaliśmy na Czarnej Górze w Siennej lub na streecie. Udało nam się stworzyć DIY spot z pomocą lokalnych zajawkowiczów: kilka rurek, box'ów, pole jam itp. Ku mojemu zaskoczeniu z czasem w weekendy potrafiło się zjechać ponad 20 osób z okolicznych miast i ładować cały dzień od 9.00 do zmroku, gdzie w tym czasie na stokach ośrodka w najlepsze trwało uprawianie saneczkarstwa zjazdowego, jakiego ten kraj nie widział. Dodatkowym atutem był fakt, że region, w którym mieszkamy i prowadzimy szkołę to Sudety, Śnieżnik i okoliczne górki odwiedzaliśmy równie sukcesywnie i często co DIY spot, deseczka na plecy, raki, oczywiście sprzęt, aby przetrwać cały dzień na mrozie. Plan zazwyczaj był taki: wchodzimy, lepimy coś, skaczemy kto chętny, w międzyczasie ognisko, herbatka i na koniec długi zjazd lasem w pełnym puchu. Bajka. Po kilkunastu dniach podchodzenia nie mogłem uwierzyć w swój wzrost formy, zdarzało się, że na szczyt wchodziliśmy 2 razy dziennie.

Podsumowując, sezon był, jaki był, nie mogliśmy tego zmienić, każdy działał w większości spontanicznie – jak tylko mógł. Mimo wielu trudności udało nam się jednak wypuścić dwa nowe modele bluz na snowboard, przeprowadzić trochę szkoleń, zabrać kogoś ten pierwszy raz zimą na street czy freeride, pokazać jazdę po lesie w puchu. Sami też coś poczuliśmy. W większości były to po prostu nasze wypady z ekipą, jak kiedyś kiedy było się młodym. Spędzało się cały dzień na desce, a o wyciągu można było pomarzyć.

P.S. Dzięki wszystkim, którzy się przyczynili za i tak udany sezon, zwłaszcza znajomym, ekipie locals'ów z Czarnej Góry oraz byczkom z Wrocławia i Katowic… pow pow



Mateusz Rabenda

– Właściciel szkoły snowboardu i deskorolki Systematical School, Instruktor Zawodowy SITS, Instruktor Deskorolki PSF

Kiteboarder poziom I
- potrafi sterować latawcem
- potrafi pływać body dragami

Kiteboarder poziom II
- potrafi pływać w ślizgu
- potrafi wykonać selfrescue

Kiteboarder poziom III
- potrafi ostrzyć i kontrolować tor jazdy
- potrafi robić zwroty
- **może wypożyczać sprzęt**

Kiteboarder poziom IV
- potrafi pływać w pozycji switch
- potrafi wykonać prosty skok
- **może zostać instruktorem**

Freestyle | Wave | Foil

Kurs pomocnika

Pomocnik instruktora
- może zarobkowo pomagać w szkoleniu kursantów
- posiada ubezpieczenie OC w postaci karty kiteboardera

Kurs instruktorski

Instruktor poziom I
- posiada ubezpieczenie OC w postaci karty kiteboardera
- może zarobkowo szkolić kursantów na jednym latawcu
- może korzystać z programu zniżek na zakup sprzętu
- może wypisywać karty progresu

Instruktor poziom II
- posiada ubezpieczenie OC w postaci karty kiteboardera
- może zarobkowo szkolić kursantów na dwóch latawcach
- może korzystać z programu zniżek na zakup sprzętu
- może wypisywać karty progresu
- może szkolić pomocników instruktorów
- może akceptować shadowing
- może zostać trenerem lub instruktorem wykładowcą
- **musi posiadać licencję motorowodną**
- **musi mieć minimum rok praktyki w szkole i udokumentowanych 30 wyszkolonych kursantów**

Kurs trenerski

Trener
- posiada ubezpieczenie OC w postaci karty kiteboardera
- może prowadzić szkolenia grup zawodników w konkurencjach twin-tip racing i formula kite

Doświadczenie, działalność związkowa, praktyka asystencka

Instruktor wykładowca
- może szkolić instruktorów
- może akceptować zmiany poziomów instruktorów
- może akceptować shadowing

Doświadczenie, działalność związkowa, praktyka asystencka

PZKite
Polski Związek Kiteboardingu

ZOSTAŃ INSTRUKTOREM PZKite!

Po ukończeniu kursu będziesz mógł:

- szkolić zarobkowo w jednej z ponad 60 szkół PZKite w Polsce i na Świecie
- otrzymasz państwowe uprawnienia spójne z Europejską Ramą Kwalifikacji
- otrzymasz całoroczne międzynarodowe ubezpieczenie OC na wszystkie sporty deskowe
- skorzystasz z programu prowizyjnego w ramach Karty Kiteboardera dla instruktorów, w tym znizek na zakup sprzętu kiteboardingowego wybranych marek

Dołącz do najlepszych!

Informacje szczegółowe: szkolenia@pzkite.pl, tel. 798 088 878

KRAKÓW 2021

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY • ISSN: 1732-4483

Informator

na sezon 2021/2022

CZĘŚĆ II
SZKOŁY NARCIARSKIE

Stowarzyszenie
Instruktorów i Trenerów
Narciarstwa PZN

Kurs kwalifikacyjny jest spoko

Niezależnie czy patrzymy z perspektywy nastoletniego narciarza czy doświadczonego trenera, to w propozycji szkoleniowej SITN widzimy logikę i konsekwencję. Dotyczy to zarówno liczby kursów, jak i ich typów i programów. Zaczynając od SITNUSIOWEGO Programu Nauczania Dzieci poprzez Kurs Demonstratora Szkolnego PZN, Kwalifikacyjny i obie części Kursu Pomocnika Instruktora PZN, aż do Centralnego Kursu Instruktorskiego i kursy specjalistyczne. To ścieżka dla każdego.

Można by powiedzieć, że tylko wytrwałość w nabieraniu umiejętności i wiedzy instruktorskiej wraz z dorastaniem do dorosłego życia jest warunkiem uzyskania najwyższych uprawnień zawodowych. Przejście tej ścieżki szkoleniowej, rozłożonej w czasie, bez pośpiechu z koncentracją na jakości, na pewno daje satysfakcję uczniowi i jego trenerowi. Daje możliwości poznania wielu osób, nabrania dobrych praktyk, zdobycie doświadczenia i rozwijanie wszechstronności. Doświadczony prowadzący zajęcia łatwo zauważa z jakim kandydatem ma na kursie do czynienia, jakie są jego braki lub/i mocne strony. Wie jak poprowadzić szkolenie, aby taki kandydat jak najwięcej zyskał i stał się lepszym narciarzem, a może również lepszym instruktorem w przyszłości.

Wytrwałość w szkoleniu pomaga wyeliminować braki techniczne i rozwinąć właściwe nawyki. Każdy kolejny kurs uzupełnia i rozwija nabywane kompetencje instruktorskie. Nie zapominajmy o dojrzałości, która u uczestników kursów jest różna i dodatkowo różna pomiędzy dziewczętami i chłopcami, a odgrywa ważną rolę w szkoleniu na drodze do instruktora narciarstwa. Dla ambitnej młodzieży od 12 lat SITN proponuje kursy na stopień DEMONSTRATORA SZKOLNEGO - pierwszy krok w drodze do stopnia instruktorskiego. Młodzież (od 16 lat) może doskonalić swoje umiejętności narciarskie pod kątem przyszłego zawodu instruktora na KURSIE KWALIFIKACYJNYM. Kurs ten daje dobre przygotowanie do pierwszego kursu na stopień POMOCNIKA INSTRUKTORA. Kursy te prowadzą w imieniu Stowarzyszenia szkoły z licencją A+B.

Celem kursu kwalifikacyjnego jest przygotowanie kandydatów na kurs Pomocnika Instruktora PZN oraz zapoznanie jego uczestników z podstawowymi wiadomościami niezbędnymi każdemu narciarzowi. Celem kursu jest doskonalenie techniki jazdy, w tym jazdy sportowej oraz zapoznanie młodzieży z podstawowymi zasadami poruszania się po trasach, zachowaniem bezpieczeństwa w górach, przygotowaniem sprzętu i „osłuchanie" z fachowym słownictwem narciarskim. Na szczycie naszej piramidy szkoleniowej znajdują się kursy specjalistyczne i Centralny Kurs Instruktorski, natomiast idealne piramidy wymagają solidnych podstaw, które w naszym Stowarzyszeniu powinna w każdym sezonie tworzyć duża liczba uczestników Kursów Demonstratora i Kwalifikacyjnego. Twórzmy wspólnie modę na organizowanie tych kursów oraz na uczestnictwo w tych kursach. Delegujmy do prowadzenia zajęć na Kursie Kwalifikacyjnym instruktorów z najwyższymi uprawnieniami i doświadczeniem.

Andrzej Milewski
Przewodniczący KLSN

INSTRUKTORZY
NA SEZON 2021/2022

AKADEMIA BIAŁEGO MISIA

PUDUDNRRUDNLDWUDNLHM
NUIRWDAPRUFNL
OHNFMHRGUDDGRZLHFRUD
NDGHPLDIDHJR0LIDGIRZHNU
DSHZIDPANDUIWVMRFOHJSUVRN
INLZNDUFPLHWDFML
SHUWDZNL

Czam

www.szkolakoziniec.pl tel. 534 903 903

KURSY KADROWE I DOSZKALAJĄCE

Szkoła Narciarska STOK / Białka Tatrzańska zaprasza na:

1. **KURSY KADROWE** (demonstrator, kurs kwalifikacyjny, pomocnik instruktora)

2. **KURSY DOSZKALAJĄCE** dla kandydatów na kursy instruktorskie oraz Zawody i Egzaminy Regionalne

ZAJĘCIA PROWADZĄ:

Iza Wysocka & Artur Wysocki

Instruktorzy Wykładowcy SITN - PZN, Trenerzy PZN, członkowie Komisji Egzaminacyjnej SITN-PZN,

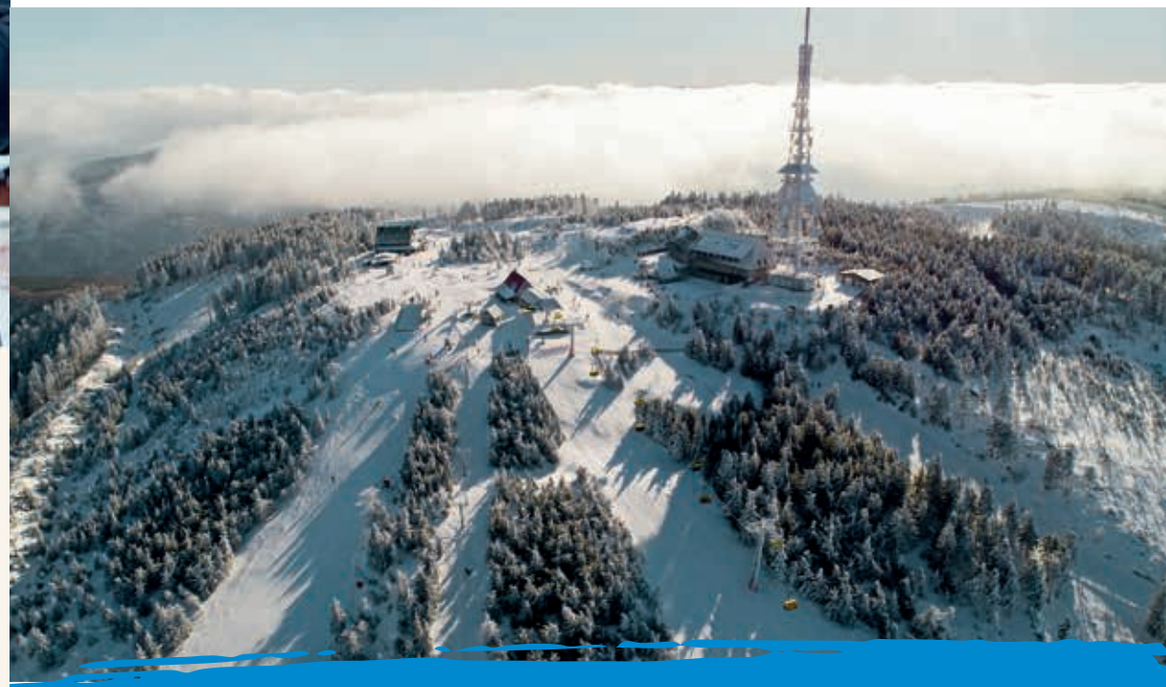
TERMINY KURSÓW KADROWYCH W SEZONIE 2021/22

GRUDZIEŃ 2021

18.12 - 23.12

26.12 - 31.12

STYCZEŃ 2022	LUTY 2022
03.01 - 08.01	31.01 - 05.02
10.01 - 15.-01	07.02 - 12.02
17.01 - 22.01	14.02 - 19.02
24.01 - 29.01	21.02 - 26.02



APS SKI RACING TEAM AB

kierownik wyszkolenia: Zbigniew Rajtar
kierownik szkoły: Maciej Gargul
31-353 Kraków,
Władysława Żeleńskiego 51 C/4
kom. 509 297 436
aps@aps-team.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, szkolenie sportowe
regiony: Beskid Sądecki, Gorce, Tatry i Podhale, Austria, Słowacja

ARŁAMÓW A D

kierownik wyszkolenia: Tadeusz Piorunik
kierownik szkoły: Tadeusz Piorunik
38-700 Ustrzyki Dolne, Bieszczadzka 80
kom. 605 060 819
tadeuszpiorunik@wp.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, szkolenie snowboardowe
regiony: Bieszczady

AWF KATOWICE AB

kierownik wyszkolenia: Adam Staszkiewicz
kierownik szkoły: Adam Staszkiewicz
40-065 Katowice, Mikołowska 72 a
kom. 604 179 117
a.staszkiewicz@awf.katowice.pl

AWF WROCŁAW ZAKŁ. SPORTÓW ZIMOWYCH AB

kierownik wyszkolenia: Rafał Wołk
kierownik szkoły: Rafał Wołk
51-612 Wrocław, Paderewskiego 35
kursy kadrowe: kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa
regiony: Kotlina Kłodzka, Austria

B-GOOD A D

kierownik wyszkolenia: Adam Wójcik
kierownik szkoły: Bartłomiej Kogut
43-450 Ustroń, Myśliwska 52 C, Akacjowa 107
tel. 33 488 89 18
kom. 500 555 165
http://www.b-good.at
szkola@b-good.at

BESKID A D

kierownik wyszkolenia: Karol Krawczyk
kierownik szkoły: Tomasz Majchrowicz
34-745 Spytkowice, Spytkowice 135B
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Wyspowy

BESKID SPORT ARENA A D

kierownik wyszkolenia: Szymon Brzozowski
kierownik szkoły: Maja Mańkowska
43-370 Szczyrk, Grzybowa 1
kom. 609 005 040
szkola@beskidsportarena.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Śląski

BFC SCHOOL A

kierownik wyszkolenia: Filip Szpot
kierownik szkoły: Maciej Szpot
02-202 Warszawa, Drawska 22, lok.1.23
tel. 22 670 01 25
http://www.bfc.pl
filip.szpot@bfc.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, szkolenie biegowe (cross-country), szkolenie skitourowe
regiony: Inne, Szczęśliwice – Warszawa, Austria, Francja, Niemcy, Słowenia, Szwajcaria, Włochy

BLUES CARV A D

kierownik wyszkolenia: Dariusz Szromba
kierownik szkoły: Marek Szromba
32-600 Oświęcim, Kamieniec 12 C
kom. 606 644 345, 698 063 057
http://www.bluescarv.y24.pl
bluescarv@wp.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Tatry i Podhale, Słowacja, Włochy

CAR-TOURIST A D

kierownik wyszkolenia: Tomasz Gomol
kierownik szkoły: Marian Grochowski
85-030 Bydgoszcz, K. Gotowskiego 6
tel. 52 322 19 45
kom. 601 662 227
http://www.cartourist.com
info@cartourist.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Karkonosze, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

CISOWA A

kierownik wyszkolenia: Artur Hoffmann
kierownik szkoły: Izabela Latacz
42-436 Pilica, Kleszczowa 113 A
kom. 533 663 700
http://www.cisowa.pl/szkola-narciarska
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe
regiony: Inne

FUN&RACE AB D

kierownik wyszkolenia: Anna Buczek
kierownik szkoły: Kamil Zaród
34-460 Szczawnica, Szczawnica, Jana Pawła II 54
kom. 501 724 216
http://www.funrace.pl
biuro@funrace.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Sądecki, Pieniny, Tatry i Podhale, Austria, Słowacja, Włochy

G.B.SPORT AB D

kierownik wyszkolenia: Andrzej Marasek
kierownik szkoły: Bartłomiej Czarnota, Grzegorz Pomes
35-507 Rzeszów, Brydaka 11/22
kom. 509 751 441, 603 121 020
http://gbsport.pl
gbsport@gbsport.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie telemarkowe, szkolenie skitourowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień pomocnika instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień pomocnika instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe
regiony: Beskid Sądecki, Bieszczady, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

GIBASSPORTKLUB A D

kierownik wyszkolenia: Wojciech Gibas
kierownik szkoły: Wojciech Gibas
43-300 Bielsko-Biała, M.Reja 21/54
kom. 730 733 335
http://gibassportklub.pl
biuro@gibasportklub.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, szkolenie skitourowe
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Austria, Włochy

GLOSATOR SN PRZY III SPOŁECZNYM LICEUM LO W KRAKOWIE AB D

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Zięba
kierownik szkoły: Iwo Wroński
31-058 Kraków, Stradomska 10
tel. 12 421 67 45
fax 12 421 67 16
http://www.glosator.pl
snglosator@sto64.krakow.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Sądecki, Beskid Wyspowy, Beskid Żywiecki, Gorce, Inne, Pieniny, Tatry i Podhale, Austria, Słowacja, Włochy

HIGH5 EVENTS A D

kierownik wyszkolenia: Adam Kaczmarzyk
kierownik szkoły: Tomasz Kaczmarzyk
43-470 Istebna, Istebna 1588
kom. 503 168 457

HSKI HARENDA ZAKOPANE AB D

kierownik wyszkolenia: Bartłomiej Gąsienica-Józkowy
kierownik szkoły: Andrzej Hyc
34-500 Zakopane, ul. Harenda 21A
kom. 517 936 328, 517 936 328
http://www.hski.pl
info@hski.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Tatry i Podhale

JAFI SPORT AB D

kierownik wyszkolenia: Tomasz Stelmach
kierownik szkoły: Wojciech Wardziak
02-909 Warszawa, Bonifacego 161/8
kom. 660 490 355
jafi@jafisport.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie skitourowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Tatry i Podhale, Austria, Francja, Szwajcaria, Włochy

JAKU-SKI C

kierownik wyszkolenia: Maja Majer
kierownik szkoły: Paweł Sobota
58-580 Szklarska Poręba, Demokratów 7/8
kom. 698 429 800
http://jaku-ski.pl
jakuski.snb@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, kurs kwalifikacyjny biegowy, wyjazd weekendowe
regiony: Inne, Karkonosze

JAWORKI A

kierownik wyszkolenia: Adam Rychtarczyk
kierownik szkoły: Adam Rychtarczyk
34-460 Szczawnica, Jaworki, Biała Woda 20
kom. 609 360 883, 783 653 290
http://arenanarciarska.pl
sn-jaworki@wp.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Pieniny

JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD AB D

kierownik wyszkolenia: Piotr Kapustianyk
kierownik szkoły: Wojciech Przygoda
33-380 Krynica Zdrój, Czarny Potok 75
kom. 512 203 000
http://szkolajaworzyna.pl
info@szkolajaworzyna.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, szkolenie biegowe (cross-country), szkolenie telemarkowe, szkolenie skitourowe, rajd narciarski
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Sądecki, Austria

JEDZIESZ.COM A

kierownik wyszkolenia: Paulina Hejn-Kępkiewicz
kierownik szkoły: Paulina Hejn-Kępkiewicz
01-496 Warszawa, Franciszka Kawy 22 m 12
kom. 605 954 473
http://boboski.com
paulina@boboski.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe
regiony: Beskid Sądecki, Szczęśliwice – Warszawa, Włochy

JM SPORT A

kierownik wyszkolenia: Jan Nawieśniak
kierownik szkoły: Jan Nawieśniak, Michał Wojnowski
32-800 Brzesko, Sikorskiego 69
kom. 602 189 594, 694 209 879
http://jmsport.pl
biuro@jmsport.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Sądecki, Beskid Wyspowy, Gorce, Inne, Pieniny, Tatry i Podhale

JUMBO AB

kierownik wyszkolenia: Czesław Marek
kierownik szkoły: Grzegorz Jurczyk
43-300 Bielsko-Biała, Zgody 4/47
kom. 502 484 090
http://jumbosport.pl
biuro@jumbosport.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Tatry i Podhale, Austria, Słowacja, Włochy

KASINA A D

kierownik wyszkolenia: Antonio Dulczewski
kierownik szkoły: Kacper Pala
34-741 Kasina Wielka, Kasina Wielka 672
tel. 18 506 51 01
kom. 512 409 523
http://kasinaski.pl
szkolakasina@gmail.com

KLUB NARCIARSKI SPORTEUM A

kierownik wyszkolenia: Łukasz Sawionek
kierownik szkoły: Ewa Stępniak
03-068 Warszawa, Zawiślańska 27
tel. 22 614 87 44
kom. 796 165 501
http://www.sporteum.pl
poczta@sporteum.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Sądecki, Inne, Szczęśliwice – Warszawa, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

KOZINIEC A D

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Nowaczyński
kierownik szkoły: Katarzyna Kalemba- Dziurny
34-532 Czarna Góra, Nadwodnia 170
kom. 534 802 802
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, rajd narciarski
regiony: Tatry i Podhale

KOZLO-SKI A

kierownik wyszkolenia: Andrzej Kozłowski
kierownik szkoły: Andrzej Kozłowski
24-120 Kazimierz Dolny, Stok Narciarski: Puławska 168,
24-120 Kazimierz Dolny/ Korespondencja: Tyszkiewicza 30a,
24-120 Kazimierz Dolny
kom. 601 979 570
http://kozlo-ski.pl
gugin@wp.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Inne, Austria

LIDER AB D

kierownik wyszkolenia: Piotr Bogusz
kierownik szkoły: Piotr Bogusz
31-155 Kraków, Warszawska 24
tel. 12 628 29 39
fax 12 628 29 39
kom. 601 550 300
http://www.narty.edu.pl
lider@narty.edu.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Makowski, Beskid Sądecki, Beskid Śląski, Beskid Wyspowy, Gorce, Inne, Tatry i Podhale, Austria, Francja, Włochy

LISIA POLANA A

kierownik wyszkolenia: Wojciech Kałucki
kierownik szkoły: Wojciech Śliwka
43-450 Ustroń, 3 Maja 130
kom. 533 910 216
biuro@lisia-polana.pl

MIXTURA AB D

kierownik wyszkolenia: Edward Wroński
kierownik szkoły: Piotr Jendryczka
80-365 Gdańsk, Czarny Dwór 16B/4
kom. 665 888 848
http://www.mixtura.pl
biuro@mixtura.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Inne, Pomorze, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

MULTI SPORT HASKI AB D

kierownik wyszkolenia: Piotr Nowacki
kierownik szkoły: Paweł Nowacki
30-427 Kraków, Żywiecka 28/25
kom. 605 949 727
atomicgs@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Sądecki, Gorce, Inne, Tatry i Podhale, Austria

NAFERIE.PL A

kierownik wyszkolenia: Przemysław Migut
kierownik szkoły: Piotr Ziętara
00-137 Warszawa, Elektoralna 13/121
kom. 790 322 733, 790 871 015
obozy@naferie.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Beskid Żywiecki, Tatry i Podhale, Austria, Słowacja, Włochy

NARCIARSKI KLUB SPORTOWY RASC A D

kierownik wyszkolenia: Michał Kołder
kierownik szkoły: Maciej Kołodziejczyk
02-202 Warszawa, DRAWSKA 22
kom. 531 414 114
biuro@rasc.pl

NARTUS AB D

kierownik wyszkolenia: Tomasz Cichy
kierownik szkoły: Aleksandra Libera-Cichy
43-470 Istebna, Istebna 803
kom. 508 070 677, 790 274 922
http://www.nartus.pl
biuro@nartus.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie skitourowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Śląski

NDSPORT.PL A D

kierownik wyszkolenia: Piotr Hugues
kierownik szkoły: Ireneusz Tarasewicz
80-312 Gdańsk, Wita Stwosza 31/14
kom. 504 090 807, 501 028 002
http://www.ndsport.pl
info@ndsport.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Pomorze, Austria, Włochy

PAUL ACADEMY AB D

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Makowski
kierownik szkoły: Paweł Jodczyk
81-853 Sopot, Al. Niepodległości 719/1
kom. 509 989 822
http://www.paulacademy.pl
biuro.paul@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, szkolenie biegowe (cross-country), szkolenie skitourowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa
regiony: Beskid Żywiecki, Kotlina Kłodzka, Pomorze, Tatry i Podhale, Austria, Francja, Słowacja, Włochy

PINKI-SPORT A

kierownik wyszkolenia: Paulina Pinkas-Matuszewska
kierownik szkoły: Roman Pinkas
43-460 Wisła, Dworcowa 12B
tel. 33 855 35 41
fax 33 855 35 41
kom. 606 240 879
http://www.pinkiwisla.pl
pinki@wisla.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Śląski, Słowacja, Włochy

PODHALAŃSKA A D

kierownik wyszkolenia: Kazimierz Put
kierownik szkoły: Kazimierz Put
34-400 Nowy Targ, Podhalańska 2/58
kom. 605 892 605
http://fb. Pohalanska Szkola Narciuarskal
narty@mom.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, szkolenie telemarkowe
regiony: Beskid Sądecki, Gorce, Inne, Pieniny, Tatry i Podhale, Austria, Słowacja, Szwajcaria, Włochy

POWERSPORT A D

kierownik wyszkolenia: Damian Adamski
kierownik szkoły: Paweł Nowojski
40-578 Katowice, Kossak – Szczuckiej 9/2
kom. 605 336 999
http://www.powersport.com.pl
klub@powersport.com.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Austria, Francja, Szwajcaria, Włochy

PROFISPORT A D

kierownik wyszkolenia: Tomasz Smolnik
kierownik szkoły: Tomasz Smolnik
40-627 Katowice, Wesoła 7
kom. 697 852 693
http://www.profisport.com.pl
biuro@profisport.com.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Beskid Sądecki, Beskid Śląski, Beskid Wyspowy, Beskid Żywiecki, Inne, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

PTAK-TEAM AB

kierownik wyszkolenia: Bartłomiej Ptak
kierownik szkoły: Bartłomiej Ptak
34-500 Zakopane, Stolarczyka 12/22
kom. 601 501 423
http://www.ptak-team.pl
szkola@ptak-team.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Tatry i Podhale, Austria, Włochy

ROMANISZYN-SKI A D

kierownik wyszkolenia: Ronald Romaniszyn
kierownik szkoły: Ronald Romaniszyn
34-521 Ząb, Ligasówka 24
kom. 516 543 151
http://romaniszyn-ski.pl
ronrom@e-wind.eu
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, szkolenie telemarkowe
regiony: Inne, Pieniny, Tatry i Podhale, Austria, Ukraina, Włochy

ROSSIGNOL ACADEMY A

kierownik wyszkolenia: Mateusz Kruk
kierownik szkoły: Mateusz Kruk
85-650 Bydgoszcz, Kazimierza Pułaskiego 20
kom. 514 331 477
biuro@rossignol-academy.pl

RYSKALSKI TEAM AB D

kierownik wyszkolenia: Dariusz Ryskala
kierownik szkoły: Dariusz Ryskala
30-052 Kraków, Kamedulska 21
kom. 601 082 768
biuro@ryskalski.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Gorce, Pieniny, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND AB D

kierownik wyszkolenia: Piotr Górnicki
kierownik szkoły: Piotr Górnicki
58-500 Jelenia Góra, Czarnoleska 44M, kom. 607 462 038
http://skiacademy.pl, http://www.demoteam.eu, http://www.szkolanarciarska.eu
info@demoteam.eu
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Karkonosze, Austria, Czechy, Słowacja, Sudety Zachodnie, Włochy

SKI KUROS A

kierownik wyszkolenia: Piotr Lassak
kierownik szkoły: Piotr Skupień
34-520 Suche, Suche 102, kom. 600 088 144, Skikuros@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Tatry i Podhale

SKI PLANET A

kierownik wyszkolenia: Łukasz Kalemba
kierownik szkoły: Łukasz Kalemba, 60-365 Poznań, Szamotulska 26
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie telemarkowe, szkolenie skitourowe
regiony: Włochy

SŁOTWINY ARENA A

kierownik wyszkolenia: Jacek Gardoń
kierownik szkoły: Jacek Gardoń
33-380 Krynica Zdrój, Słotwińska 51A
kom. 512 364 385, 789 402 005
http://www.slotwinyarena.pl
szkola@slotwinyarena.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Sądecki

SNOW DIVISION AB D

kierownik wyszkolenia: Wojciech Podgórny
kierownik szkoły: Grzegorz Celiński
41-300 Dąbrowa Górnicza, Mickiewicza 33/10, kom. 605 732 025
http://www.snowdivision.pl
celbog2@gmail.com, snsnowdivision@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, szkolenie biegowe (cross-country), szkolenie telemarkowe, szkolenie skitourowe, rajd narciarski
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Inne, Tatry i Podhale, Austria, Czechy, Słowacja, Włochy

SNOW WAY AB D

kierownik wyszkolenia: Michał Niedziela
kierownik szkoły: Wojciech Bień
45-759 Opole, Gospodarcza 16 lok. 4, kom. 503 194 516, 603 656 232
http://www.snow-way.pl
info@snow-way.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Kotlina Kłodzka, Austria, Włochy

SNOW4YOU A

kierownik wyszkolenia: Stefan Król
kierownik szkoły: Jacek Berbeka
34-500 Zakopane, Kościuszki 12
kom. 668 092 558
http://www.snow4you.pl
biuro@snow4you.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, szkolenie snowboardowe
regiony: Tatry i Podhale, Słowacja

SNOWRIDERS AB

kierownik wyszkolenia: Przemysław Klimczak
kierownik szkoły: Jarosław Piechota
71-467 Szczecin, Rapackiego 6/12, kom. 509 636 910
http://www.snowriders.pl
info@snowriders.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Karkonosze, Tatry i Podhale, Austria, Niemcy, Włochy

SNOWSENSE A

kierownik wyszkolenia: Jerzy Durejko
kierownik szkoły: Marcin Kozieński
33-380 Krynica Zdrój, Słotwińska 43 A
kom. 888 918 518
http://snowsense.pl
szkola@snowsense.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Sądecki

SOBOLEWSKI SZKOLENIE NARCIARSKIE AB D

kierownik wyszkolenia: Małgorzata Klepacka-Adamus
kierownik szkoły: Sabina Sobolewska
41-807 Zabrze, Tymiankowa 19
kom. 604 550 471
s.sobolewska24@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Tatry i Podhale, Austria

STANISŁAW-SKI AB

kierownik wyszkolenia: Maria Stanisławska
kierownik szkoły: Michał Stanisławski
43-300 Bielsko-Biała, Obfita 6
kom. 696 235 305, 792 618 718
http://stanislawski-sport.com
info@stanislawski-sport.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Śląski, Austria, Włochy

START-BESKID AB D

kierownik wyszkolenia: Piotr Gostyński
kierownik szkoły: Piotr Gostyński
43-502 Czechowice-Dziedzice, Górnicza 34/2, kom. 602 692 845
http://www.startbeskid.pl
biuro@startbeskid.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Śląski, Austria, Włochy

STOK AB C D

kierownik wyszkolenia: Artur Wysocki
kierownik szkoły: Maciej Kolasa
34-400 Nowy Targ, Długa 128
tel. 18 265 42 80
fax 18 264 05 76
biuro@szkolastok.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe, szkolenie biegowe (cross-country)
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Tatry i Podhale

STRAMA AB C

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Horecki
kierownik szkoły: Katarzyna Strama
34-500 Zakopane, Balzera 30, Centrum Szkoleń Narciarskich NOSAL
tel. 18 201 14 41, 18 201 16 46
http://www.strama-szkola.pl
szkolastrama@nosal.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe, szkolenie biegowe (cross-country)
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Tatry i Podhale, Austria, Francja, Słowacja

STREFA A D

kierownik wyszkolenia: Konrad Drzymała
kierownik szkoły: Jerzy Zębala
16-404 Szelment, Szelment 2
kom. 888 166 113
http://www.strefasport.pl
tz@strefasport.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Inne, Tatry i Podhale, Austria, Słowacja, Włochy

STREFA RUCHU A

kierownik wyszkolenia: Maciej Czerwiński
kierownik szkoły: Maciej Czerwiński
02-202 Warszawa, Drawska 22
kom. 603 336 396
http://www.strefa-ruchu.pl
biuro@strefa-ruchu.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Babia Góra i okolice, Beskid Sądecki, Beskid Śląski, Beskid Wyspowy, Bieszczady, Gorce, Inne, Karkonosze, Pieniny, Tatry i Podhale, Austria, Czechy, Francja, Niemcy, Słowacja, Słowenia, Szwajcaria, Włochy

SUPERNARTY.PL AB D

kierownik wyszkolenia: Marcin Piotrowski
kierownik szkoły: Marcin Piotrowski
58-500 Jelenia Góra, Kopernika 4
kom. 607 292 632, 690 570 196
http://www.supernarty.pl
biuro@supernarty.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Inne, Karkonosze, Austria, Czechy, Włochy

SZCZAWNICA A

kierownik wyszkolenia: Marcin Szczepaniak
kierownik szkoły: Marcin Szczepaniak
34-460 Szczawnica, Staszowa 11
kom. 695 770 640
gacioski@poczta.onet.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Pieniny

ŚMIG AB D

kierownik wyszkolenia: Jacek Żaba
kierownik szkoły: Jacek Żaba
43-370 Szczyrk, Turystyczna 11
kom. 602 776 162
http://www.smig.szczyrk.pl
biuro@smig.szczyrk.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe
regiony: Beskid Śląski

T&T A D

kierownik wyszkolenia: Marcin Michalski
kierownik szkoły: Marcin Michalski
57-340 Duszniki-Zdrój, Zieleniec 72
kom. 601 444 844, 603 236 672
http://www.facebook.com/TandTZieleniec, http://www.TandT.pl
biuro@tandt.pl, marcin@tandt.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Karkonosze, Kotlina Kłodzka

TALARINIO A D

kierownik wyszkolenia: Wojciech Stanek
kierownik szkoły: Mateusz Talar
34-125 Czarny Groń, Rzyki os. Praciaki
kom. 603 725 752
http://talarinio.pl
talarinio@onet.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Inne

W.K.N. WARSZAWA AB

kierownik wyszkolenia: Ludwik Żukowski
kierownik szkoły: Cezary Szeszko
02-202 Warszawa, Drawska 22
tel. 22 824 09 56
fax 22 824 09 56
kom. 604 144 024
http://www.wkn.pl/
wkn@wkn.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Gorce, Tatry i Podhale, Austria, Czechy, Francja, Niemcy, Słowacja, Włochy

WIELKOPOLSKA SZKOŁA NARCIARSTWA AB D

kierownik wyszkolenia: Helena Elegańczyk-Kot
kierownik szkoły: Helena Elegańczyk-Kot
61-695 Poznań, Tokarzewskiego 2
kom. 600 276 639
lenakot@wp.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe
regiony: Karkonosze, Kotlina Kłodzka, Austria, Czechy, Włochy

WOMA SKI A C D

kierownik wyszkolenia: Wojciech Szopa
kierownik szkoły: Marcin Wolski
34-530 Bukowina Tatrzańska, Kościuszki 188A
kom. 668 407 447
http://womaski.pl
biuro@womaski.pl

WROCŁAWSKA SZKOŁA NARCIARSKA AB D

kierownik wyszkolenia: Ryszard Jaworski
kierownik szkoły: Wojciech Woźnica
54-206 Wrocław, ul. Legnicka 65
kom. 605 744 865
http://wroclaw.ski
biuro@wroclaw.ski
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Karkonosze, Austria, Czechy, Sudety Zachodnie, Włochy

WYGODA SKIING A

kierownik wyszkolenia: Sebastian Pająk
kierownik szkoły: Andrzej Wygoda
30-547 Kraków, Plac Bohaterów Getta 17/14
tel. 12 430 30 48
kom. 502 424 044, 888 843 306
a.wygoda@wygodatravel.pl, instruktor@wygodatravel.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Austria, Francja, Włochy

WYSOCKI-SKI A

kierownik wyszkolenia: Antoni Wysocki
kierownik szkoły: Tomasz Wysocki
70-553 Szczecin, Wyzwolenia 2
tel. 91 831 46 46
fax 91 831 46 26
kom. 607 115 116
http://www.wysocki-ski.pl, http://www.wysockitravel.pl
biuro@wysocki-ski.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Inne, Austria, Francja, Szwajcaria, Włochy

XTRAINING A

kierownik wyszkolenia: Grzegorz Forias
kierownik szkoły: Grzegorz Forias
43-460 Wisła, Sztwiertni 1
tel. 33 855 33 93
kom. 666 239 271
http://www.xtraining.pl
biuro@xtraining.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Śląski, Tatry i Podhale, Czechy, Słowacja

ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM AB

kierownik wyszkolenia: Igor Pindycki
kierownik szkoły: Tomasz Pindycki
41-800 Zabrze, Wolności 165A
kom. 608 168 031
http://www.slalom.com.pl
zsn@slalom.com.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe,
wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. techniczna, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe
regiony: Beskid Śląski, Austria, Włochy

ZĄB A, D

kierownik wyszkolenia: Jan Gąsienica
kierownik szkoły: Stanisław Staszel
34-521 Ząb, Ząb 52a
tel. 18 207 16 77
fax 18 207 16 77
kom. 604 633 345
http://snzab.pl
staszelowka@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy,
obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Tatry i Podhale

ZGORKY A

kierownik wyszkolenia: Martin Bednarek,
Kamil Dziemba
kierownik szkoły: Kamil Dziemba
44-145 Katowice, Wojtowa 2 D
kom. 720 720 330
kontakt@zgorky.pl

ZIMOWY RAJ A

kierownik wyszkolenia: Adam Deda
kierownik szkoły: Marek Kustra
43-450 Ustroń, Błaszczyka 18
kom. 504 101 738
http://zimowyraj.pl
nartyustron@gmail.com

Oferta Licencjonowanych Szkół Narciarskich

KURSY NA STOPIEŃ DEMONSTRATORA

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
17–23.10.2021	Hintertux	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
24–30.10.2021	Stubaier Gletscher / Kaprun	Austria	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
6–13.11.2021	Kaprun	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
6–13.11.2021	Stubai	Austria	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
7–12.11.2021	Lodowiec Stubai	Austria	STRAMA	18 201 14 41, 18 201 16 46	szkolastrama@nosal.pl
7–13.11.2021	Stubaital	Austria	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
15–27.11.2021	Capital Ski	Szczęśliwice - Warszawa	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
27.11–4.12.2021	Maso Corto	Włochy	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
4–11.12.2021	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
21–25.02.2022, 14–19.02.2022, 31.01–5.02.2022, 17–22.01.2022, 10–16.01.2022, 3–8.01.2022, 26–31.12.2021, 19–24.12.2021, 13–18.12.2021, 6–11.12.2021	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
11–18.12.2021	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
11.12.2021–27.03.2022	Korbielów, Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
31.01–5.02.2022, 17–22.01.2022, 26–31.12.2021, 13–18.12.2021	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	MAJER PRO	18 207 70 85, 601 452 345	marekmajerczyk@gmail.com
13–19.02.2022, 6–12.02.2022, 23–28.01.2022, 16–21.01.2022, 2–7.01.2022, 26–31.12.2021, 13–18.12.2021	Jaworzyna Krynicka Krynica Zdrój	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
21–26.02.2022, 14–19.02.2022, 7–12.02.2022, 31.01–5.02.2022, 24–29.01.2022, 17–22.01.2022, 10–15.01.2022, 3–8.01.2022, 26–31.12.2021, 18–23.12.2021	Białka Tatrzańska / Litwinka	Tatry i Podhale	STOK	18 265 42 80	biuro@szkolastok.pl
18–23.12.2021	Białka Tatrzańska, Kluszkowce	Inne	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
19–24.12.2021	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
26–31.12.2021	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl

KURSY NA STOPIEŃ POMOCNIKA INSTRUKTORA – CZĘŚĆ TECHNICZNA

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
11–16.10.2021	Stubaier Gletscher / Kaprun	Austria	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
17–23.10.2021	Hintertux	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
30.04–8.05.2022, 30.10–7.11.2021	Pitztal- Plangeross	Austria	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
6–13.11.2021	Kaprun	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
6–13.11.2021	Kaunertal & Pitztal	Austria	SNOW WAY	503 194 516, 603 656 232	info@snow-way.pl
6–13.11.2021	Stubai	Austria	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
7–13.11.2021	Stubaital	Austria	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
27.11–4.12.2021	Maso Corto	Włochy	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
27.11–3.12.2021	Livigno	Włochy	JAFI SPORT	660 490 355	jafi@jafisport.pl
4–11.12.2021	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
6–11.12.2021	Zakopane	Tatry i Podhale	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
6–11.12.2021	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
11–18.12.2021	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
11.12.2021–27.03.2022	Korbielów, Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
12–17.12.2021	Zieleniec Ski Arena	Kotlina Kłodzka	SNOW WAY	503 194 516, 603 656 232	info@snow-way.pl
13.12.2021–26.03.2022	Szczyrk	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
13–19.02.2022, 6–12.02.2022, 23–28.01.2022, 9–21.01.2022, 2–7.01.2022, 26–31.12.2021, 13–18.12.2021	Jaworzyna Krynicka Krynica Zdrój	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
13–18.12.2021	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
17.12.2021–2.01.2022	Białka Tatrzańska, Kluszkowce, Litwinka	Tatry i Podhale	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
21–26.02.2022, 14–19.02.2022, 7–12.02.2022, 31.01–5.02.2022, 24–29.01.2022, 17–22.01.2022, 10–15.01.2022, 3–8.01.2022, 26–31.12.2021, 18–23.12.2021	Białka Tatrzańska / Litwinka	Tatry i Podhale	STOK	18 265 42 80	biuro@szkolastok.pl
18–23.12.2021	Białka Tatrzańska, Kluszkowce	Tatry i Podhale	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
19–24.12.2021	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
19–24.12.2021	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
19–24.12.2021	Czorsztyn-Ski/Kluszkowce	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
26–31.12.2021	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
14–19.02.2022, 31.01–5.02.2022, 17–22.01.2022, 3–8.01.2022, 26–31.12.2021	Zakopane i Jurgów	Tatry i Podhale	STRAMA	18 201 14 41, 18 201 16 46	szkolastrama@nosal.pl
14–19.02.2022, 31.01–5.02.2022, 17–22.01.2022, 26–31.12.2021	STACJA NARCIARSKA SOSZÓW WISŁA	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 677, 790 274 922	biuro@nartus.pl
26–31.12.2021	Karkonosze	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
1–7.01.2022, 26–31.12.2021	Karkonosze	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
26–31.12.2021	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
13–19.02.2022, 27.12.2021–2.01.2022	Szczyrk	Beskid Śląski	JUMBO	502 484 090	biuro@jumbosport.pl
27–31.12.2021	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
28.12.2021–2.01.2022	Kluszkowce	Gorce	Multi Sport HASKI	605 949 727	atomicgs@gmail.com
1–7.01.2022	Karkonosze	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
1–6.01.2022	Korbielów	Beskid Żywiecki	FREERIDE SPORT	502 320 309	dendys@freeridesport.pl
2–8.01.2022	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
2–7.01.2022	Białka Tatrzańska, Kluszkowce	Tatry i Podhale	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
3–8.01.2022	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
13–18.02.2022, 9–14.01.2022	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	MAJER PRO	18 207 70 85, 601 452 345	marekmajerczyk@gmail.com
10–16.01.2022	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
14–21.01.2022	Nassfeld	Austria	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
16–22.01.2022	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
23–30.04.2022, 20–27.03.2022, 13–20.02.2022, 30.01–6.02.2022, 16–23.01.2022	Andalo	Włochy	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
17–22.01.2022	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
17–23.01.2022	Włochy	Włochy	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
17–22.01.2022	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
21–30.01.2022	Wieżyca Koszałkowo	Pomorze	MIXTURA	665 888 848	biuro@mixtura.pl
24–30.01.2022	Stożek	Beskid Śląski	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
5–12.02.2022, 29.01–5.02.2022	Falcade- San Pellegrino	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
29.01–5.02.2022	Zieleniec Ski Arena	Kotlina Kłodzka	SNOW WAY	503 194 516, 603 656 232	info@snow-way.pl
30.01–4.02.2022	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
30.01–4.02.2022	Cavalese	Włochy	SUPERNARTY.pl	607 292 632, 690 570 196	biuro@supernarty.pl
31.01–5.02.2022	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
31.01–5.02.2022	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
4–13.02.2022	Wieżyca Koszałkowo	Pomorze	MIXTURA	665 888 848	biuro@mixtura.pl
6–11.02.2022	Białka Tatrzańska, Kluszkowce	Tatry i Podhale	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
12–19.02.2022	Włochy	Włochy	MAYTUR	32 757 88 98, 606 527 608, 692 076 607	biuro@maytur.com.pl
12–19.02.2022	Piancavallo	Włochy	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
13–18.02.2022	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
14–19.02.2022	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
14–19.02.2022	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
20–25.02.2022	Białka Tatrzańska, Kluszkowce	Tatry i Podhale	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
21–26.02.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
21–25.02.2022	Czorsztyn-Ski/ Litwinka	Pieninny	FUN&RACE	501 724 216	biuro@funrace.pl
28.02–5.03.2022	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
12–19.03.2022	Alpe Cermis	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
16–23.04.2022	Livigno	Włochy	SNOW WAY	503 194 516, 603 656 232	info@snow-way.pl
30.04–7.05.2022	Hintertux	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl

SZKOLENIE PODSTAWOWE

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
1.09.2021–31.08.2022	Capital Ski	Szczęśliwice - Warszawa	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
30.04–7.05.2022, 6–13.11.2021, 31.10–6.11.2021	Pitztal- Plangeross	Austria	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
6–13.11.2021	Kaunertal & Pitztal	Austria	SNOW WAY	503 194 516, 603 656 232	info@snow-way.pl
6–13.11.2021	Austria - Stubai	Austria	Klub Narciarski SPORTEUM	22 614 87 44, 796 165 501	poczta@sporteum.pl
6–13.11.2021	Lodowiec Pitztal	Austria	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
7–14.11.2021	Pitztal	Austria	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
7–13.11.2021	Stubaital	Austria	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
8–12.11.2021	Stubaital	Austria	FREERIDE SPORT	502 320 309	dendys@freeridesport.pl
20.11.2021–3.04.2022	Szczyrk	Beskid Śląski	JUMBO	502 484 090	biuro@jumbosport.pl
27.11.2021–20.03.2022	Białka Tatrzańska, Kluszkowce, Litwinka	Tatry i Podhale	LIDER	12 628 29 39, 601 550 300	lider@narty.edu.pl
27.11–4.12.2021	Maso Corto	Włochy	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
1.12.2021–30.04.2022	Podhale	Tatry i Podhale	ROMANISZYN- SKI	516 543 151	ronrom@e-wind.eu
4.12.2021–3.05.2022	Schladming - Ramsau lub inne dostępne rejony	Austria	PODHALAŃSKA	605 892 605	narty@mom.pl
4.12.2021	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
4.12.2021–30.04.2022	Livigno, Marilleva/Folgarida,	Włochy	JAFI SPORT	660 490 355	jafi@jafisport.pl
6.12.2021–15.04.2022	Jaworzyna Krynicka Krynica Zdrój	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
10–18.12.2021	FRANCJA - Les Arcs & La Plagne » PARADISKI 425 km	Francja	PowerSport	605 336 999	klub@powersport.com.pl
11–19.12.2021	Grossglockner Resort Kals-Matrei	Austria	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
11.12.2021–13.03.2022	Krynica, Wierchomla,Tylicz, Białka Tatrzańska, Kluszkowce	Beskid Sądecki	FAN-SPORT	604 935 409	biuro.fansport@gmail.com
11.12.2021–27.03.2022	Zwardoń, Korbielów, Rajcza	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
11.12.2021–17.09.2022	Wisła, Istebna	Beskid Śląski	MAYTUR	32 757 88 98, 606 527 608, 692 076 607	biuro@maytur.com.pl
11.12.2021	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
19–26.03.2022, 12–19.12.2021	Alta Badia - Corvara	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
17.12.2021–30.03.2022	Stacja narciarska Suche	Tatry i Podhale	SKI KUROS	600 088 144	Skikuros@gmail.com
18.12.2021–31.03.2022	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
18.12.2021–20.03.2022	Kluszkowce	Gorce	Multi Sport HASKI	605 949 727	atomicgs@gmail.com
18.12.2021	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
19.12.2021–28.02.2022	Koziniec Ski Czarna Góra	Tatry i Podhale	FUN SCHOOL	608 806 030, 608 806 030	info@funschool.pl
5–12.02.2022, 29.01–5.02.2022, 26.12.2021–2.01.2022	Falcade- San Pellegrino - Alpe Lusia	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
27.02–6.03.2022, 2–9.01.2022, 27.12.2021–2.01.2022	Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	Klub Narciarski SPORTEUM	22 614 87 44, 796 165 501	poczta@sporteum.pl
27.12.2021–2.01.2022	Małe Ciche	Tatry i Podhale	SobolewSKi Szkolenie Narciarskie	604 550 471	s.sobolewska24@gmail.com
6–13.03.2022, 29.01–5.02.2022, 2–9.01.2022	Suche-Zakopane	Tatry i Podhale	Klub Narciarski SPORTEUM	22 614 87 44, 796 165 501	poczta@sporteum.pl
8.01.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
15.01.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
16.01–26.02.2022	Andalo	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
16.01–26.02.2022	Falcade	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
16.01–26.02.2022	Pinzolo	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
16.01–26.02.2022	San Martino di Castrozza	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
23–29.01.2022, 16–22.01.2022	Male Ciche	Tatry i Podhale	CAR-TOURIST	52 322 19 45, 601 662 227	info@cartourist.com

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
19–26.02.2022, 22–29.01.2022	Dolomity	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
22.01.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
28.01–6.02.2022	Ski Juwel	Austria	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
26.03–2.04.2022, 12–19.03.2022, 5–12.02.2022, 29.01–5.02.2022	Włochy-Folgaria, Tonale, Val di Fassa, Madonna, San Pelegrino	Włochy	Klub Narciarski SPORTEUM	22 614 87 44, 796 165 501	poczta@sporteum.pl
5–12.02.2022, 29.01–5.02.2022	Austria - Karyntia	Austria	Klub Narciarski SPORTEUM	22 614 87 44, 796 165 501	poczta@sporteum.pl
29.01.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
4–13.02.2022	Paganella	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
5.02.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
12–19.02.2022	Civetta - Zoldo Alto	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
21–25.02.2022, 14–18.02.2022	Chyrowa, Gogołów, Puławy	Inne	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl
18–27.02.2022	Eisacktal	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
18–26.02.2022	WŁOCHY - Passo Tonale & Ponte di Legno	Włochy	PowerSport	605 336 999	klub@powersport.com.pl
4–13.03.2022	Lungo	Austria	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
5.03.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
12–19.03.2022	Val Surses - Savognin	Szwajcaria	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
12.03.2022	Wisła	Beskid Śląski	ZABRZAŃSKA SZKOŁA NARCIARSKA SLALOM	608 168 031	zsn@slalom.com.pl
13–19.03.2022	Andalo	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
18–27.03.2022	Sella Ronda	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
18–26.03.2022	FRANCJA - Pra Loup	Francja	PowerSport	605 336 999	klub@powersport.com.pl
20–26.03.2022	Falcade	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
20–26.03.2022	Pinzolo	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
20–26.03.2022	San Martino di Castrozza	Włochy	DOLOMITY TOUR	32 259 82 03	dolomity@dolomity.com.pl
9–16.04.2022	Val Thorens	Francja	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
16–23.04.2022	Livigno	Włochy	SNOW WAY	503 194 516, 603 656 232	info@snow-way.pl
22–30.04.2022	FRANCJA - Les 2 Alpes lub Tignes	Francja	PowerSport	605 336 999	klub@powersport.com.pl
30.04–6.05.2022	Austria-Kaprun	Austria	Klub Narciarski SPORTEUM	22 614 87 44, 796 165 501	poczta@sporteum.pl
1–6.05.2022	Lodowiec Stubai	Austria	JUMBO	502 484 090	biuro@jumbosport.pl

Cennik 2021/2022

PROSIMY O DOKONYWANIE WPŁAT NA KONTO BANKOWE SITN PZN 58 1240 4650 1111 0000 5152 2902

JEDYNIE OPŁATY ZA SKŁADKI, LEGITYMACJE I INDEKSY MOGĄ BYĆ DOKONYWANE W BIURZE SITN.

SKŁADKA SITN			
1	pełna	**90**	
2	dla czł. Klubu Instr. SENIORÓW	**45**	
3	dla młodzieży (rocznik 1999 i młodsi w roku 2019; rocznik 2000 i młodsi w 2020)	**60**	do 20 roku życia
OPŁATY DLA SZKÓŁ NARCIARSKICH			
4	Licencja „A+B" + wpis do katalogu SN	**1000**	800 po udziale w akcji „Bezpiecznie na narty z Instruktorem PZN"
5	Licencja „A" + wpis do katalogu SN	**900**	750 po udziale w akcji „Bezpiecznie na narty z Instruktorem PZN"
6	Licencja „C" biegowa	**300**	dla szkół prowadzących wyłącznie działalność biegową
7	Opłata licencyjna uzupełniająca (kursy: KK, PI – za każdą osobę, która zdała egzamin po każdej części kursu oraz kwalifikacyjny biegowy)	**40**	
8	Zgłoszenie kursu kadrowego (zgłoszenie każdej części PI wynosi 70 zł)	**70**	
9	Zgłoszenie kursu kadrowego kwalifikacyjnego biegowego	**50**	
WYDAWNICTWA			
10	Indeks narciarza (szkolenie kadrowe na stopnie PZN)	**30**	
11	Program Nauczania Narciarstwa Zjazdowego PZN + płyta CD	**80**	120 zł dla osób spoza SITN

12	Program Nauczania Narciarstwa Biegowego PZN	**25**	30 zł dla osób spoza SITN
13	Program Nauczania Telemarku	**70**	90 zł dla osób spoza SITN
14	Program Nauczania Narciarstwa Zjazdowego Dzieci	**70**	100 zł dla osób spoza SITN
15	Od Ruady do Carvingu	**25**	
16	Bezpieczeństwo w górach	**25**	
17	Narciarstwo na poziomie – Ron LeMaster	**60**	
	SZKOLENIA		
18	Centralny Kurs Instruktora PZN – cz. techniczno-sportowa	**1400**	
19	Centralny Kurs Instruktora PZN – cz. metodyczna	**1400**	
20	Opłata za każdy dzień szkolenia na CKI	**200/dzień**	
21	Egzamin poprawkowy po CKI*	**250**	
22	Unifikacja	**350**	dla Klubu Instruktorów Seniorów 200 zł
23	Unifikacja dla IZ	**350**	
24	Część teoretyczna Centralnego Kursu Instruktora PZN	**650**	
25	Kurs lawinowy	**900**	w tym ubezpieczenie od podwyższonego ryzyka
26	Kurs skitourowy	**1100**	w tym ubezpieczenie od podwyższonego ryzyka
27	Kurs lawinowo-skitourowy	**1800**	w tym ubezpieczenie od podwyższonego ryzyka
28	Centralny kurs Instruktora Biegów PZN	**1000**	1200 zł dla osób spoza SITN
29	Kurs nartorolkowy	**400**	
30	Centralny Kurs Pomocnika Instruktora Telemarku PZN	**900**	
31	Centralny Kurs Instruktora Telemarku PZN	**900**	
32	Kurs freeride'owy	**1000**	w tym ubezpieczenie od podwyższonego ryzyka
33	Szkolenie sitnusiowe	**300**	

	LEGITYMACJE, ODZNAKI		
34	IVSI: Legitymacja IVSI	**130**	
35	IVSI: Legitymacja IVSI (dla kierowanych z SITS)	**180**	
36	IVSI: duplikat legitymacji IVSI	**100**	
37	IVSI: wymiana legitymacji na nową plastikową (od 2010 obowiązują wyłącznie legitymacje plastikowe)	**50**	
38	IVSI: Znaczek prolongujący IVSI	**70**	
39	IVSI: Znaczek prolongujący IVSI (dla członków SITS)	**170**	
40	IVSI: Odznaka duża IVSI	**50**	
41	IVSI: Odznaka mała IVSI	**30**	
42	ISIA: Legitymacja ISIA	**130**	
43	ISIA: duplikat legitymacji ISIA	**100**	
44	ISIA: znaczek prolongujący ISIA	**120**	
45	ISIA: Odznaka duża ISIA	**50**	
46	ISIA: Odznaka mała ISIA	**30**	
47	Legitymacja Demonstratora Szkolnego + odznaka	**30**	
48	Legitymacja Pomocnika Instruktora	**100**	
49	Legitymacja Instruktora SITN	**100**	
50	duplikat legitymacji Pomocnika Instruktora	**50**	
51	Legitymacja Instruktora PZN po AWF	**200**	
52	duplikat legitymacji Instruktora PZN	**100**	
53	Odznaka SITN, PI, I, IW (każda)	**30**	
54	Naszywka SITN, PZN lub prasowanka SITN,PZN	**25**	
55	Miniaturka odznaki SITN	**20**	
56	Legitymacja trenera SITN PZN	**100**	
57	Legitymacja Instruktora Biegów PZN	**100**	
58	Wydanie nowej legitymacji Instruktora PZN (wraz z odznaką) po CKI	**100**	
59	Wydanie nowej legitymacji po unifikacji	**50**	

ZAWODY, SPRAWDZIANY			
60	Zawody Regionalne (kwalifikacja na kurs PI)	**70**	
61	Opłata egzaminacyjna (Egzamin Regionalny dla PI)	**160**	
62	Sprawdzian na współczynniki dla IW oraz zgłoszonych przez SN instruktorów SITN PZN	**50**	
63	Mistrzostwa Demonstratorów PZN	**50**	
64	Zawody o Puchar Prezesa im. Z. Kuci	**50**	
65	59 MPI – Mistrzostwa Polski Instruktorów PZN:	**140**	JT – 70 zł oraz GS – 70 zł
66	a) telemark	**50**	
67	b) biegi	**50**	
SZKOLENIE SITNUSIOWE			
68	Odznaka pocieszenia Sitnusia	**10**	
69	Odznaka (gwiazda) Sitnusia	**20**	
70	Indeks Sitnusiowy	**15**	
71	Maskotka Sitnusia	**35**	
72	Wypożyczenie stroju Sitnusia na tydzień	**100**	

ROZPROWADZANE SĄ PRZEZ SZK
ZGODNIE Z ZAKRESEM
ICH DZIAŁALNOŚCI

PROSIMY O DOKONYWANIE WPŁAT
NA KONTO BANKOWE SITN PZN
58 1240 4650 1111 0000 5152 2902

JEDYNIE OPŁATY ZA SKŁADKI, LEGITYMACJE I INDEKSY MOGĄ BYĆ DOKONYWANE W BIURZE SITN.