Kraków 2024 | Egzemplarz bezpłatny | ISSN: 1732-4483

Informator

na sezon 2024/2025

Stowarzyszenie
Instruktorów i Trenerów
Narciarstwa PZN

ZAUFAJ PROFESJONALISTOM

Od wyboru kompetentnego instruktora może zależeć
BEZPIECZEŃSTWO Twoje lub Twoich bliskich

www.sitn.pl

Bezpiecznie na nartach z Instruktorem

POL-SKI INSTRUKTOR

Kraków 2024 | Egzemplarz bezpłatny | ISSN: 1732-4483

Informator

na sezon 2024/2025

Stowarzyszenie
Instruktorów i Trenerów
Narciarstwa PZN

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 2024/2025: Jarosław Brzoza, Piotr Jasieński, Ewa Krzyżaniak, Marek Matczyński, Szymon Słoma, Adobe Stock, Adrian Stykowski PZSN „Start", Tomasz Ustupski, Mikołaj Walczewski, Bartłomiej Zborowski PZSN „Start", Jacek Żaba oraz uczestnicy wydarzeń prezentowanych w bieżącym wydaniu Informatora.

© Copyright by Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN

Kraków 2024

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, PZN, INTERSKI, IVSI 11

Podsumowanie ubiegłego sezonu SITN 40

Komisja Egzaminacyjna, terminy ZR i ER 56

Artykuły – narciarstwo alpejskie 66

Artykuły – narciarstwo biegowe 84

Artykuły – narciarstwo telemarkowe 94

Klub Instruktorów Seniorów 112

O tych, co odeszli 120

Z kart historii polskiego narciarstwa 124

Licencjonowane Szkoły Narciarskie 135

Katalog szkół narciarskich 143

Oferta szkół narciarskich 159

Cennik SITN 2024/2025 173

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
Prezes SITN PZN: jacek.zaba@sitn.pl
Komisja Rewizyjna: komisja.rewizyjna@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:

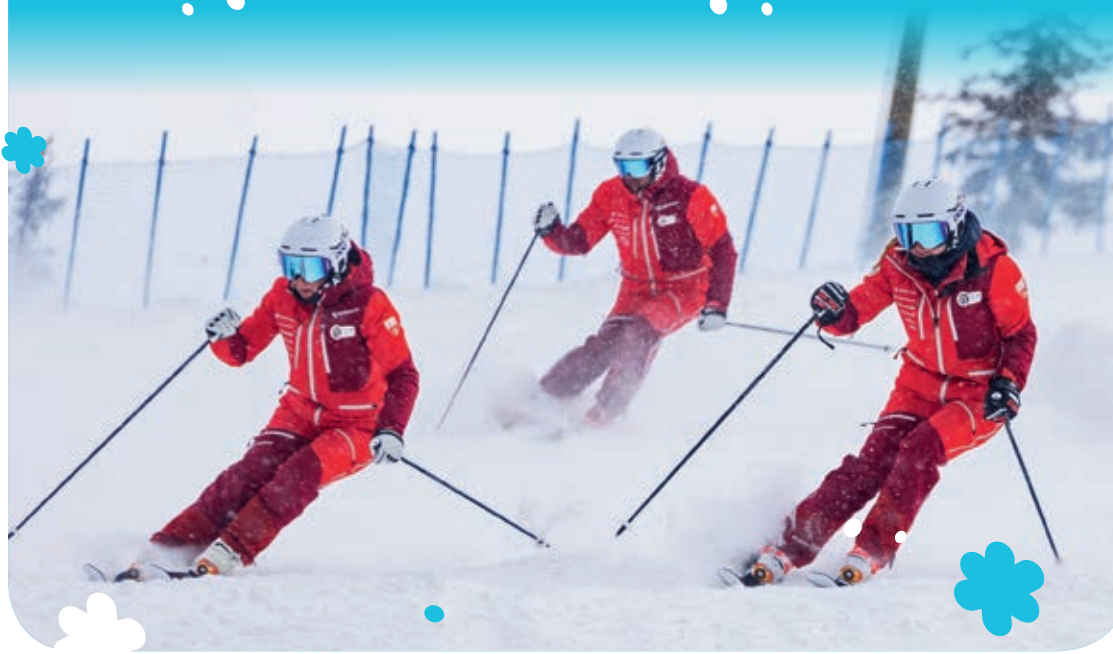
Ewa Mierzwa – dyrektor Biura SITN
Elżbieta Nowaczyńska
Kinga Wilk – gł. księgowa
Gabriela Gębica – księgowa

KONTO BANKOWE

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

PEWNY START DO NART!

POL-SKI
INSTRUKTOR



Kalendarz imprez SITN

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
2024			
Konferencja jesienna	12.10.2024	12.10.2024	Kraków
Kurs teoretyczny	15-17.11.2024 oraz 22-24.11.2024		on-line
Unifikacja	6.12.2024	8.12.2024	Białka Tatrzańska/A.Wysocki
Unifikacja	13.12.2024	15.12.2024	Szczyrk/ J.Żaba
Centralny Kurs Młodszego Instruktora	13.12.2024	19.12.2024	
Egzamin Kwalifikacyjny przed Kursem Biegowym	13.12.2024	13.12.2024	Zakopane/Kościelisko
Kurs na stopień Instruktora Biegów	13.12.2024	20.12.2024	Zakopane/Kościelisko
Unifikacja Instruktorów Biegow	17.12.2024	20.12.2024	Zakopane/Kościelisko
Unifikacja	20.12.2024	22.12.2024	Kluszkowce/M.Palik
Unifikacja	20.12.2024	22.12.2024	Sudety Zachodnie/W.Woźnica
Unifikacja IZ	20.12.2024	22.12.2024	Zakopane
Szkolenie sitnusiowe	21.12.2024	22.12.2024	Białka Tatrzańska/Litwinka
Warsztaty Komisji Egzaminacyjnej	23.12.2024	23.12.2024	Litwinka Grapa
Egzamin Kwalifikacyjny do Centralnego Kursu Pomocnika Instruktora Telemarku*	21.12.2024	21.12.2024	Jaworzyna Krynica/ Krynica Zdrój
2025			
Unifikacja	3.01.2025	5.01.2025	Sudety Wschodnie/ W.Bień
Unifikacja + MEN	4.01.2025	6.01.2025	Kluszkowce/Z.Podgórna
Egzamin selekcyjny do CKIZ	6.01.2025	6.01.2025	Zakopane
Technical CTT (GS) + ISIA Test (GS)	7.01.2025	9.01.2025	Jaworzyna Krynicka
Centralny Kurs Młodszego Instruktora	10.01.2025	16.01.2025	
CKI część techniczno-sportowa (kurs1)	10.01.2025	17.01.2025	Krynica
Unifikacja Klubu Instruktorów Seniorów	8.01.2025	10.01.2025	Białka Tatrzańska/E.Kaczmarek
Unifikacja	08.01.2025	10.01.2025	Wańkowa/ M. Barabasz
XX Zawody Klubu Instruktorów Seniorów	10.01.2025	10.01.2025	
Unifikacja Pomocnika Instruktora Telemarku oraz Instruktora Narciarstwa Telemarkowego	10.01.2025	12.01.2025	Jaworzyna Krynicka/ Krynicka Zdrój
Kurs lawinowy	10.01.2025	12.01.2025	Zakopane

RODZAJ KURSU	ROZPOCZĘCIE	ZAKOŃCZENIE	MIEJSCE
Ferie: kujawsko-pomorskie, lubuskie, małopolskie, świętokrzyskie, wielkopolskie	20.01.2025	2.02.2025	
Ferie: podlaskie, warmińsko-mazurskie	27.01.2025	9.02.2025	
Ferie: dolnośląskie, mazowieckie, opolskie, zachodniopomorskie	3.02.2025	16.02.2025	
Ferie: lubelskie, łódzkie, podkarpackie, pomorskie, śląskie	17.02.2025	2.03.2025	
Egzamin selekcyjny do CKIZ	2.03.2025	2.03.2025	Zakopane
Egzamin Kwalifikacyjny do Centralnego Kursu Pomocnika Instruktora Telemarku	3.03.2025	3.03.2025	Jaworzyna Krynicka/ Krynicka Zdrój
Kurs lawinowy	3.03.2025	5.03.2025	Zakopane
Centralny Kurs Pomocnika Instruktora Telemarku (cz.techniczno-metodyczna)	3.03.2025	9.03.2025	Jaworzyna Krynicka/ Krynica Zdrój
Centralny Kurs Pol-Ski Instruktor Telemarku (część metodyczno-sportowa)	3.03.2025	9.03.2025	Jaworzyna Krynicka/ Krynica Zdrój
Unifikacja	4.03.2025	6.03.2025	Zakopane/M.Młynarczyk
Mistrzostwa Polski Instruktorów Telemarku	9.03.2025	9.03.2025	Jaworzyna Krynicka/ Krynica Zdrój
Centralny Kurs Młodszego Instruktora	9.03.2025	15.03.2025	
CKI – część techniczno-sportowa (kurs 2)	9.03.2025	16.03.2025	Zakopane
Egzamin Kwalifikacyjny przed Kursem Biegowym	14.03.2025	14.03.2025	Jakuszyce
Kurs na stopień Instruktora Biegów	14.03.2025	21.03.2025	Jakuszyce
Unifikacja Instruktorów Biegów	18.03.2025	21.03.2025	Jakuszyce
Kursokonferencja IWiA	5.03.2025	6.03.2025	
Współczynniki, Puchar Prezesa im. Zbyszka Kuci	7.03.2025	7.03.2025	
62 Mistrzostwa Polski Instruktorów (Jazda Techniczna + GS), Mistrzostwa Szkół Narciarskich	8.03.2025	8.03.2025	ON Kotelnica Białczańska Białka Tatrzańska
Zawody Demonstratorów Szkolnych, zakończenie MPI	8.03.2025	8.03.2025	ON Kotelnica Białczańska Białka Tatrzańska
Kurs ustawiania slalomów	14.03.2025	17.03.2025	Litwinka/Białka
Centralny Kurs Instruktora Zawodowego	15.03.2025	22.03.2025	Stubai
Safety CTT	25.03.2025	27.03.2025	Zakopane+Chopok
CKI – część metodyczna	23.03.2025	30.03.2025	Zakopane
Unifikacja IZ	4.04.2025	6.04.2025	Zakopane
Kurs nartorolkowy	25.04.2025	27.04.2025	Kościelisko
Unifikacja Instruktorów Biegów na nartorolkach	25.04.2025	27.04.2025	Kościelisko

* Istnieje możliwość odbycia Egzaminu w innym terminie po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym poprzez Biuro SITN

Władze Stowarzyszenia

Zarząd
Prezes: Jacek Żaba
Wiceprezes ds. szkolenia: Wojciech Podgórny
Wiceprezes ds. rozwoju: Wojciech Woźnica
Sekretarz: Kamila Stypa
Członkowie: Marcin Krawczyński, Marek Matczyński, Andrzej Milewski, Maciej Młynarczyk, Artur Wysocki

Komisja Rewizyjna
Przewodniczący: Andrzej Wygoda
Zastępca przewodniczącego: Maciej Kwiatkowski
Sekretarz: Gustaw Duda
Członkowie: Piotr Tekiel, Wojciech Wardziak

Komisja Narciarstwa Alpejskiego
Przewodniczący: Marek Majerczyk
Członkowie: Kasper Leonowicz, Michał Niedziela, Tomasz Stelmach, Artur Wysocki

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

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

Komisja Narciarstwa Adaptowanego
Przewodniczący: Dominik Jonas
Członkowie: Beata Blachura, Jakub Dyda, Piotr Marek, Grzegorz Pomes, Jarosław Smajdor, Łukasz Szeliga, Wojciech Woźnica

Komisja Telemarku
Przewodniczący: Piotr Kapustianyk
Członkowie: Alicja Bujała, Sławomir Lassak, Maciej Młynarczyk, Józef Szot, Piotr Tekiel

Szef POL-SKI Demo Team: Artur Wysocki
Członkowie POL-SKI Demo Team: Anna Buczek, Jacek Gardoń, Bartłomiej Gąsienica-Józkowy, Mateusz Habrat, Kasper Leonowicz, Maria Leonowicz, Katarzyna Małysa-Sonik, Izabela Wysocka

Komisja Egzaminacyjna
Przewodniczący: Maciej Młynarczyk

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

Komisja Licencjonowanych Szkół Narciarskich
Przewodniczący: Andrzej Milewski
Zastępca przewodniczącego: Leszek Pilch
Członkowie: Anna Nowak, Marcin Piotrowski, Izabela Wysocka

Komisja Promocji i Marketingu
Przewodniczący: Marek Matczyński
Członkowie: Konrad Wełpa, Wojciech Wardziak, Artur Wysocki

Komisja ds. uznawania kwalifikacji:
Przewodniczący: Ludwik Żukowski
Członkowie: Katarzyna Górska, Piotr Tekiel, Wojciech Woźnica

Komisja Instruktorów Zawodowych
Przewodniczący: Grzegorz Dendys
Członkowie: Michał Dendys, Arkadiusz Heller, Marek Palik, Wojciech Woźnica

Przewodniczącemu
podlegają 2 podkomisje:
Podkomisja Lawinowa
Przewodniczący: Andrzej Marasek
Członkowie: Bartłomiej Gąsienica-Józkowy, Przemysław Pawlikowski
Podkomisja Ski-tourowa
Przewodniczący: Adam Marasek
Członkowie: Grzegorz Dendys, Bartłomiej Gąsienica-Józkowy

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

Komisja ds. Pracy Polskich Instruktorów za Granicą
Przewodniczący: Maciej Szpot
Wiceprzewodniczący: Piotr Tekiel
Członkowie: Marek Matczyński, Kamila Stypa

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

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

Klub Instruktorów Seniorów
Przewodnicząca: Elżbieta Kaczmarek
Sekretarz: Julian Jaworz-Dutka
Członkowie: Halina Nowak, Zuzanna Podgórna, Maria Stanisławska

Konsultant ds. Finansowych i Sprawozdawczości: Sebastian Pająk

Pełnomocnik ds. zawierania umów z Członkami Zarządu: Gustaw Duda

Pełnomocnik Zarządu ds. wdrażania kwalifikacji do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji: prof. Marcin Krawczyński

Pełnomocnik Zarządu ds. Współpracy z Komendą Główną Policji:
Maciej Kwiatkowski

Pełnomocnik Zarządu ds. Szkolenia Służb Mundurowych: Artur Wysocki

Pełnomocnik Zarządu ds. Współpracy z Regionem Trentino: Maciej Kwiatkowski

Koordynator kształcenia ustawicznego Instruktorów Wykładowców PZN: Krzysztof Zięba

ZAPRASZAMY NA 62 MISTRZOSTWA POLSKI INSTRUKTORÓW

POL-SKI INSTRUKTOR

MISTRZOSTWA LICENCJONOWANYCH SZKÓŁ NARCIARSKICH

ZAWODY DEMONSTRATORÓW SZKOLNYCH

KOTELNICA BIAŁCZAŃSKA

08.03.2025
ON KOTELNICA BIAŁCZAŃSKA
BIAŁKA TATRZAŃSKA

Koleżanki i Koledzy,

Za nami pierwszy sezon obowiązywania w naszym środowisku nowych tytułów instruktorskich tworzących grupę stopni POL-SKI. Wbrew pesymistycznym zapowiedziom części osób, nie zmalało zainteresowanie stopniami nadawanymi przez SITN. Rekord został pobity w liczbie absolwentów kursów kwalifikacyjnych. Zarówno w grupie Demonstratorów Szkolnych, jak i Pomocników Instruktora powracamy do „stanów wysokich" sprzed pandemii koronawirusa. Artykuł na ten temat piórem Przewodniczącego KLSN **Andrzeja Milewskiego** (wraz z wykresami) zamieszczamy wewnątrz Informatora w dziale Licencjonowanych Szkół Narciarskich.

Niestety, wiele naszych planów pokrzyżował słaby pod względem śniegowym sezon zimowy. Byliśmy zmuszeni odwołać część centralnych imprez SITN z Mistrzostwami Polski Instruktorów na czele.

Również wbrew łatwo wygłaszanym opiniom o „rozwodzie" z Polskim Związkiem Narciarskim i negatywnych dla SITN konsekwencjach tego wydarzenia, współpraca z PZN trwa i to na coraz szerszym polu naszych wspólnych możliwości. Po raz pierwszy w historii na łamach Informatora Prezesi PZN oraz SITN wspólnie zwracają się do instruktorów, trenerów, egzaminatorów, sędziów, zawodników, działaczy narciarskich. Współpracujemy i nadal będziemy współpracować wszędzie tam, gdzie będzie to przydatne dla rozwoju polskiego narciarstwa. Jeszcze wcześniej, bo w sierpniu br. podpisałem wraz z Prezesem PZN **Adamem Małyszem** List Intencyjny dotyczący współpracy na rzecz środowiska instruktorów i trenerów narciarstwa.

Przed nowym sezonem zaszło kilka zmian personalnych w naszych strukturach organizacyjnych. Kol. **Katarzyna Górska** zrezygnowała z pełnienia funkcji członka Zarządu SITN oraz Przewodniczącej Komisji Narciarstwa Alpejskiego. W tym miejscu dziękuję bardzo Kasi za jej kilkuletni wkład pracy w działania zarówno Zarządu, jak i pionu szkolenia. Nowym Przewodniczącym KNA został Kol. **Marek Majerczyk** – bardzo lubiany w naszym środowisku i ceniony za styl działania Instruktor Wykładowca, bardzo pracowity, odpowiedzialny, aktywny szkoleniowo w prowadzeniu kursów kadrowych. Udziela się w TOPR, gdzie poznał sprawdzone zależności i prawidłowości pracy zespołowej.

Na dalszych stronach opisujemy dokładniej kolejną zmianę personalną – po 6 latach przewodniczenia Komisji Egzaminacyjnej, Kol. **Krzysztof Horecki** doszedł do wniosku, że teraz właśnie nadszedł ten czas, „żeby ze sceny zejść". Zarząd powołał na Przewodniczącego KE Kol. **Macieja Młynarczyka**. Podziękowania i życzenia zamieszczamy wewnątrz Informatora.

W związku z rysującą się perspektywą ponownego prowadzenia przez SITN szkoleń dla służb mundurowych, w tym dla Policji, Wojska Polskiego, poszczególnych grup GOPR, Zarząd powołał na Pełnomocnika ds. Szkolenia Służb Mundurowych członka Zarządu **Artura Wysockiego**. Dziękuję dotychczasowemu Pełnomocnikowi Kol. **Markowi Palikowi** za ogrom pracy włożonej w rozwój współpracy SITN oraz Policji. Kontaktami z Komendą Główną Policji nadal owocnie zajmuje się Kol. **Maciej Kwiatkowski**. SITN proponuje w szkoleniu służb mundurowych mocniejsze zaakcentowanie doskonalenia techniki jazdy. Kursy na stopnie instruktorskie miałyby charakter wtórny i byłyby przeznaczone dla „najlepszych z najlepszych".

U progu nowego sezonu życzę całej naszej społeczności instruktorskiej sukcesów i spełnienia zamierzeń, zarówno zawodowych, jak i prywatnych.

Jacek Żaba
Prezes SITN PZN

Seminarium Instruktorów SITN oraz Trenerów PZN

„Wybrane elementy psychologii w pracy instruktora i trenera sportów śnieżnych”

– wydarzenie on-line 24.10.2024 godz. 18:00-20:30

Program:

- **Otwarcie konferencji** – Prezes SITN Jacek Żaba, Sekretarz Generalny PZN dr Tomasz Grzywacz
- **Nadużycia psychiczne i fizyczne w sporcie – jak rozpoznawać i reagować** – dr Milena Lachowicz (AWFiS Gdańsk)
- **Metoda wyobrażeniowej analizy działania w nauczaniu techniki** – mgr Dariusz Nowicki (Akademia Ateneum w Gdańsku)
- **Zasady efektywnego uczenia się w zawodzie instruktora sportów śnieżnych** – dr hab. Marcin Krawczyński, prof. AWFiS (AWFiS Gdańsk)
- **Sesja Q&A**

Drodzy Przyjaciele Trenerzy i Instruktorzy

Nowy sezon narciarski 2024/2025 zbliża się wielkimi krokami. Polski Związek Narciarski oraz Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa w poczuciu odpowiedzialności za stały rozwój sportów śnieżnych, czerpiąc z doświadczeń wieloletniej współpracy i opierając się na wspólnej ponad 100-letniej tradycji i historii środowisk zawodniczego, trenerskiego i instruktorskiego, potwierdzają i deklarują chęć dalszej współpracy, choć jak już zauważyliście, na warunkach nieco innych niż dotychczas.

Kontynuując proces rozgraniczenia szeroko pojętego środowiska szkolno-instruktorskiego od środowiska trenersko-zawodniczego, nie zapominamy o wspólnych korzeniach czy historii. SITN pozostaje kontynuatorem dokonań własnych od roku 1989, a także wcześniejszych dziesięcioleci istnienia pod postacią Wydziału Narciarstwa Masowego PZN. Związek natomiast, tak jak czynił to od roku 1919, skupiać się będzie głównie na szkoleniu sportowym zawodników, przygotowaniu kadry trenerskiej czy organizacji zawodów. Widzimy w tym jednak także i wspólne obszary, bardzo ściśle się przenikające. Razem możemy rozwijać koncepcje organizacyjne i naukowe, edukacyjne i szkoleniowe, nie tylko w obszarach samego narciarstwa, ale i także w dziedzinach pokrewnych, podkreślając jednak wyraźnie, iż każda ze stron posiada swój własny system kompetencji.

Jako Prezesi współpracujących ze sobą organizacji zdajemy sobie sprawę, jaki ogromny bagaż emocji przyniosły decyzje ostatnich sezonów. Pomysł rozdzielenia środowisk instruktorskiego i trenersko-sportowego nie jest nowy, ani też nie jest to tylko nasz – polski wymysł. Tego typu rozwiązania funkcjonują w wielu krajach o znacznie bogatszych tradycjach narciarskich. Co więcej, narciarstwo powszechne jest w wielu z nich dużo bardziej uregulowane prawnie niż sport kwalifikowany czy wyczynowy. Tak też jest na najwyższym szczeblu – osobno działa FIS, osobno INTERSKI. Mimo to istnieje ścisła współpraca między tymi środowiskami na bardzo wielu poziomach i w wielu obszarach, bezpośrednio lub pośrednio powiązanych z narciarstwem. Taki model współpracy chcemy także zachować między PZN a SITN.

Pragniemy w tym miejscu nieco uspokoić nasze narciarskie środowisko. Żadnych stopni instruktorskich, które zostały nadane w imieniu PZN, nikt nikomu nie odbiera i odbierać nie zamierza. Są one często symbolem rzetelnego wyszkolenia, wysokiego poziomu wiedzy i umiejętności narciarskich i chcemy wszyscy, aby takimi pozostały. Jednak nowa sytuacja i nowe akcenty współpracy pomiędzy PZN oraz SITN, spowodowały nie tylko zmiany organizacyjne, ale przede wszystkim wizerunkowe. Symbol graficzny PZN został przypisany do obszaru sportu i kwalifikacji trenerskich, a nowe symbole POL-SKI instruktorów, są na tyle czytelne, zrozumiałe i wprost nawiązujące do polskiego narciarstwa, iż mają dużą szansą stać się „silną marką" równie mocno wpisującą się w symbolikę jakości, co dawniej „blacha Instruktora PZN".

W tym roku obie organizacje podpisały instytucjonalny list intencyjny o współpracy chcąc dalej wykorzystywać wspólne doświadczenia ponad 100-letniej tradycji narciarskiej. Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa dalej pozostaje częścią wielkiej rodziny organizacji skupionych przy Polskim Związku Narciarskim.

U progu nowego sezonu życzymy całej braci trenerów, zawodników, instruktorów, sędziów, egzaminatorów, działaczy jak największych sukcesów, zadowolenia i spełnienia w pracy oraz szczęścia i radości w życiu osobistym. I niech ta zima będzie bardziej śnieżna niż ostatnia.

Jacek Żaba
Prezes SITN PZN

Adam Małysz
Prezes PZN

AZS WARSZAWA

Akademicki Związek Sportowy Warszawa zaprasza studentów, pracowników uczelni wyższych oraz instruktorów i kandydatów na nich do wspólnej rywalizacji podczas zawodów AZS Winter Cup oraz Akademickich Mistrzostw Polski w narciarstwie alpejskim.

Akademicki Puchar Polski w narciarstwie alpejskim to pięć eliminacji, wielki finał oraz slalom równoległy i team event. Wszystko w myśl hasła

ATMOSFERA, ZABAWA, SPORT

Zawody odbywają się na najlepszych stokach z Polsce i dobrze przygotowanych trasach.

AZS Warszawa, wintercup@azs.pl, tel. 22 827-28-63 WINTERCUP.PL AZS.WAW.PL/AMPNARTY

Wszystko zakończą Akademickie Mistrzostwa Polski w narciarstwie alpejskim czyli święto narciarstwa akademickiego, które rok rocznie odbywa się na stoku Harenda w Zakopanem gromadząc ponad 400 narciarek i narciarzy z całej Polski.

Rozpoczęcie współpracy ze Stowarzyszeniem Instruktorów i Trenerów Narciarstwa oznacza większą dostępność do sprawdzianów sportowych w slalomie gigancie. Sprawdź termin i zarezerwuj datę.

TERMINY

Akademickich Puchar Polski - AZS Winter Cup:

20.12.2024 - I eliminacje - Harenda (Zakopane)
10.01.2025 - II eliminacje - RyterSki (Rytro)
24.01.2025 - III eliminacje - Mosorny Groń (Zawoja)
07.02.2025 - IV eliminacje - Jurgów
21.02.2025 - V eliminacje - Jaworzyna (Krynica)
28.02.2025 - Finał - Palenica (Szczawnica)
03.03.2025 - Równoległy - Harenda (Zakopane)
03.03.2025 - Team Event - Harenda (Zakopane)

3-6.03.2025 - AMP w narciarstwie alpejskim - Harenda

AKADEMICKIE MISTRZOSTWA POLSKI

Akademicki Związek Sportowy

Współpraca w kształtowaniu nowego porządku

Wielkimi krokami wkraczamy w kolejny sezon zimowy 2024/25. Czas biegnie strasznie szybko, wręcz niepostrzeżenie. To już ponad dwa lata, jak w czerwcu 2022 r. w Polskim Związku Narciarskim nastąpiła zmiana warty, a miejsce ustępującego z funkcji prezesa **Apoloniusza Tajnera** zajął **Adam Małysz**. Niedługo potem, we wrześniu, nową kadencję – ale z dotychczasowym prezesem **Jackiem Żabą** – rozpoczął zarząd Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa Polskiego Związku Narciarskiego. Wówczas jeszcze obie organizacje łączyła ścisła współpraca i obowiązująca umowa o współpracy, która z czasem wygasła i nie została przedłużona w dotychczasowej formie. Nie znaczy to jednak, że oba środowiska nie pracują wspólnie nad nowym porozumieniem oraz doprecyzowaniem zakresów odpowiedzialności i kompetencji.

Obecnie obie organizacje dalej realizują stojące przed nimi cele szkoleniowe (choć nieco wyodrębnione) rękoma profesjonalistów: trenerów i instruktorów. Od powstania PZN w 1919 r. – także po 1989 r., kiedy SITN wydzieliło się ze struktur Związku – środowiska zajmujące się narciarstwem wyczynowym i powszechnym skutecznie przenikały się wzajemnie i wciąż tak robią. Nie jest rzadkością realizowanie działań komercyjnych przez trenerów ani dołączanie do kadr szkoleniowych klubów sportowych przez instruktorów. Wiele czynników miało wpływ na wzajemne relacje między instruktorami i trenerami oraz ich pozycją na rynku pracy w Polsce. Wielu z nas wybierało swoje własne drogi czy ścieżki zainteresowań i kariery. Wśród wielu czynników mających na to wpływ był jednak jeden, najważniejszy, jednoznacznie dominujący, który niestety znacząco negatywnie przyczynił się do postrzegania zawodu instruktora czy trenera, czyli deregulacja zawodów związanych ze sportem i rekreacją. Dopiero teraz widać wyraźnie jak wielką krzywdę wyrządziło to całemu środowisku sportowemu, minimalizując wymogi jakości kształcenia przyszłych kadr kultury fizycznej i sportu, a w wielu przypadkach wręcz znosząc je zupełnie. Na szczęście środowisko narciarskie od samego początku stawiało temu opór, trzymając się wcześniej wytyczonych standardów (zarówno w kształceniu instruktorów, jak i trenerów). Mam tu oczywiście na myśli środowiska bezpośrednio powiązane z PZN czy SITN. Tak czy inaczej po latach deregulacji coraz częściej słychać wyraźny głos środowiska o potrzebie ponownej regulacji zawodu trenera czy instruktora i przywróceniu tym zawodom odpowiedniej pozycji rynkowej, za którą idzie wysoka jakość i profesjonalizacja usług.

Od wyboru nowych władz PZN i SITN oraz czasów intensyfikacji rządowego procesu wdrażania nowoczesnego systemu potwierdzania kwalifikacji zawodowych (także w sporcie) rozpoczął się nowy etap decyzyjny w PZN i SITN. Jedna i druga instytucja chce ukształtować nowy porządek w kształceniu oraz certyfikowaniu trenerów i instruktorów zgodnie z potrzebami związku oraz narciarstwa powszechnego, a także czytelnie zaprogramować relacje między drabinkami kwalifikacji trenerskich i instruktorskich. Tym samym obie organizacje opisują i wdrażają do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji (ZSK) / Polskiej Ramy Kwalifikacji (PRK) kolejne kwalifikacje zarówno instruktorskie, jak i trenerskie, wykazując przy tym dobrą wolę dalszej współpracy choćby poprzez

wzajemne uczestnictwo swoich przedstawicieli w tym procesie.

Należy tu jednak wyraźnie podkreślić, iż poprzez decyzje zarządów i wygaśnięcie poprzedniej umowy regulującej relacje obu podmiotów, w obecnej chwili następuje wyraźne rozgraniczenie narciarstwa powszechnego (w tym kwalifikacji instruktorskich i procesu nauczania narciarstwa, które kompetencyjnie delegowane zostało do SITN) od sportu kwalifikowanego i wyczynowego (w tym kwalifikacje trenerskie, szkolenie i udział w rywalizacji sportowej dzieci, młodzieży i dorosłych, które kompetencyjnie pozostawiono w PZN). W wyniku tego obie drabinki kwalifikacji i kariery zawodowej w wymienionych wyżej obszarach stają się równoległe (z możliwością tzw. szybkiej ścieżki walidacyjnej, przewidującej uzyskanie porównywalnych kompetencji instruktorskich/trenerskich na odpowiednim poziomie PRK, po uzupełnieniu różnic w efektach kształcenia opisanych przez poszczególne organizacje w swoich kwalifikacjach).

Optymistycznie patrząc w przyszłość przedstawiciele zarówno PZN jak i SITN liczą, że po zakończeniu najbliższego sezonu narciarskiego będą gotowi do zaimplementowania w Polsce jednolitego systemu certyfikacji, który powinien zacząć obowiązywać w sezonie 2025/2026.

Pozostałe filary nowego porządku (obok wspomnianego systemu) stawiane są już dzisiaj. Stowarzyszenie wprowadziło nową nazwę własną dla nadawanych kwalifikacji – swoisty szyld, pod którym działać będą instruktorzy narciarstwa alpejskiego, biegowego i telemarku: POL-SKI INSTRUKTOR. Kadry te kształcić się będą w nowo powstałej Polskiej Akademii Sportów Śnieżnych (PASS). Wraz z zakończeniem sezonu 2024/2025 SITN nabędzie prawo do przyznawania ISIA Card – najwyższych kwalifikacji nauczania narciarstwa alpejskiego rozpoznawanych w 40 państwach świata.

PZN z kolei jest w okresie wdrażania nowego regulaminu licencyjnego, którego ostateczny tekst jednolity zatwierdziły Zarząd i Prezydium PZN na swoich posiedzeniach w lipcu i sierpniu 2023 r.*. Nowe wytyczne mają pomóc związkowi w uregulowaniu kompetencji i kwalifikacji trenerskich oraz przełożenie ich na udzielane licencje trenerskie i klubowe. Regulamin ten przewiduje także konieczność ustawicznego doszkalania trenerów (niezależnie od poziomu posiadanych przez nich kwalifikacji/uprawnień trenerskich) w czym oczywiście PZN deklaruje swoją pomoc poprzez organizowanie różnych szkoleń czy warsztatów oraz posezonowych kursokonferencji licencyjnych w ramach działalności powołanej w 2023 roku „Akademii Trenerów PZN". W ten sposób związek chce podnieść i uaktualnić poziom wykształcenia kadry szkoleniowej działającej w obszarze sportu. Chce także położyć większy nacisk na kształcenie nie tylko w obszarze wiedzy czy umiejętności czysto specjalistycznych (trenerskich), ale także w obszarze szeroko pojętych kompetencji społecznych, poprawiających warsztat szkoleniowy w obszarze, komunikacji, zarządzania zespołem czy radzenia sobie ze stresem. Władze związku zauważyły, że deregulacja zawodu trenera znacząco obniżyła krajowe standardy w tym obszarze i czas wrócić do ich podwyższenia.

Kolejnym wspólnym problemem obu organizacji jest zaszłość z ery pre-deregulacyjnej jaką jest koncept uprawnień *„instruktora sportu"* oraz *„trenera sportu"*, wobec których uwolnienie tych zawodów zredukowało wymagania zaledwie do trzech punktów: pełnoletności, ukończenia szkoły średniej oraz niekaralności. Odpowiedzialność za weryfikację kompetencji instruktorów i trenerów ustawodawca przesunął na pracodawców i właściwe związki sportowe. Na rynku pojawiło się wiele podmiotów oferujących kursy *instruktora sportu* w narciarstwie czy snowboardzie bazując na przyzwyczajeniu środowiska sportowego do standardu sprzed 2010 r., który był realizowany przede wszystkim przez akademie wychowania fizycznego. Rzecz w tym, że dziś żaden uniwersalny standard kształcenia nie obowiązuje, dlatego książeczkowe i plastikowe legitymacje *instruktora sportu* wydawane przez różnorakie placówki oferujące na wolnym rynku swoje kursy także w wariancie 100% online, mają niemożliwą do potwierdzenia wiarygodność jakości procesu edukacyjnego oraz walidacyjnego.

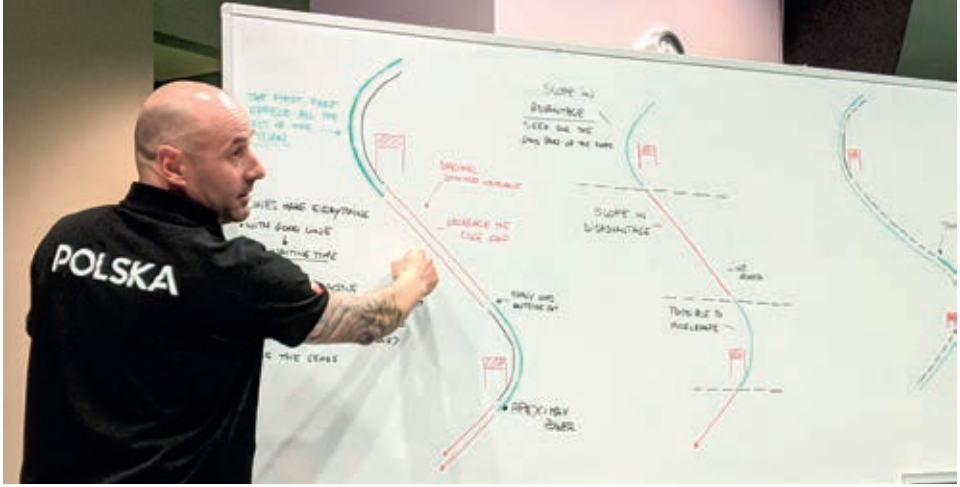
Mając na uwadze dobro całego środowiska chcielibyśmy raz na zawsze rozwiązać ten problem, gdyż jest on często wykorzystywany przez wolny rynek jako łatwa i prosta ścieżka zdobywania uprawnień bez odpowiedniego poziomu zdobytych kompetencji, co czasami nosi znamiona poważnych nadużyć czy wręcz patologii.

PZN chce przy tej okazji wyraźnie zaznaczyć, iż od poprzedniego sezonu z nomenklatury trenerskiej definitywnie wypadło uprawnienie „instruktora". Tym samym nie będzie już ono podlegało licencjonowaniu w systemie regulacyjnym związku. Dla wszystkich tych, którzy posiadają takie uprawnienia i byli wcześniej licencjonowani jako „Instruktorzy PZN" oraz dla wszystkich tych, którzy do 30 czerwca 2023 r. zdobyli uprawnienia *„instruktora sportu"* i chcą rzeczywiście prowadzić swoją działalność szkoleniową w obszarze sportu kwalifikowanego i wyczynowego, PZN przewidział ścieżkę przejściową w postaci złożenia wniosku (już od zeszłego sezonu) o przyznanie awansem licencji „Trenera Asystenta PZN", której ważność ustalono na dwa pełne sezony, w których to posiadacz takiej licencji ma czas na uzupełnienie swojego wykształcenia i podniesienia go do kwalifikacji trenerskich. Przepisy przejściowe były ważne tylko i wyłącznie w sezonie 2023/2024, po nim nowy system szkoleniowy jak i regulamin licencyjny PZN wchodzi w pełnym brzmieniu i bezwarunkowo, co oznacza konieczność przejścia na pełne uprawnienia trenerskie po ukończonym kursie zgodnym ze standardami opisanymi w kwalifikacjach ZSK/PRK. Tym samym w nowy sezon 2024/25 wchodzimy z nowymi standardami kwalifikacji trenerskich i nowymi podziałami kompetencji. Pragniemy przy tym podkreślić, iż podziały te dotyczą tylko i wyłącznie systematyki poszczególnych uprawnień i obszarów działalności trenerów czy instruktorów, a nie samego środowiska. To bowiem dalej współdziała i będzie pracować nad podniesieniem jakości kształcenia nowych kadr szkoleniowych w narciarstwie, gdzie nadrzędnym celem powinno być podwyższenie efektywności szkolenia przy zachowaniu maksimum bezpieczeństwa.

Na potwierdzenie dalszej chęci współpracy obie organizacje (PZN i SITN) podpisały w tym roku list intencyjny, definiujący wspólne obszary działań, problemy do rozwiązania, ale i szanse na owocną współpracę teraz i w dalekiej przyszłości.

dr Tomasz Grzywacz
Sekretarz Generalny PZN

* Regulamin Licencyjny PZN oraz wzory załączników nr 1, 2, 3, 4, 5, 6 i 7 zostały przyjęte uchwałą Zarządu PZN nr U/13/Z/12/23 na posiedzeniu dnia 12.07.2023 r. oraz finalna wersja po ostatecznych poprawkach uchwałą Prezydium PZN nr U/11/P/15/23 na posiedzeniu dnia 21.08.2023 r.



Integracja obu środowisk

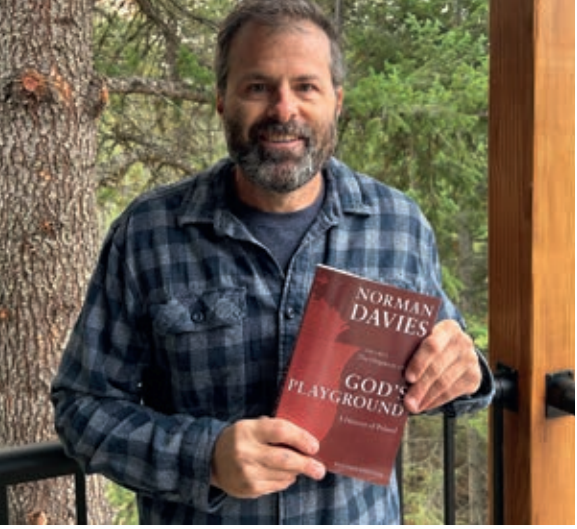
Tego, jak ważna jest integracja środowiska trenerów i instruktorów, nie dowodzą deklaracje i zapewnienia oficjeli. O tym, jak wartościowe jest to, że światy trenerski i instruktorski czerpią z siebie wzajemnie, podczas konferencji trenerów narciarstwa alpejskiego PZN 24 kwietnia 2024 r. w zakopiańskim COS-ie wspomniał trener młodzieżowej kadry narodowej PZN **Matteo Baldissarutti**:

„Dzięki kursowi instruktorskiemu znacznie lepiej zrozumiałem swoje ciało, w tym moją pozycję na stoku. Czułem się bardziej związany z samym sobą. Myślę, że jeśli pracujesz z tego rodzaju progresją, możesz pomóc młodym sportowcom stać się bardziej świadomymi swoich ruchów ciała, ich koordynacji i przyjmowanej pozycji.

Kiedy mówimy o podstawach, jest to kluczowe. U sportowców na wysokim poziomie można zobaczyć, kto ma podstawy, a kto nie. Niektórzy są szybcy, ale ich technika jest mocno nieuporządkowana, chaotyczna. Często tkwią w złych pozycjach i nie wiedzą, jak prawidłowo jeździć na nartach poza bramkami. Czasami nagrywam ich w jeździe zadaniowej i zdarza się, że nie mogę wykorzystywać wszystkich filmów do wideoanalizy, bo tak wiele rzeczy się nie zgadza. Dlatego sugeruję skupienie się na progresji, szczególnie w młodym wieku. Zacznij wcześnie, naucz ich czuć swoje ciało i ruchy".

W gronie uczestników i prelegentów konferencji spotkać można było wielu instruktorów, instruktorów zawodowych i wykładowców SITN. O stresie psychologicznym w pracy trenera mówił prof. AWFiS w Gdańsku **Marcin Krawczyński**, członek Zarządu SITN.

Sekretarz generalny PZN Tomasz Grzywacz, Trener Młodzieżowej Kadry Narodowej PZN Matteo Baldissarutti oraz sztab trenerski Kadry Narodowej Osób Niesłyszących: IZ Sławomir Lassak i IW Jarosław Smajdor



Drodzy Członkowie Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa,

Było mi bardzo miło spotkać wielu z Was podczas Kongresu INTERSKI w Levi w 2023 roku. Polski zespół wykonał wyjątkową robotę godnie reprezentując Polskę i ducha INTERSKI. Na temat polskich warsztatów i wykładów padło wiele wspaniałych komentarzy. Łatwo było zauważyć, że polski zespół dobrze się bawił, dzieląc się swoją wiedzą i pasją ze światem. Jako członkowie SITN powinniście być bardzo dumni ze swojego Demo Teamu!

Po INTERSKI 2023 poświęciłem trochę czasu, aby dowiedzieć się więcej o Polsce, ponieważ tak naprawdę nie wiedziałem zbyt wiele o historii i kulturze tak ważnego kraju. Wiedziałem, że Polska podekscytowała świat instruktorów narciarstwa w 1959 roku, kiedy gościła Kongres INTERSKI w Zakopanem, ale chciałem dowiedzieć się więcej o Waszym narodzie i ludziach go tworzących. Tego lata czytałem książkę *Poland: God's Playground* Normana Daviesa [Boże Igrzysko. Historia Polski; Wyd. ZNAK, Kraków 2013]. Pomogła mi ona docenić siłę, kulturę i ducha, które nadają Polakom tak wyjątkową tożsamość. Niewiele narodów tak ciężko walczyło o zachowanie swojej tożsamości. Myśląc wstecz, wierzę, że ta siła ducha ujawniła się w INTERSKI 2023 i jestem niezwykle podekscytowany, że zobaczę ją ponownie w INTERSKI 2027, chyba że uda mi się wcześniej odwiedzić Polskę!

W ostatnim 10-leciu świat stanął w obliczu ogromnych trudności, które trwają do dziś. Sporty śnieżne dają nam społeczność i wytchnienie od wyzwań świata zewnętrznego. Praca instruktorów jest kluczem do pomocy ludziom w budowaniu pewności siebie, radości i poczucia wspólnoty, które mogą pochodzić z głębszej relacji z górami i śniegiem. To połączenie z naturą i spokój, jaki przynosi, jest dziś ważniejszy niż kiedykolwiek wcześniej. Z niecierpliwością czekamy na nasze następne spotkanie w 2027 roku i mamy nadzieję, że nasza społeczność sportów zimowych znów będzie mogła się zjednoczyć po zakończeniu wojny w Ukrainie i powrocie tego ważnego członka naszej rodziny INTERSKI.

Jak zapewne wiecie, Stany Zjednoczone będą gospodarzem Kongresu INTERSKI w 2027 roku. Jestem tym niezwykle podekscytowany, ponieważ jest to moja ojczyzna i nie byliśmy gospodarzami kongresu INTERSKI od czasu, gdy odbył się on w Aspen w 1968 roku. *Professional Ski Instructors of America-American Association of Snowboard*

Instructors (PSIA-AASI) i Vail, Kolorado już nie mogą się doczekać, aby przyjąć gości z całego świata, co z pewnością będzie historycznym i przełomowym wydarzeniem. We współpracy z INTERSKI mamy nadzieję wykorzystać ten kolejny kongres do budowania na sukcesach FNASI (*Finnish National Association of Snowsport Instructors*) i Levi w Finlandii w 2023 roku, z jeszcze lepszą komunikacją, organizacją, wykorzystaniem technologii i skupieniem się na wadze *leadershipu*, jaki instruktorzy odgrywają w rozwijaniu naszego sportu dla wszystkich ludzi na całym świecie. Nie chcę psuć niespodzianki (a wiele jest jeszcze planowane), ale w najbliższych latach będziemy mieli Wam jeszcze wiele więcej do przekazania. Z niecierpliwością czekamy również na podzielenie się niektórymi z nich podczas zbliżającego się Zgromadzenia Ogólnego INTERSKI w kwietniu 2025 roku.

Na koniec chciałbym podziękować za Waszą pasję do sportów zimowych i zaangażowanie w dzielenie się nią z innymi. Potrzebujemy więcej radości na tym świecie, a niewiele jest doświadczeń bardziej radosnych niż ślizganie się po puchu z dobrymi przyjaciółmi. To właśnie pasja do śniegu i zaangażowanie w naukę i dzielenie się, jest rdzeniem ducha Interski. Ten duch jest żywy w SITN i w Was wszystkich. Nie mogę się doczekać, aby wkrótce znów się nim z wami podzielić.

Życzę wspaniałego sezonu zimowego. Niech wasze dni będą wypełnione radosnymi doświadczeniami i miękkim śniegiem.

Z instruktorskim pozdrowieniem
Eric Sheckleton
Prezydent INTERSKI International

Drogie Instruktorki i Instruktorzy zrzeszeni w SITN,

Legitymacja członkowska ISIA nr 2 nadana J. Kaliskiemu

Korzystając z gościnnych łamów naszego corocznego Informatora piszę do Was, chcąc się podzielić z Wami swoimi wspomnieniami dotyczącymi naszych początków i wnioskami wynikającymi z mojej własnej oceny aktualnej sytuacji w SITN.

Tworząc naszą organizację w 1990 roku, razem z **Kazimierzem Masłowskim** (Boss), **Zbyszkiem Kucią** i przy prawnej pomocy **Wojtka Gajewicza** oraz parunastu najbardziej doświadczonych instruktorek i instruktorów, postawiliśmy sobie cel, aby nowa organizacja, mając oparcie w aktywnym od 1919 roku PZN, liczącym się na całym świecie, doprowadzić do takiego samego umocowania i uznania naszej organizacji w światowych organizacjach: IVSI, ISIA i INTERSKI. Początek był oczywiście w IVSI. K. Masłowski stwierdził, że aby to zrealizować musimy mieć swojego przedstawiciela w prezydium IVSI. Zostałem wybrany na v-ce prezesa SITN ds. kontaktów międzynarodowych. Mając na uwadze, że mogłem się porozumiewać w trzech językach /ang., niem. i francuski/, znacznie ułatwiało to zadanie, i tak na kongresie INTERSKI w St. Anton zostałem dzięki temu, że Polska była „na fali" (**Lech Wałęsa**!), wybrany do nowego prezydium IVSI razem z **Kurtem Kreismeyerem**, **Fritzem Maresem**, **Tsumi Fukuoka**, **Ursem Rydigerem**. Tak zaczęła się „krucjata" SITN w wielkim świecie narciarstwa, pomimo tego, że nie byliśmy orłami alpejskimi. Nasz intensywny udział w pracach IVSI trwa do dnia dzisiejszego. Jestem jedynym członkiem ówczesnego prezydium IVSI, który jest bez przerwy w prezydium od 1991, więc zupełnie obiektywnie coś to znaczy.

Posiedzenie Prezydium INTERSKI w Livigno

W tamtym okresie współpraca pomiędzy prezydium SITN i IVSI była wzorcowa, a SITN jako organizacja zaczął się liczyć w świecie instruktorskim. Potem zapraszaliśmy wszystkich na Kongres IVSI w Zakopanem, no i w końcu się udało – w 2001 roku zorganizowaliśmy ten Kongres, który był sukcesem **Ludwika Żukowskiego**.

W 1999 roku postanowiliśmy z K. Masłowskim i Z. Kucią włączyć SITN w szeregi ISIA. Zbyszek był wówczas członkiem prezydium PZN, a ja członkiem Komisji Masters, więc jeździłem na obrady FIS. I tak na posiedzeniu FIS w Chamonix, uzgodniłem z **Riet Campellem** (ówczesny prezydent ISIA, którego dobrze znałem z prac w międzynarodowej komisji INTERTERM w latach 80-ych) warunki przyjęcia SITN do ISIA. Ludwik Żukowski opracował potrzebną dokumentację i na Kongresie ISIA

Członkowie Prezydium INTERSKI z panoramą Livigno w tle

w Beriloche w Argentynie w 2002 roku, na którym byłem razem z Ludwikiem, przyjęto SITN do ISIA. Tutaj muszę nadmienić, że mam legitymację instruktora ISIA z nr 2! Dlatego też majoryzowanie aktualnie przez pewną grupę entuzjastów ISIA, kosztem bazy SITN w IVSI jest nie do zaakceptowania. A żeby jeszcze bardziej zrozumieć moją aluzje, do aktualnej sytuacji, muszę nadmienić, iż w 2017 roku zostałem wybrany na Kongresie IVSI w Hakubie w Japonii na v-ce prezydenta IVSI, a w 2022 na Kongresie INTERSKI w fińskim Levi na prezydenta IVSI.

Dlatego używając dyplomatycznego języka muszę wyrazić swoje niezadowolenie z bardzo ograniczonych obecnie kontaktów ze mną osoby odpowiedzialnej w SITN za sprawy międzynarodowe. Natomiast muszę zaznaczyć, że z prezesem SITN **Jackiem Żabą** mam wspaniały kontakt.

Prezydium INTERSKI działa obecnie w składzie: prezydent **Eric Sheckleton** (USA), v-ce prezydenci: **Stephane Cattin** (Szwajcaria) i **Petar Jankow** (Bulgaria), sekretarz generalny **Peter Mall** (Austria), prezydent AIESS **Dieter Bubeck** (Niemcy), prezydent ISIA **Vittorio Caffi**, prezydent IVSI **Jerzy Kaliski** (Polska), dyrektor biura **Vanessa Mann**, **Peggy Hiller** – prezydentka PSSI – organizatora Kongresu INTERSKI w Vail w 2027. Spotykamy się co miesiąc on-line, a raz do roku „in person". Ostatnie spotkanie miało miejsce w Livigno 12-13.06.2024, gdzie ustaliliśmy szereg terminów zgłoszeń i wpłat dotyczących Kongresu INTERSKI w amerykańskim Vail w 2027 roku.

W Livigno miało też miejsce Walne Zgromadzenie ISIA. Ponieważ była tam obecna delegacja SITN, nie podaję szczegółów, nadmienię tylko, iż Vittorio Caffi w uznaniu moich zasług dla ISIA przekazał mi okolicznościową plakietkę ISIA.

Oceniam aktywną działalność INTERSKI bardzo pozytywnie, jak również bardzo dobrą współpracę pomiędzy: AIESS, ISIA i IVSI.

A teraz słów kilka na temat aktualnej sytuacji w naszej IVSI. Prezydium IVSI zostało wybrane na Kongresie w Levi, tylko na 3 lata, aby utrzymać rytm kongresowy 4-letni, a IVSI po nie odbytym

Podpisanie kontraktu na organizację Kongresu IVSI w Dolni Morava – Praga 05.04.2024

Członkowie Prezydium IVSI podczas spotkania w Antwerpii

Kongresie w Rosa Kutor (Rosja) w 2021, było już 5 lat bez Kongresu. Zadanie było bardzo trudne, gdyż z organizacji Kongresu w 2025 wycofało się chilijskie Vale Nevado. Zgłosiło się jednak AISS, z prezydentem **Pavlem Krnacem** proponując organizację Kongresu IVSI w marcu 2025, w Dolni Morava (Czechy). Rozpoczęliśmy negocjacje, które trwały dokładnie 7 miesięcy. Podpisaliśmy kontrakt na realizację Kongresu IVSI w Dolni Morava. Wszystkie informacje dotyczące Kongresu są na stronie internetowej AISS, a także na stronie SITN.

W dniach 20-22.06.2024 odbyło się w Antwerpii posiedzenie prezydium IVSI, na którym podjęto ostateczne decyzje związane z organizacją Kongresu, przygotowano propozycję zmian w Statucie organizacji, opracowano szczegółowy zakres obowiązków i działań Prezydium organizacji, wyznaczono zakresy działań i obowiązków 3 komisji:

– Strategii i Komunikacji
– Techniczna
– Badań i Rozwoju

Namawiam do zgłaszania kandydatów do pracy w tych komisjach, ważnym jest aby SITN wrócił do dawnych dobrych zwyczajów i ścisłej współpracy z IVSI. Ustaliliśmy również terminy zgłaszania wykładów, warsztatów i pokazów demo teamów – czekamy na aktywne zgłoszenia.

Bardzo dobrze, że Zarząd SITN delegował na szefa polskiej delegacji na przyszłoroczny Kongres IVSI **Krzysztofa Ziębę**, doskonale znanego w gremiach IVSI, działającego kilkanaście lat w Komisji Technicznej. Wierzę że ekipa i wszystkie formalności dotyczące Kongresu będą jak zwykle u Krzysztofa załatwione wzorcowo.

Sportowe pozdrowienia dla wszystkich członków SITN, pięknego sezonu 2024/2025 i do zobaczenia na Kongresie IVSI w Dolni Morava w marcu 2025!

Jerzy Kaliski
Prezydent IVSI

Międzynarodowe Stowarzyszenie Instruktorów Narciarstwa IVSI zaprasza chętnych Instruktorów z Polski do pracy w komisjach tematycznych. Wymagana jest znajomość zagadnień, którymi zajmują się poszczególne komisje, oraz języków obcych, zwłaszcza angielskiego lub niemieckiego.

Komisja Techniczna jest odpowiedzialna za wszystkie kwestie istotne technicznie:

- Wspólne obszary zainteresowania dotyczące szkolenia instruktorów
- Porównywalne minimalne standardy w rodzinie IVSI
- Koordynacja priorytetów pedagogicznych, metodologicznych i dydaktycznych w szkoleniu międzynarodowym
- Zrównoważony rozwój, bezpieczeństwo
- Kwestie ochrony środowiska
- Organizacja i obsługa warsztatów i wykładów (np. na konferencjach itp.)
- Dyskusje i rozwój zachęt pieniężnych innych niż zniżkowe bilety na wyciągi dla przeszkolonych instruktorów
- Możliwa współpraca ze sprzedawcami sportowymi

Komisja Badań i Rozwoju jest odpowiedzialna za wszystkie istotne naukowo tematy:

- Ocena i kwalifikacja proponowanych wykładów naszych krajów na kongresach IVSI i Interski
- Nadzór nad programami studiów (DAS, MBA itp.) „Sporty śnieżne" i Zarządzanie sportem"
- Przywództwo i innowacja
- Dokumentacja historii naszego stowarzyszenia lub kongresów
- Wsparcie komisji technicznej w organizowaniu warsztatów, wykładów itp.
- Podstawowe pytania dotyczące szkoleń tematycznych

Komisja Strategii i Komunikacji jest odpowiedzialna za określenie strategii IVSI i monitorowanie jej wdrażania. Media społecznościowe powinny umożliwiać bezpośredni i szybki kontakt z członkami IVSI. Pracami Komisji kieruje Prezes IVSI, a zadania są definiowane i monitorowane przez Wiceprezesów, rzeczników prasowych Komisji oraz członków Prezydium. W skład Komisji Strategii i Komunikacji wchodzą: dwaj wiceprzewodniczący, rzecznik Podkomisji Komunikacji oraz eksperci zapraszani w zależności od tematu. W przypadku tej komisji prosimy więc o zgłaszanie się chętnych do pracy ekspertów.

Zgłoszenia osób chętnych do pracy w IVSI należy przesyłać na adres: **biuro@sitn.pl**

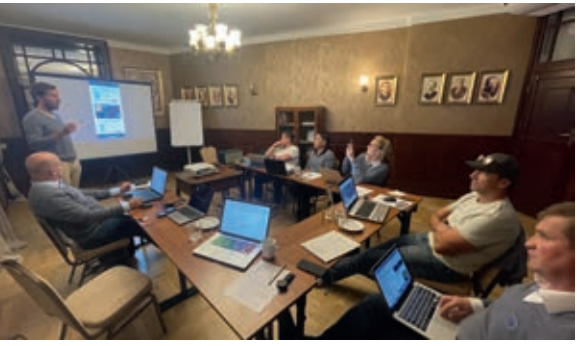
Wieści z Komisji Spraw Międzynarodowych

Obrady Zarządu ISIA w Krakowie

W dniach 11-14 października Kraków gościł Zarząd Międzynarodowego Stowarzyszenia Instruktorów Zawodowych, którego członkiem SITN zostało ponad 20 lat temu. Miejsce obrad naszych gości nie było przypadkowe – 12 października 1919 roku salka konferencyjna Hotelu Francuskiego zapisała się w historii polskiego sportu jako miejsce powołania do życia Polskiego Komitetu Olimpijskiego. Zbieżność terminów pozwoliła naszym gościom na uczestnictwo w uroczystości 104 rocznicy zjazdu założycielskiego PKOl.

Wieczora poprzedzającego jesienną Konferencję IWiA oraz Kierowników LSN salka olimpijska Hotelu Francuskiego gościła również posiedzenie Zarządu SITN. W tym miejscu chciałbym ponowić serdeczne podziękowania dla **Natalii Siemieniec**, kierownictwu i załodze hotelu za perfekcyjną obsługę i gościnność oraz mec. **Ludwikowi Żukowskiemu** za stworzenie możliwości przyjęcia Zarządów ISIA i SITN w tak szczególnym miejscu.

Na zdjęciu: dr Valentin Kiedaisch, wiceprezydent ISIA na Europę prezentuje koleżance i kolegom z zarządu potencjalne rozwiązania technologiczne wirtualnej karty i znaczka ISIA.



14 października Prezydium Zarządu ISIA wzięło udział w pierwszej części dorocznej konferencji SITN inaugurującej organizacyjnie sezon narciarski. Po powitaniu szacownych gości przez **Prezesa SITN Jacka Żabę** i prezentacji zmian wchodzących w życie zimą 2023/2024 usłyszeliśmy kilka słów od **Prezydenta ISIA dr. Vittorio Caffi'ego**:

Bardzo się cieszę, że mogę być tutaj w 20. rocznicę wstąpienia do ISIA przez Wasze Stowarzyszenie.

To, co właśnie pokazał nasz kolega [Wojtek Woźnica – red.], sprawia, że mamy wrażenie bardzo dobrze zorganizowanego stowarzyszenia i widzimy, że stoi za tym wiele pracy. Te 20 lat to również zaangażowanie, poświęcenie i aktywne uczestnictwo polskiego stowarzyszenia w ISIA.

ISIA, jak wiecie, jest międzynarodowym stowarzyszeniem, którego siła tkwi w aktywności jego członków. Bez naszych członków, bez stowarzyszeń takich jak Wasze, ISIA nie istniałoby tak, jak istnieje dzisiaj.

Wzajemna współpraca i uczestnictwo wszystkich członków mają kluczowe znaczenie. Przez te 20 lat zawsze widziałem, że SITN aktywnie angażuje się w prace ISIA. Wasi przedstawiciele zawsze byli obecni, gdy mieliśmy znaczące wydarzenia.

Gdy wprowadzaliśmy ISIA Standard, byliście jednym ze stowarzyszeń, które zwracały szczególną uwagę na nasze propozycje i wspierały tę inicjatywę. Dzisiaj możemy zobaczyć pozytywne rezultaty tych wysiłków.

W zeszłym roku wprowadziliśmy formułę ISIA World Forum i wraz z nią nową koncepcję rozgrywania Mistrzostw Świata ISIA. Byliście jednym ze stowarzyszeń wspierających nowy format, aktywnie uczestnicząc w procedowaniu zmian. Patrząc w przyszłość na kolejne regionalne forum w 2024 r., które odbędzie się w Japonii, a zwłaszcza na planowane w 2025 r. ISIA Regional Forum w Europie, mamy nadzieję na solidną frekwencję.

Działalność ISIA rozwija się dzięki zaangażowaniu stowarzyszeń członkowskich. Zaangażowanie Waszego Stowarzyszenia przyniosło świetne rezultaty, dlatego z przyjemnością ogłaszam, że po inspekcjach i ocenach w zeszłym sezonie wasz system edukacji spełnił najwyższe standardy ustalone przez ISIA.

Od dziś polskie kwalifikacje, uznane na europejskich poziomach 5 i 6 [POL-SKI Instruktor oraz POL-SKI Instruktor Zawodowy], są potwierdzone jako spełniające standardy ISIA Red Level. To uznanie podkreśla Wasze zaangażowanie w doskonałość w edukacji narciarskiej.

Co więcej, Wasz system edukacji jest bliski osiągnięcia ISIA Black Level, niezwykłego osiągnięcia, które mamy nadzieję potwierdzić w tym sezonie, w oczekiwaniu na inspekcję zaplanowanego na marzec Testu Technicznego ISIA.

Osiągając te standardy, Wasi instruktorzy zostaną wykwalifikowani na najwyższym poziomie w ISIA, co przyniesie korzyści Polsce i szerszej społeczności ISIA.

Na zakończenie chciałbym wyrazić najszczersze gratulacje dla SITN z okazji 20. rocznicy. Jest jasne, że jesteście zdeterminowani, aby podnieść poprzeczkę w edukacji narciarskiej i z niecierpliwością czekamy na dalszą współpracę w przyszłości. Razem stawimy czoła nowym wyzwaniom, takim jak tym związanym ze zmianami klimatycznymi, i będziemy pracować nad jeszcze wyższymi standardami w narciarstwie.

Dziękuję i raz jeszcze gratuluję tej ważnej rocznicy.

Na zdjęciu: Obrady Zarządu SITN w salce olimpijskiej Hotelu Francuskiego.

Korzystając z tak miłych odwiedzin skorzystaliśmy z okazji do spięcia klamrą 20 lat naszej obecności w ISIA i poprzedzających je starań o dołączenie do tej światowej rodziny. Prezes SITN razem z Prezydentem ISIA wręczyli osobom najbardziej zasłużonym okolicznościowe podziękowania: IW Ludwikowi Żukowskiemu, IW Adamowi Maraskowi, IW Zbigniewowi Stanisławskiemu, IW Krzysztofowi Ziębie, IW Andrzejowi Maraskowi oraz IW Grzegorzowi Dendysowi (zdjęcie w podsumowaniu sezonu 2023/2024 wewnątrz Informatora).

ISIA Delegates Assembly

W dniach 14-16 czerwca 2024 r. we włoskim Livigno odbyło się Walne Zebranie Członków ISIA. SITN reprezentowali mec. **Ludwik Żukowsk**i i **Wojtek Woźnica**. Obrady o charakterze statutowym były poprzedzone okrągłym stołem, podczas którego dyskutowano najbardziej palące dla krajów członkowskich tematy. Najważniejsze ustalenia spotkania w Livigno to:

- wprowadzenie elektronicznych (wirtualnych) kart instruktorskich ISIA najpóźniej w roku 2025;
- powrót Austrii jako członka ISIA po 8-letniej nieobecności w strukturach (oznacza to, że z grona krajów alpejskich poza ISIA funkcjonuje już jedynie Francja);
- Gruzińskie Stowarzyszenie Przewodników Górskich uzyskało w ISIA status obserwatora;
- bardzo istotne wzmożenie inspekcji Komisji Technicznej ISIA – wykonywanych ich ma być ok. 10 rocznie;
- wyłączenie poziomu niebieskiego spod parasola „ISIA Quality Standard".

Na zdjęciu: pierwsza edycja Centralnego Kursu Instruktora Zawodowego w trakcie inspekcji Komisji Technicznej ISIA. Zajęcia prowadzi IW Andrzej Marasek. Chopok (Słowacja), marzec 2023 r. (fot. Tomasz Ustupski)

ISIA Technical Test oraz CTT (EU Common Training Test)

Zaplanowane na 9 marca 2024 r. międzynarodowe sprawdziany sportowe CTT i ISIA zostały odwołane ze względu na dynamicznie pogarszające się warunki śniegowe. Tak długotrwałe utrzymywanie się bardzo wysokich temperatur w lutym i marcu przyczyniło się do odwołania wielu ważnych wydarzeń zaplanowanych na zwieńczenie zimy.

9 stycznia 2025 r. zapraszamy chętnych do potwierdzenia najwyższych kwalifikacji instruktorskich w Europie i na świecie na egzaminy sportowe CTT oraz ISIA do ośrodka PKL Jaworzyna Krynicka. Rekomendujemy także udział w oficjalnych treningach na 2 dni przed sprawdzianami. Komunikaty organizacyjne pojawią się na stronach SITN w październiku.

Instruktorki i instruktorów zawodowych, którzy zaliczą Eurotest w slalomie gigancie (CTT) zapraszamy do przystąpienia do CTT Safety (inaczej: Eurosécurité) w dniach 25-27 marca 2025 r. Pierwsze komunikaty organizacyjne dotyczące europejskiego testu bezpieczeństwa pojawią się na stronach SITN w październiku.

Kongres IVSI, Dolni Morava – MOUNTAINS FULL OF JOY!

Po 8 latach przerwy środowisko IVSI znów spotka się na autorskiej imprezie – i to tuż przy

polskiej granicy! W dniach 16-23 marca 2025 r. ośrodek słynący z bike parku i wiszącego niemal 100 m nad doliną oraz długiego na ponad 700 m mostu, będzie gościł środowisko instruktorów IVSI. Oprócz merytorycznej warstwy warsztatów nawiązujących do motywu przewodniego kongresu pt. *Góry pełne radości*, odbędzie się Walne Zebranie Sprawozdawczo-Wyborcze, podczas którego zostanie podsumowana upływająca kadencja i wybrane zostaną władze organizacji na kolejne 4 lata. Przy okazji tego spotkania gremium międzynarodowe bardzo liczy na konstruktywne przedstawienie wyników prac nad projektem *One for All*, które to w 2023 roku w Levi otrzymało poparcie delegatów na kontynuację prac koncepcyjnych.

Przed-kongres w Vail, CO

W dniach 6-9 kwietnia 2025 r. odbędzie się Walne Zebranie Sprawozdawczo-Wyborcze INTERSKI w ośrodku Vail w stanie Kolorado, który w roku 2027 będzie gospodarzem kolejnego Kongresu INTERSKI. Więcej na ten temat w swoim liście do polskich instruktorów napisał Prezydent INTERSKI International **Eric Sheckleton.** Polska delegacja wykona rekonesans ośrodka, stoku demonstracyjnego, zaplecza noclegowo-gastronomicznego oraz warunków transferu z i na lotnisko.

Wojciech Woźnica
Wiceprezes SITN ds. rozwoju

O Statucie SITN czyli jak ustawić drugi przejazd

WSTĘP

Szanowne Członkinie i Szanowni Członkowie SITN PZN,

1. Z przyjemnością informuję, że 25 sierpnia 2023 roku Sąd Rejonowy w Krakowie zatwierdził prawomocnie zmiany Statutu SITN, czyli naszej wewnętrznej konstytucji obowiązującej członków.
2. Członków czyli kogo? Sąd potwierdził, że skutecznie prawo do bycia członkiem SITN w dniu 30 czerwca 2023 roku przysługiwało 1597 osobom.
3. W głosowaniu nad zmianą statutu wzięło skutecznie udział 997 członków, gdy minimum udziału (kworum) wynosiło 800 członków. Zatem głosowanie było prawnie wiążące, co zweryfikował i potwierdził Sąd w swym postanowieniu o wpisie zmian statutu do Rejestru.
4. Zmiany były malutkie i chodziło w nich tylko o to, aby umożliwić nam w przyszłości głosowanie – na odległość i przez smartfona, tak abyśmy mogli korzystać z demokracji stowarzyszeniowej w nowoczesny sposób.

ROZWINIĘCIE

1. W ten sposób mamy otwarte drzwi do rozpoczęcia prac nad nowym statutem SITN. Jest grupa chętnych do pracy nad nim, ale napisanie statutu powinno być poprzedzone dyskusją o tym, po co nam SITN, jakiego SITN-u chcemy, co ma nam dawać członkostwo w SITN.
2. Cele i zadania SITN zostały zdefiniowane w poprzednim wieku i w zupełnie innej epoce sportów śnieżnych, stacji narciarskich i klimacie…
3. Aby zespół opracowujący statut miał wytyczne od członków, musi spróbować zbadać jakie rozumienie wizji czym jest SITN mają obecni członkowie. A wizja SITN jest pochodną misji SITN – tego jak rozumiemy zadania organizacji do wewnątrz (dla członków) i na zewnątrz – wobec operatorów wyciągów, właścicieli szkół narciarskich, władz samorządowych i państwowych oraz partnerskich organizacji.
4. Od początku XXI wieku obowiązujący statut nie opisywał współcześnie tych założeń programowych i wielokrotnie jego treść uniemożliwiała realizację misji szkolenia przedstawicieli instytucji, wydawanie dyplomów i spełnianie pożytecznych dla członków zadań komercyjnych, które trzeba było zlecać na zewnątrz.
5. Szczęśliwie dla SITN sam fakt istnienia stowarzyszenia umożliwił Komisji Europejskiej, a w ślad za tym polskiemu rządowi, delegowanie do SITN upoważnienia do potwierdzania kwalifikacji zawodowych uzyskanych w Polsce do innych członków UE. To nie prowadzone szkolenie ale wieloletnia praktyka w certyfikacji kwalifikacji wg standardów IVSI i ISIA przekonały KE, że SITN jest w Polsce jedyną wiarygodną instytucją dla potwierdzania kompetencji zawodowych instruktorów. Piszę o tym aby pokazać, że to potwierdzanie nie jest statutowo misją SITN i musimy zdecydować czy w przyszłości chcemy aby było…
6. Podobnie jest z wdrażaniem w Polsce Zintegrowanego Systemu Kształcenia. Czy chcemy aby SITN był jednostką certyfikującą w imieniu państwa polskiego? Czy warto przyjąć takie obciążenie i poddawać się regularnej kontroli państwowej?
7. Podobnych wątpliwości może mieć wiele każdy z nas w zależności od tego czym jest nauczanie narciarstwa w jego życiu, jaki jest jego udział w szkoleniu klientów w sezonie: 7-14 dni, powyżej 40 dni czy ponad

70 dni… Czy chce pracować stacjonarnie blisko miejsca zamieszkania czy poznawać stacje narciarskie na świecie… Czy pracuje w klubie narciarskim czy w szkole… To nasza osobista sytuacja będzie decydowała do czego każdy z nas chce wykorzystać SITN…

8. I dlatego…

ZAKOŃCZENIE

Niniejszy artykuł zapowiada opracowaną przeze mnie ankietę mająca za cel ustalenie, co myślicie w sprawach, które ja jako członek senior SITN uważam dziś za ważne. Ankieta będzie umieszczona na stronie sitn.pl. Proszę więc o wypełnienie ankiety i przesłanie jej mailem do biura SITN. Ułatwi to nam pracę nad nową Konstytucją SITN! Każdemu aktywnemu członkowi z góry dziękuję za udział w budowaniu przyszłej wizji SITN.

Ludwik Żukowski

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

W ankiecie zapowiadanej w powyższym artykule znajdziecie między innymi pytania:

- Czy według Ciebie osoby nie będące instruktorami narciarskimi mogą być nowymi członkami SITN?
- Czy według Ciebie pomocnicy instruktora mogą być nowymi członkami SITN?
- Czy Twoim zdaniem w SITN powinny istnieć wyodrębnione grupy członków (sekcje), których łączy specjalizacja, np.: sekcja instruktorów biegowych, telemarku, trenerów, skitourowców?
- Czy Twoim zdaniem powinny istnieć oddziały regionalne SITN?
- Czy chcesz, żeby SITN stało się instytucją doskonalenia zawodowego w myśl prawa oświatowego?
- Czy uważasz, że składka członkowska powinna obejmować ubezpieczenie instruktora?

Opis		ZMIANA DANYCH W REJESTRZE	
Sygnatura akt		KR.XI NS-REJ.KRS/11168/22/321	
Oznaczenie sądu		SĄD REJONOWY DLA KRAKOWA ŚRÓDMIEŚCIA W KRAKOWIE, XI WYDZIAŁ GOSPODARCZY KRAJOWEGO REJESTRU SĄDOWEGO	
Nr wpisu	17	Data dokonania wpisu	26.05.2023
Opis		ZMIANA DANYCH W REJESTRZE	
Sygnatura akt		KR.XI NS-REJ.KRS/14230/23/467	
Oznaczenie sądu		SĄD REJONOWY DLA KRAKOWA ŚRÓDMIEŚCIA W KRAKOWIE, XI WYDZIAŁ GOSPODARCZY KRAJOWEGO REJESTRU SĄDOWEGO	
Nr wpisu	18	Data dokonania wpisu	25.08.2023
Opis		ZMIANA DANYCH W REJESTRZE	
Sygnatura akt		KR.XI NS-REJ.KRS/27208/23/932	
Oznaczenie sądu		SĄD REJONOWY DLA KRAKOWA ŚRÓDMIEŚCIA W KRAKOWIE, XI WYDZIAŁ GOSPODARCZY KRAJOWEGO REJESTRU SĄDOWEGO	

Dział 1

Rubryka 1 - Dane podmiotu			
Numer i nazwa pola	Nr wpisu		Zawartość
	wprow.	wykr.	
1.Oznaczenie rodzaju organizacji	1	-	STOWARZYSZENIE KULTURY FIZYCZNEJ
2.Numer REGON/NIP	1	6	REGON: 003923490, NIP: ---
	6	-	REGON: 003923490, NIP: 6771088007
3.Nazwa	1	16	STOWARZYSZENIE INSTRUKTORÓW I TERNERÓW NARCIARSTWA POLSKIEGO ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO
	16	-	STOWARZYSZENIE INSTRUKTORÓW I TRENERÓW NARCIARSTWA POLSKIEGO ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO
4.Dane o wcześniejszej rejestracji	1	-	REJESTR STOWARZYSZEŃ 164 SĄD OKRĘGOWY W KRAKOWIE WYDZIAŁ I CYWILNY
5.Czy podmiot posiada status organizacji pożytku publicznego?	-	-	------

Rubryka 2 - Siedziba i adres podmiotu			
Numer i nazwa pola	Nr wpisu		Zawartość
	wprow.	wykr.	
1.Siedziba	1	-	kraj POLSKA, woj. MAŁOPOLSKIE, powiat MIASTO KRAKÓW, gmina KRAKÓW, miejsc. KRAKÓW
2.Adres	1	4	ul. BRONOWICKA, nr 42, lok. 113, miejsc. KRAKÓW, kod 30-093, poczta KRAKÓW, kraj POLSKA
	4	5	ul. DĘBOWA, nr 4, lok. 6, miejsc. KRAKÓW, kod 30-308, poczta KRAKÓW, kraj POLSKA
	5	8	ul. DĘBOWA, nr 6, lok. 1, miejsc. KRAKÓW, kod 30-308, poczta KRAKÓW, kraj POLSKA
	8	10	ul. DĘBOWA, nr 4, lok. 6, miejsc. KRAKÓW, kod 30-308, poczta KRAKÓW, kraj POLSKA
	10	-	ul. DĘBOWA, nr 6, lok. 1, miejsc. KRAKÓW, kod 30-308, poczta KRAKÓW, kraj POLSKA
3.Adres poczty elektronicznej	1	-	------
4.Adres strony internetowej	1	-	------

Rubryka 3 - Jednostki terenowe lub oddziały

Brak wpisów

Rubryka 4 - Informacje o statucie				
Numer i nazwa pola	Nr kolejny w polu	Nr wpisu		Zawartość
		wprow.	wykr.	
1.Informacja o sporządzeniu lub zmianie statutu	1	1	-	14.11.89R
	2	18	-	07.07.2023 DODANO: UST.5, UST.6 W PAR.13 ORAZ ZMIENIONO PAR.31 UST.1

Rubryka 5			
Numer i nazwa pola	Nr wpisu		Zawartość
	wprow.	wykr.	
1.Czas, na jaki została utworzona organizacja	1	-	NIEOZNACZONY

Rubryka 6 - Sposób powstania podmiotu

Brak wpisów

Rubryka 7 - Komitet założycielski

Brak wpisów

Rubryka 8 - Organ sprawujący nadzór			
Numer i nazwa pola	Nr wpisu		Zawartość
	wprow.	wykr.	
1.Nazwa organu	1	-	URZĄD MIASTA KRAKOWA

Dział 2

Rubryka 1 - Organ uprawniony do reprezentacji podmiotu				
L.p.	Numer i nazwa pola	Nr wpisu		Zawartość
		wprow.	wykr.	
1	1.Nazwa organu uprawnionego do reprezentowania podmiotu	1	-	ZARZĄD
	2.Sposób reprezentacji podmiotu	1	-	DO WAŻNOŚCI OŚWIADCZEŃ W ZAKRESIE PRAW I OBOWIĄZKÓW MAJĄTKOWYCH STOWARZYSZENIA ORAZ UDZIELANIA PEŁNOMOCNICTW WYMAGANE JEST WSPÓŁDZIAŁANIE PREZESA I INNEGO CZŁONKA ZARZĄDU LUB OSÓB PRZEZ ZARZĄD UPOWAŻNIONYCH. DO WAŻNOŚCI PISM I INNYCH DOKUMNETÓW WYMAGANE SĄ DWA PODPISY: PREZESA I INNEGO CZŁONKA ZARZĄDU.

Podrubryka 1

Dane osób wchodzących w skład organu

L.p.	Numer i nazwa pola	Nr wpisu		Zawartość
		wprow.	wykr.	
1	1.Nazwisko / Nazwa lub Firma	1	13	[redacted]
	2.Imiona	1	13	[redacted]
	3.Numer PESEL/REGON lub data	1	13	[redacted]

Fototeca Trentino Marketing - ph. D. Molineris, R. Bragotto

TRENTINO STOI OTWOREM

FLYSKI SHUTTLE

TRENTINO

BEZPOŚREDNIE TRANSFERY Z LOTNISKA NA TWOJE ZIMOWE WAKACJE

FlySki Shuttle to zbiorowa usługa transferów łącząca wiele ośrodków narciarskich w Trentino z większością **lotnisk w Północnych Włoszech** (Werona, Wenecja, Treviso, Mediolan-Bergamo, Mediolan-Linate, Mediolan-Malpensa, Bolzano) oraz **dworcami kolejowymi** (Mediolan Centrale, Trydent) od grudnia do końca marca. Dzięki usłudze FlySki Shuttle łatwo dotrzesz do Val di Sole-Folgarida-Passo del Tonale, Val di Fassa, Val di Fiemme, San Martino di Castrozza-Valle di Primiero, Madonna di Campiglio i Pinzolo. Usługa jest dostępna w każdą sobotę i niedzielę od Usługa jest dostępna w każdą sobotę i niedzielę od grudnia do końca marca 2025 roku. Zniżki i promocje dla touroperatorów oraz agencji turystycznych.
Dowiedz się więcej o warunkach i świadczonych usługach na stronie **flyskishuttle.com**.

Live Trentino your way

Download
Mio Trentino

Mio Trentino is the official app to get the most out of Trentino

Services, tips, weather forecast, itineraries and events - updated in real time and built around you.

APLIKACJA MIO TRENTINO | CAŁE TRENTINO W TWOJEJ KIESZENI

Czy pobrałeś już Mio Trentino? Jest to **oficjalna aplikacja umożliwiająca poznanie Trentino** (Włochy). Aplikacja daje Ci wiele porad na wakacje: co robić i co warto zobaczyć w okolicy, a także zawsze aktualne informacje o otwarciach, wydarzeniach i zajęciach.
5 dobrych powodów, dla których warto mieć **Mio Trentino** na swoim smartfonie:

1. Aby dowiedzieć się, co Cię otacza
Mio Trentino opiera się na Twoich **upodobaniach i geolokalizacji**, aby natychmiast zaproponować najciekawsze doświadczenia wakacyjne, w oparciu o Twoją lokalizację i Twoje zainteresowania: trasy do przebycia pieszo lub na rowerze, miejsca do zobaczenia, miejsca gdzie można coś zjeść, ale także wycieczki z przewodnikiem, degustacje, wydarzenia i festiwale, których nie można przegapić.

2. Aby jak najlepiej wykorzystać kartę Trentino Guest Card
Jest to karta, która pozwala w pełni cieszyć się wakacjami w Trentino i zapewnia dostęp do **wielu korzyści**: bezpłatny lub zniżkowy wstęp do zamków i muzeów, wycieczki z przewodnikiem i ekskluzywne degustacje, swobodne korzystanie z transportu publicznego, rezerwacje atrakcji i wakacyjnych usług . Aby otrzymać bezpłatną kartę wystarczy dokonać rezerwacji w jednym z obiektów zakwaterowania w Trentino. Następnie wystarczy zarejestrować ją w Mio Trentino, aby mieć ją zawsze przy sobie!

Dowiedz się więcej o warunkach i świadczonych usługach na stronie **visittrentino.info/guestcard**.

3. Aby łatwo poruszać się środkami transportu publicznego
Aplikacja zawiera informacje o środkach transportu, którymi można się poruszać po Trentino: komunikacja publiczna, taksówki, skibusy, busy wahadłowe i busy w parkach. Informuje o dostępnych w okolicy parkingach i stacjach ładowania pojazdów elektrycznych, o przystankach komunikacji publicznej, wraz z tabelami linii i rozkładami jazdy.

4. Aby zaplanować wakacje za pomocą Travel Planner
Dzięki Travel Planner, Mio Trentino umożliwia utworzenie własnego planu podróżowania, łącząc doświadczenia, miejsca do zobaczenia, wycieczki i wydarzenia, których nie można przegapić. Ustawiasz czas trwania wakacji, wskazujesz swoje zainteresowania, wybierasz, co chcesz robić, a Mio Trentino organizuje Twoje dni, pomagając Ci zoptymalizować czas i przemieszczanie się.

5. Aby mieć bezpośrednią linię z operatorami w okolicy
Potrzebujesz informacji? Szukasz porady? Potrzebujesz pomocy? Dzięki aplikacji Mio Trentino masz bezpośredni kontakt z operatorami obecnymi w okolicy.

Pobierz aplikację i ciesz się beztroskimi wakacjami!

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

visittrentino.info/pl

Szanowni Koleżanki i Koledzy, Sympatycy sportów śnieżnych,

To nie tylko miło, ale i wielka satysfakcja współpracować przez ostatnie 20 lat z takim Partnerem jak społeczność regionu Trentino. Od samego początku, współpraca nasza dotyczyła i nadal koncentruje się na stwarzaniu coraz lepszych i bezpieczniejszych warunków aktywnego wypoczynku i relaksu polskiej społeczności w regionie Trentino, zarówno zimą jak i latem.

Współpraca ta zaowocowała faktem, że polska turystyka zimowa przebiła wszystkie inne kraje i jesteśmy najliczniejszą zagraniczną grupą turystyki zimowej we Włoszech, a przede wszystkim w Trentino.

Wzajemne zrozumienie i wspólna praca nad przybliżeniem polskiej społeczności zasad bezpiecznego uprawiania sportów śnieżnych i relaksacji, skutkuje tym że nasi rodacy po prostu świetnie się czują w Trentino, wracają do domu zadowoleni i chętnie powracają do tego regionu nie tylko zimą, ale i latem. I nie tylko dlatego że pili najlepszą kawę, wspaniałe wino i jedli najsmaczniejsze potrawy, ale również dlatego że wrócili z bezpiecznego wypoczynku cali i zdrowi!

SITN z całą swoją społecznością instruktorską i Licencjonowanymi Szkołami Narciarskimi ma znakomity wpływ na ten rezultat. To dzięki wszystkim szkoleniom prowadzonym przez naszą kadrę narciarską, posiadającą najlepsze kwalifikacje szkoleniowe, uprawianie sportu i zażywanie efektywnej relaksacji jest bezpieczne i daje ogrom satysfakcji polskiej społeczności korzystającej z naszej opieki.

Ogrom zaangażowania władz Regionu Trentino i ludzi, ich pracy, organizowania spotkań, wzajemnych konsultacji, jest nie do przecenienia. Efekt jest jeden – wszyscy są zadowoleni.

Miło jest też zauważyć, że głównym współtwórcą tej współpracy, od pierwszego spotkania w Warszawie, a potem w Krakowie, jest kol. **Fabio Gerola** - menadżer promocji i marketingu Regionu Trentino.

Maciej Kwiatkowski
Pełnomocnik Zarządu ds. współpracy z Regionem Trentino

20 lat współpracy z Trentino

W przyszłym roku będziemy świętować 20-lecie pierwszych spotkań w Warszawie i Krakowie. W 2005 roku delegacja z włoskiego Trydentu spotkała się z delegacją z Polski. Łączyła ich jedna pasja: miłość do narciarstwa i świadomość, że ten sport ma dla nich ogromne znaczenie.

Od tych pierwszych spotkań i kolejnych, nawiązała się silna współpraca pomiędzy Stowarzyszeniem Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN a Stowarzyszeniem Instruktorów Narciarstwa Trentino, która trwa już dwadzieścia lat. W ciągu tych dwóch dekad do tematu narciarstwa podchodzono z różnych punktów widzenia, zawsze mając na celu uczynienie tego sportu bardziej powszechnym, bezpieczniejszym, bardziej satysfakcjonującym i przyjemniejszym dla wszystkich.

Przez lata we wspomnianej współpracy wzięły udział tysiące uczestników. Liczni instruktorzy narciarstwa uczestniczyli w kilkudziesięciu spotkaniach, które odbywały się nie tylko na stokach narciarskich, ale także w salach konferencyjnych, targach, hotelach, a nawet w małych schroniskach górskich.

Setki instruktorów narciarstwa z Polski spędzało *na początku sezonu w Passo del Tonale kilka dni, przechodząc szkolenia pogłębiające wiedzę z zakresu zasad rządzących zarówno bezpieczeństwem, jak i nauką jazdy na nartach we Włoszech. Podczas tych sesji uczestniczyli w kursach obejmujących szkolenie praktyczne pod okiem instruktorów z lokalnych szkół narciarskich, a także zajęcia teoretyczne dotyczące metod nauczania i przepisów regulujących narciarstwo we Włoszech. Jednak dużo miejsca poświęcano* także zwiedzaniu regionu i możliwości jazdy na nartach w Trydencie.

Co więcej, ci instruktorzy narciarstwa, którzy poświęcili swój czas na spotkania z kolegami z Trentino, podróżując w Alpy, później podzielili się swoją wiedzą z tysiącami polskich miłośników narciarstwa, przyczyniając się do wzrostu ich pasji do śniegu i sportu. Wymiany, spotkania instytucjonalne, nieformalne dyskusje i oficjalne konferencje przyczyniły się do poprawy wzajemnej wiedzy. Przyniosło to korzyści również nam w Trydencie, ponieważ zyskaliśmy większą świadomość preferencji 150 tysięcy polskich turystów, których gościmy w sezonie zimowym, z których prawie wszyscy są zapalonymi narciarzami. Ale to nie koniec!

Współpraca na przestrzeni ostatnich kilku lat okazała się cenna nie tylko ze względu na nawiązanie kontaktu z zapalonymi narciarzami, ale także z entuzjastami sportu w szerszym znaczeniu. Tak naprawdę, ci którzy jeżdżą na nartach, często uprawiają różne sporty przez cały rok. W rezultacie nasza współpraca rozszerzyła się o inne zajęcia na świeżym powietrzu i sporty letnie w Trydencie. W ostatnich latach wielu entuzjastów outdooru z Polski odkryło doliny, jeziora oraz *góry Tr*entino wiosną, latem i jesienią jako idealne do uprawiania windsurfingu i innych sportów wodnych, takich jak rafting, canyoning, żeglarstwo i kajakarstwo, a także MTB, trekking i via ferrata. Korzystali także z górskiej gościnności Trydentu na kempingach, w hotelach i schroniskach górskich na wysokości 2000 metrów.

Niewątpliwie ta współpraca przyczyniła się także do rozwoju marki Trentino w Polsce, rynku, który pozostaje kluczowy dla naszego małego regionu alpejskiego.

Fabio Gerola
PR medialny Trentino Marketing

Podsumowanie sezonu szkoleniowego

Pragnę podsumować na łamach Informatora SITN miniony sezon 2023/24 z punktu widzenia Pionu Szkolenia naszego Stowarzyszenia oraz przedstawić plany na najbliższą przyszłość.

Ze względu na „humorzastą" i krótszą niż zazwyczaj zimę, był to sezon trudny i zmienny w nastroje. Pomimo tego udało nam się zrealizować większość zaplanowanych imprez centralnych, niestety bez „wisienek na torcie" w postaci naszego święta jakim są Mistrzostwa Polski Instruktorów, wcześniej Konferencji Instruktorów Wykładowców i Asystentów, a jeszcze wcześniej ISIA Test + CTT (GS) – wszystkie planowane na marzec i odwołane z powodu panujących warunków.

Z powodzeniem udało się nam natomiast zorganizować i przeprowadzić część kursów organizowanych centralnie przez SITN, co obrazuje poniższa tabelka.

Niestety odwołanie Konferencji, a dokładniej nie przeprowadzenie jej w tradycyjny sposób, tylko przeniesienie spotkania do połączeń online, uniemożliwiło nam dogłębne przedstawienie oraz przedyskutowanie w szerszym gronie założeń i szczegółów nowego Programu Nauczania (ciągle trwa dyskusja, czy to powinien być Program Nauczania czy może Podręcznik dla Instruktora SITN). Nie mogąc przeprowadzić planowanych warsztatów wprowadzających na stoku – nie mogliśmy uzyskać akceptacji lub usłyszeć uwag od naszych kolegów – Instruktorów Wykładowców.

W związku z powyższym, pomimo praktycznie zakończonych (wewnątrz zespołu autorskiego) prac nad rozdziałami dot. zakresu techniki jazdy, słownika, itp., podjęliśmy z Zarządem decyzję o przesunięciu wydawnictwa na kolejny sezon. W związku z powyższym – w nadchodzącym

Rodzaj kursu	Liczba kursów	Liczba osób, które zaliczyły kurs z wynikiem pozytywnym
CKI część techniczna	1	26
CKI część metodyczna	1	24
Unifikacja PI oraz I	8	331
Unifikacja Instruktorów Zawodowych	2	54
Unifikacja Instruktorów – Wojsko Polskie	1	17
Kurs lawinowy	3	24
Centralny Kurs Instruktora Zawodowego	1	10

sezonie na wszystkich poziomach szkolenia SITN, dalej obowiązującym jest aktualny Program Nauczania z roku 2018.

Nad pozostałymi rozdziałami dotyczącymi bezpieczeństwa, metodyki nauczania, anatomii funkcjonalnej narciarstwa alpejskiego, itd., w dalszym ciągu pracujemy – część jest gotowa, część na finiszu, a przy pozostałości mamy jeszcze dużo pracy.

W nadchodzącym sezonie planujemy przeprowadzenie szeregu konsultacji i zajęć na śniegu w celu dokończenia pracy nad częścią techniczną – pierwsze spotkanie być może już w listopadzie w Kaunertall. O pozostałych będziemy informować wkrótce. Podsumowaniem prac będzie Konferencja marcowa, którą w większości planujemy podporządkować tematom związanym z nowym Programem.

Szersze informacje o założeniach programowych części technicznej, przedstawia w bieżącym Informatorze kol. Zbigniew Stanisławski w artykule „Czy zmiany są potrzebne". Zachęcam do lektury!

Ostatnie miesiące to również zmiany w składzie Komisji Narciarstwa Alpejskiego. Dotychczasowa Przewodnicząca tego gremium, **Katarzyna Górska**, zrezygnowała z pełnienia funkcji Członka Zarządu oraz Przewodniczącej KNA. Kasiu, dziękuję bardzo za pracę na rzecz Komisji! Wiem ile Cię to kosztowało nerwów i poświęceń, w tym czasu prywatnego. Wiem też, że decyzja o rezygnacji (jak i jej okoliczności) nie była łatwa i przyjemna. Dzięki za współpracę, ogrom wykonanej roboty i mile spędzone godziny rozmów telefonicznych. Cieszę się, że będziemy dalej współpracować w wybranych kwestiach programowych.

Po rezygnacji IW Katarzyny Górskiej z pełnienia funkcji Przewodniczącej KNA, Zarząd powołał jej nowego Przewodniczącego – IW **Marka Majerczyka**. Gratulacje Marku! Marek zaprosił do współpracy nowy zespół w składzie: **Kasper Leonowicz**, **Michał Niedziela**, **Tomasz Stelmach** i **Artur Wysocki**. Dziękuję Kolegom w imieniu swoim i Marka za przyjęcie zaproszenia do prac w KNA i liczę na owocną współpracę.

Zespół już mocno wystartował! W sierpniu i wrześniu trwały prace nad aktualizacją Wytycznych Szkolenia, oraz co ważne i oczekiwane – nad lekką reformą unifikacji instruktorskich. Planowane jest „zunifikowanie unifikacji", tak aby program zajęć bez względu na termin, miejsce i różnorodność prowadzących był zbliżony. Planowane jest również odejście od oceniania kursantów unifikacji w jej trzecim dniu, tak by zyskany czas przeznaczyć na dodatkowe zajęcia praktyczne, podsumowanie zajęć i wspólne wyciągnięcie wniosków z unifikacji.

Wszystkim nam życzę mroźnego,
długiego i bezpiecznego sezonu!
Do zobaczenia na stoku!

Wojtek „Zima" Podgórny
Wiceprezes SITN ds. Szkolenia

PODSUMOWANIE SEZONU SZKOLENIOWEGO 2023/2024

Jesienna Konferencja Instruktorów Wykładowców

Jesienna Konferencja Szkoleniowa IWiA oraz Kierowników Licencjonowanych Szkół Narciarskich odbyła się 14 października w Krakowie na Uniwersytecie Rolniczym (Wydział Inżynierii Środowiska i Geodezji, ul. Balicka 253). Wykłady były transmitowane online.

Tradycyjnie Konferencję rozpoczął Prezes SITN **Jacek Żaba**.

Przedstawione zostały nowości oraz zmiany w schemacie szkolenia w Wytycznych Szkoleniowych SITN na sezon 2023/2024. Zaprezentowano zmiany w nomenklaturze i identyfikacji wizualnej kwalifikacji instruktorskich. Wiceprezes **Wojciech Woźnica** przypomniał historię 20 lat Polski w ISIA.

Gośćmi specjalnymi na Konferencji byli członkowie Zarządu ISIA. Przed zgromadzonymi wystąpił Prezydent ISIA dr **Vittorio Caffi**.

Podczas konferencji została zaprezentowana praca asystencka:
– kol. **Anna NOWAK – „INLINE ALPINE** – nowa dyscyplina będąca uzupełnieniem jazdy na nartach w sezonie letnim".

Zarząd SITN wraz z Komisją Narciarstwa Alpejskiego postanowił jednogłośnie przyjąć koleżankę broniącą swoją pracę, w poczet Instruktorów Wykładowców SITN, a Prezes **Jacek Żaba** wręczył koleżance stosowną odznakę funkcyjną.

Uczestnicy konferencji jesiennej wraz z Zarządem ISIA

Wiceprezes SITN Wojciech Podgórny

Wiceprezes SITN Wojciech Woźnica

IW Ludwik Żukowski

IW Zbigniew Stanisławski

Podziękowania dla osób szczególnie zasłużonych dla współpracy SITN z ISIA. W pierwszym rzędzie: IW Andrzej Marasek oraz IW Grzegorz Dendys. W drugim rzędzie od lewej: Wiceprezes SITN Wojciech Woźnica, IW Ludwik Żukowski, IW Zbigniew Stanisławski, Prezes ISIA Vittorio Caffi, IW Krzysztof Zięba, IW Adam Marasek, Prezes Jacek Żaba.

Zebranie Zarządu ISIA w Krakowie, wizyta na konferencji Instruktorów Wykładowców i kierowników szkół, a także uroczyste podziękowania, związane były z jubileuszem 20-lecia obecności SITN w strukturach ISIA.

Prezes SITN wręczył legitymacje nowym IW: Legitymacje z rąk Prezesa SITN otrzymali nowi Instruktorzy Wykładowcy: Błażej Tylka-Suleja i Wojciech Ślusarczyk.

Pracę asystencką na temat INLINE ALPINE przedstawiała i obroniła z pozytywnym rezultatem Anna Nowak.

Promotorem pracy był IW Marek Palik…

… a jej recenzentem IW Wojciech Bień.

20th Anniversary
of the SITN's Membership
in the International Ski
Instructors Association

Za zasługi

Kol. **Krzysztofa Zięby**

na rzecz umacniania członkostwa
Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa w ISIA
oraz wieloletnich wysiłków w dbaniu o interesy polskich
instruktorów zawodowych

w imieniu polskiego i międzynarodowego
środowiska nauczycieli sportów śnieżnych

składamy serdeczne wyrazy uznania

Kraków, 14 października 2023 r.

20th Anniversary
of the SITN's Membership
in the International Ski
Instructors Association

Za zasługi

Kol. **Ludwika Żukowskiego**

na rzecz wprowadzenia Stowarzyszenia Instruktorów
i Trenerów Narciarstwa do ISIA
oraz wieloletnich wysiłków na rzecz ustawicznego rozwoju
i wzmacniania pozycji Polski w światowych strukturach

w imieniu polskiego i międzynarodowego
środowiska nauczycieli sportów śnieżnych

składamy serdeczne wyrazy uznania

Kraków, 14 października 2023 r.

20th Anniversary
of the SITN's Membership
in the International Ski
Instructors Association

Za zasługi

Kol. **Zbigniewa Stanisławskiego**

na rzecz dostosowania programu kształcenia instruktorów
Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa
do standardów jakościowych ISIA

w imieniu polskiego i międzynarodowego
środowiska nauczycieli sportów śnieżnych

składamy serdeczne wyrazy uznania

Kraków, 14 października 2023 r.

20th Anniversary
of the SITN's Membership
in the International Ski
Instructors Association

Za zasługi

Kol. **Adama Maraska**

na rzecz wprowadzenia autorskich rozwiązań edukacyjnych
w zakresie bezpieczeństwa pozatrasowego
zgodnych ze standardami ISIA
na ścieżce kształcenia polskich instruktorów zawodowych
Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa

w imieniu polskiego i międzynarodowego
środowiska nauczycieli sportów śnieżnych

składamy serdeczne wyrazy uznania

Kraków, 14 października 2023 r.

20th Anniversary
of the SITN's Membership
in the International Ski
Instructors Association

Za zasługi

Kol. **Grzegorza Dendysa**

na rzecz umacniania pozycji kwalifikacji
Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa
w ISIA oraz Wspólnocie Europejskiej
poprzez rozwój programu kształcenia ustawicznego
polskich instruktorów zawodowych

w imieniu polskiego i międzynarodowego
środowiska nauczycieli sportów śnieżnych

składamy serdeczne wyrazy uznania

Kraków, 14 października 2023 r.

20th Anniversary
of the SITN's Membership
in the International Ski
Instructors Association

Za zasługi

Kol. **Andrzeja Maraska**

na rzecz rozwoju standardu szkoleń specjalistycznych
na ścieżce kształcenia instruktorów zawodowych
Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa
umacniającego pozycję polskich kwalifikacji
w ISIA oraz Wspólnocie Europejskiej

w imieniu polskiego i międzynarodowego
środowiska nauczycieli sportów śnieżnych

składamy serdeczne wyrazy uznania

Kraków, 14 października 2023 r.

Unifikacje

W minionym sezonie przeprowadzono 8 unifikacji, które zostały zorganizowane w Szczyrku, Wiśle, Kluszkowcach, Białce Tatrzańskiej, Zakopanem, Czarnej Górze i Czarnowie. Łącznie w unifikacjach wzięło udział 331 instruktorów.

W sezonie 2023/2024 zorganizowano 2 unifikacje dla Instruktorów Zawodowych, które przeprowadzono w Zakopanem – łącznie uczestniczyło 54 IZ.

Oto uczestnicy unifikacji ISIA:

1. ASCHENBRENNER Piotr
2. GRABOWSKI Wojciech
3. MELZER Maciej
4. MICHALIK Dariusz
5. OSTROWSKI Tomasz
6. WÓJCIK Mirosław
7. ROGOZIŃSKA Zuzanna
8. TRYBUS-GŁYK Alina
9. BARAN Mariusz
10. BEDNAREK Martin
11. BERBEKA Jacek
12. BEREZIK Marta
13. BIEŃ Wojciech
14. BORO Gabriel
15. CHOWANIEC Kinga
16. DĄBROWSKI Piotr
17. DĄBROWSKI Czesław
18. DIANZENZA Rafał
19. DZIEMBA Kamil
20. FAJFER Mateusz
21. HADY Agnieszka
22. HELLER Arkadiusz
23. KLEPACKA-ADAMUS Małgorzata
24. KLESZYK Jacek
25. KONARSKI Wojciech
26. KOWALSKI Jakub
27. KRZYŻYŃSKA Dagmara
28. KUBICA Michał
29. KUBICA Paweł
30. KULIŃSKI Sylwester
31. KWARTA Przemysław
32. LEŚNIAK Matylda
33. MAKOWSKI Krzysztof
34. MALECKA Karolina
35. MAŁYSA-SONIK Katarzyna
36. PĘDZIWIATR Bartłomiej
37. PŁANIK Rafał
38. SAWICKI Maciej
39. SINCZAK Michał
40. SINCZAK Maciej
41. SOBOLEWSKA Sabina
42. SOLAK Krzysztof
43. SPYCHALSKI Rafał
44. STOLECKI Bartłomiej
45. SZCZEPANIK Urszula
46. SZKÓŁKA Witold
47. TOKARCZYK Damian
48. WOJTYNA Agnieszka
49. WOLFART-PIECH Joanna
50. GRABCZYŃSKI Marcin
51. PAJĄK Artur
52. BIŁKO Maria
53. PIECHOTA Jarosław
54. RYSIEWICZ Maciej

Centralny Kurs Instruktorski

W sezonie 2023/2024 odbyła się jedna część sportowo-techniczna, która zorganizowana była w Zakopanem, a część metodyczna została przeprowadzona w Czarnej Górze Grapa SKI – Litwinka.

Oto nasi nowi Instruktorzy PZN:

1. BARNAŚ Michał
2. CERAN Jakub
3. CZAJA Natalia
4. FOSTIAK Krzysztof
5. GACA Bogusław
6. GĄSIENICA CIAPTAK Maciej
7. GODYŃ Paweł
8. HELLER Tomasz
9. JAROSZ Mateusz
10. KARMOLIŃSKI Stanisław
11. KISZELA Jan
12. KOTABA Dorota
13. KOWALSKI Szymon
14. KOZIOROWSKI Jakub
15. KRUK Natalia
16. LATOCHA Dariusz
17. LAUFER Filip
18. MALIK Łukasz
19. MIDOR Jarosław
20. NADUK Dariusz
21. RABIĘCNY Adam
22. ROSIŃSKA Monika
23. RUDNICKI Sebastian
24. ZALEWSKI Antoni

Nowy Instruktor PZN po kursie AWF Katowice

1. KUBALA Szymon

POL-SKI

POL-SKI

POL-SKI
DYNAFIT
SUPERDRY

Centralny Kurs na stopień Instruktora Zawodowego

Po raz drugi został przeprowadzony Centralny Kurs na stopień Instruktora Zawodowego, który odbył się w terminie 16-23.03.2024 roku w Austrii (Stubai). Absolwentami tego kursu zostali:

1. BROWARSKI Piotr
2. CYBA Rafał
3. GRZĄDKOWSKA Maria
4. KRZYŻOWSKI Marcin
5. MAGDZIARZ Olga
6. MŁYNARCZYK Jakub
7. PŁACZEK Ireneusz
8. SKRZYPEK Michał
9. SŁODCZYK Szymon
10. SULKA Dawid

Prowadzącymi kurs byli: IW **Grzegorz Dendys**, IW **Andrzej Marasek** oraz IW **Bartłomiej Gąsienica-Józkowy**.

Kurs teoretyczny

W dwa listopadowe weekendy 17-19.11.2023 i 24-26.11.2023 odbywały się zajęcia kursu teoretycznego (online), według programu i pod kierownictwem IW **Katarzyny Górskiej**. Kurs zaliczyło 48 osób.

Instruktor Zawodowy (ISIA)

W sezonie 2023/2024 po spełnieniu odpowiednich wymagań – legitymację Instruktora Zawodowego (ISIA) otrzymali:

1. STAWARZ Tymoteusz
2. ZUBEK Robert
3. BARANOWSKI Jędrzej
4. SZWAJCOWSKI Kazimierz

Instruktor Międzynarodowy Amator (IVSI)

Od stycznia 2010 r. Międzynarodowe Stowarzyszenie Instruktorów Amatorów (IVSI) wprowadziło obowiązkową legitymację instruktora IVSI w formie plastikowej karty. W grudniu 2009 r. rozpoczęliśmy drukowanie nowych legitymacji IVSI – w sezonie 2023/2024 zostało wystawionych 35 nowych legitymacji, a znaczki IVSI 2024 (prolongata) wykupiło 226 instruktorów (do 30.06.2024).

62 Mistrzostwa Polski Instruktorów

Planowane na dzień 16 marca 2024 roku Mistrzostwa Polski Instruktorów w ON Kotelnica Białczańska w Białce Tatrzańskiej nie odbyły się ze względu na zły stan pokrywy śnieżnej. Tym samym nie odbyły się Mistrzostwa Szkół Narciarskich i Mistrzostwa Demonstratorów Szkolnych. Odwołana też została wiosenna Konferencja Instruktorów Wykładowców i Asystentów, a wraz z nią wszystkie towarzyszące wydarzenia.

13 marca zorganizowana została konferencja on-line poświęcona założeniom nowego Programu Nauczania Narciarstwa SITN. Konferencję rozpoczęli: Prezes **Jacek Żaba** oraz Prezes Honorowy **Wojciech Gajewicz**. Zespół autorski reprezentowali: Wiceprezes **Wojciech Podgórny**, IW **Zbigniew Stanisławski** oraz IW **Tomasz Stelmach**.

Kurs Lawinowy

W sezonie 2023/2024 zorganizowano trzy kursy lawinowe w następujących terminach:

05-07.01.2024 r. Zakopane dla Wojska Polskiego
07-09.03.2024 r. Zakopane
02-04.04.2024 r. Zakopane

Kursy prowadzili:

- międzynarodowy przewodnik wysokogórski IVBV, ratownik TOPR – IW **Adam Marasek**
- przewodnik tatrzański II klasy, instruktor narciarstwa wysokogórskiego PZA, ratownik TOPR – IW **Andrzej Marasek**

Absolwenci kursów lawinowych SITN:

1. LEWANDOWSKI Dariusz
2. FRANKIEWICZ Rafał
3. GIRCZA Michał
4. SZYMCZYK Marcin
5. SZYMAJDA Paweł
6. BINDA Marcin
7. GOŁĄBEK Tomasz
8. GRZĄDKOWSKA Maria
9. MOTYKA Wiktor
10. SŁODCZYK Szymon
11. ŁOJEK Marcin
12. MAJEWSKI Krzysztof
13. OKRĘGLAK Andrzej

14. SARZYŃSKI Jacek
15. SOŁOWIŃSKA Dominika
16. TORCZ Karol
17. BOGUSZEWICZ Paweł
18. CHROBAK Maciej
19. CZEPUKOJĆ Tadeusz
20. FUCHS Ewa
21. SŁOTA Maciej
22. SROKA Piotr
23. NOGAJ Michał
24. STOJOWSKI Antoni

Kurs Ski-Tourowy

W minionym sezonie odbył się jeden kurs ski-tourowy dla Wojska Polskiego, w terminie 08-12.01.2024r. Kurs zaliczyli:

1. DUBRAWSKI Wacław
2. SZYMAJDA Paweł
3. GRZEGORCZYK Piotr

Kurs prowadził międzynarodowy przewodnik wysokogórski IVBV, ratownik TOPR – IW **Adam Marasek**.

Podsumowanie sezonu szkoleniowego opracowała:

Elżbieta Nowaczyńska
Biuro SITN

ZNIŻKI
DLA KADRY INSTRUKTORSKIEJ POL-SKI INSTRUKTOR

HEAD

Możliwość zakupu nart na preferencyjnych warunkach
Szczegóły na stronie **https://www.head.com/pl_PL/instruktor**
Kontakt: Marcin Stanuszek, m.stanuszek@pl.head.com,
tel +48 511 299 617

STROJNY

Kraków, ul. Sławkowska 11
www.zegarkistrojny.pl

Zniżka na zakup zegarków marki Longines.
Szczegóły w sklepie Strojny
ul. Sławkowska 11, Kraków, tel. 12 426 96 40

GABEL

www.gabel.com.pl

Zniżka na zakupy dla instruktorów i klubów narciarskich.
Kontakt: zamowienia@rondo-distribution.pl
Więcej na: **www.gabel.com.pl**

ZIENER

EST. 1946

Zniżka na zakupy dla instruktorów i klubów narciarskich.
Kontakt: zamowienia@rondo-distribution.pl
Więcej na: **www.ziener.com.pl**

ROSSIGNOL

Możliwość zakupu sprzętu
na preferencyjnych warunkach.
Kontakt: **k.wasek@pmsport.com.pl**

AUTO GROUP LUZAR

Autoryzowany dealer marek Skoda, Volkswagen, Mazda
Salon Serwis
www.autoluzar.pl
32-020 Wieliczka, ul. Krakowska 33

KRAKÓW SPORT

Góra Libertowska 45 30-444 Kraków-Libertów
tel. 730 043 186
www.krakowsport.pl info@krakowsport.pl

EVELET

Agencja reklamowa, nadruki na kombinezony i odzież narciarską
Jurgów 263, 34-532 Jurgów
tel. 600 450 560
firma@evelet.pl

Zamst Polska

Wsparcie treningowe i ortopedyczne tel. 787 710 416
marketing@zamst.com.pl **www.zamst.com.pl**
Zniżka -15% na wartość zakupową w koszyku –
zniżka ważna do 30.04.2025

Sprawozdanie Przewodniczącego Komisji Egzaminacyjnej za sezon 2023/2024

W sezonie 2023/2024 Komisja Egzaminacyjna rozpoczęła swoje działania w dniach 19-20.12.2023 od warsztatów w Czarnej Górze i Poroninie na stokach Grapa Ski i Ski Suche. Przeprowadzone zostały zajęcia z oceniania części instruowania podczas ER na stoku Litwinka. W części popołudniowo-wieczornej pod kierunkiem V-Prezesa **Wojciecha Podgórnego** i kol. **Kaspra Leonowicza** prowadzona była dyskusja programowa poprzedzająca prace nad wydaniem nowego programu nauczania. Oczywiście w programie warsztatów znalazły się dodatkowe sprawdziany na współczynniki SL i GS, dla członków KE oraz IW – kierowników LSN, którzy utracili współczynniki na skutek różnych zdarzeń losowych. Została także przygotowana i przeprowadzona próba testowa „sprawdzianu krótkiego skrętu", która polega na przejeździe ustawienia z bramek gigantowych (2 tyczki z płachtą) slalomu bez figur, ustawionych w odległościach 13-15m. Przeprowadzony test został pozytywnie przyjęty przez obecnych podczas warsztatów członków KE. Taka forma sprawdzianu sportowego podczas ER miałaby zastąpić od przyszłego sezonu dotychczasowy sprawdzian SL.

Z zaplanowanych 23 Egzaminów Regionalnych odbyły się 22. Jeden ER został odwołany z uwagi na wczesny koniec zimy i brak śniegu w Kluszkowcach. Wzięło w nich udział 523 chętnych (we wcześniejszym sezonie 461), z których pozytywnie zaliczyły 293 osoby, co daje średnią zdawalność na poziomie 55%, (na poszczególnych ER ta zdawalność wahała

Egzaminatorzy SITN w sezonie 2024/2025:

1. Bogusz Piotr
2. Buczek Anna
3. Chachulski Jakub
4. Cichy Tomasz
5. Głowacki Rafał
6. Górnicki Piotr
7. Górska Katarzyna
8. Horecki Krzysztof
9. Karolus Aleksander
10. Majerczyk Marek
11. Małysa-Sonik Katarzyna
12. Młynarczyk Maciej
13. Niedziela Michał
14. Palik Marek
15. Podgórny Wojciech
16. Stanisławski Zbigniew
17. Stelmach Tomasz
18. Strama-Chevallier Katarzyna
19. Wołk Rafał
20. Woźnica Wojciech
21. Wysocka Izabela
22. Wysocki Artur

Egzaminatorzy SITN „VIP" w sezonie 2024/2025:

1. Klimczak Przemysław
2. Markiel Adam
3. Podgórna Zuzanna
4. Żaba Jacek

się od 21-100%. W sezonie 2022/2023 średnia wynosiła 63%.

Liczba uczestników na ER wynosiła średnio 23 osoby, a na poszczególnych ER wahała się od 8 do 48 uczestników. Oprócz ER ocenianie przeprowadziliśmy czterokrotnie na CKI. Niestety z braku odpowiednich warunków śniegowych w minionym sezonie nie zostały przeprowadzone Mistrzostwa Polski Instruktorów. Ze zgłoszonych i przyjętych do realizacji w sezonie 42 edycji ZR, zrealizowano 26, w których wystartowało 823 adeptów (rok wcześniej 1014), z których na min. 6 pkt zaliczyły 593 osoby, co stanowiło 72% (przed rokiem 658 – 65 %). Natomiast na 9 pkt lub wyżej zaliczyło 159 osób, czyli 19% (rok wcześniej na 8 pkt. zaliczyło 314 osób – 31%).

Wszystkim Egzaminatorom serdecznie dziękuję za wykonaną pracę w minionym oraz w ostatnich sześciu sezonach. Informuję, iż na ręce Prezesa złożyłem rezygnację z dalszego przewodniczenia Komisji Egzaminacyjnej, w związku z czym nowy skład KE na kolejny sezon powoła nowy jej Przewodniczący wyznaczony przez Prezesa i Zarząd. Dziękuję za zaufanie i współpracę.

Krzysztof Horecki
Przewodniczący Komisji Egzaminacyjnej
w latach 2018-2024

Oto analiza liczbowa ER ostatnich siedmiu sezonów:

	2017/18	2018/19	2019/20	2020/21	2021/22	2022/23	2023/24
Liczba ER (przeprowadzonych)	19	24	16	11	19	16	22
Liczba uczestników	686	629	620	301	530	461	523
Średnio uczestników na egzaminie	36	26	39	27	28	29	23

Krzysztof Horecki – Instruktor Wykładowca PASS, trener, międzynarodowy sędzia narciarski – Delegat Techniczny Inspektor FIS, specjalista ds. tras i skoczni narciarskich. Od 23 lat kierownik techniczny SN STRAMA. Przez ostatnie 6 lat był Przewodniczącym Komisji Egzaminacyjnej SITN.

Egzaminy Regionalne w Czarnowie i Zieleńcu

Nowy Przewodniczący Komisji Egzaminacyjnej

Nawiązując do wyrażonej na poprzedniej stronie rezygnacji IW **Krzysztofa Horeckiego** z pełnienia funkcji Przewodniczącego Komisji Egzaminacyjnej, pragnę podziękować Koledze Przewodniczącemu za 6-letnią pracę na rzecz SITN. Kiedy objąłem po raz pierwszy funkcję Prezesa SITN, zaproponowałem Zarządowi, aby szefem KE został właśnie K. Horecki. Zarząd jednogłośnie poparł ten wybór. Wszyscy znamy Krzysztofa ze skrupulatnego podejścia do wykonywanych zadań, a w przypadku egzaminów, współczynników, rozdzielania funkcji, taka dokładność jest bardzo potrzebna. Krzysztofa cechowały też zawsze szeroka wiedza i doświadczenie, wykorzystywane w pracy na rzecz SITN, PZN oraz FIS.

Nadszedł jednak czas zakończenia misji Krzysztofa, który w piśmie do mnie napisał między innymi: *Po minionym sezonie straciłem niestety serce i zapał do dalszego wytyczania formuły działania tej Komisji. Cytując słowa piosenki: „przychodzi w końcu kres na kres" i „trzeba ze sceny zejść". A tak na poważnie przychodzi chyba w naszym gronie zmiana pokoleniowa i trzeba młodszych Koleżanki i Kolegów dopuścić do kształtowania teraźniejszości i przyszłości działań w naszym Stowarzyszeniu. Dziękuję za zaufanie i możliwość działania przez ostatnie 6 sezonów.*

Do zmiany na stanowisku Przewodniczącego Komisji Egzaminacyjnej przygotowywaliśmy się od kilku miesięcy. Poprosiłem o przejęcie tej funkcji IW **Macieja Młynarczyka**. Wprawdzie nie jest on długo członkiem KE, ale nie to powinno decydować o powołaniu Przewodniczącego. Tutaj ważne są cechy charakteru i osobowości, które kol. Maciej posiada. Dał się poznać jako osoba mocno przykładająca się do powierzonych mu zadań. Jest konsekwentny, pracowity, dokładny, wytrwały, obiektywny w ocenach. Tak się złożyło, że najważniejsze dwie rozmowy przeprowadziliśmy w górach: pierwsza długa rozmowa z Maciejem na szczycie Skrzycznego i druga w towarzystwie Krzysztofa Horeckiego na szczycie Litwinki. To właśnie na Litwince kol. Maciej przedstawił swoje pierwsze uwagi do Regulaminu KE oraz nowe pomysły na przeprowadzanie corocznych warsztatów Komisji. Podczas lipcowego posiedzenia Zarządu SITN, wszyscy obecni członkowie Zarządu poparli tę kandydaturę. Witaj więc Maćku w nowej roli Szefa Egzaminatorów!

Jacek Żaba
Prezes SITN

Po zmianie na stanowisku Przewodniczącego KE nadeszło na adres SITN wiele miłych słów, których część prezentujemy poniżej:

Wiceprezes SITN Wojciech Podgórny: *Krzysztofie, wielkie dzięki za poświęcony czas i zaangażowanie. Macieju, witamy na pokładzie!*

IW Katarzyna Strama-Chevallier: *Krzysztofie, bardzo dziękujemy za poświęcony czas oraz nieoceniony wkład pracy, motywacji i zaangażowania. To trudna i wymagająca funkcja. Osobiście dziękuję za motywację do działania, wszystkie rady i naukę skrupulatności! Macieju, powodzenia i do zobaczenia!*

IW Izabela Wysocka oraz IW Artur Wysocki: *Krzysztofie, wprowadziłeś wysokie standardy, profesjonalizm, mocno zawęziłeś pole rozbieżności oceniania; o matematyce w obliczeniach i statystyce już nie wspominamy. Dziękujemy. Na bazie tego czujemy się wszyscy Egzaminatorzy w obowiązku rozwijać i dalej udoskonalać pod wodzą Macieja. Gratulacje Maćku!*

IW Marek Palik: *Krzychu, wielkie dzięki za to jak prowadziłeś komisję i potrafiłeś to robić tak, by wszystkich zadowolić i trzymać poziom w tych niełatwych czasach. Rozmawialiśmy nie raz zimową porą o KE i sprawach z nią związanych, a przy sposobności np. o pstrągach łowionych przez Ciebie. Jeszcze raz dzięki za Twoje zaangażowanie.*
Maćku – wiem, że będziesz bardzo dobrym szefem, a swoim nietuzinkowym spojrzeniem wzbogacisz z pewnością KE o nowe elementy. Trzymam kciuki, a jak będziesz potrzebował rady czy opinii – jesteśmy jako zespół do Twojej dyspozycji.

UBEZPIECZENIA
WARTE ROZWAŻENIA

W nowym sezonie pojawi się nowa oferta ubezpieczeniowa, skierowana do instruktorów i trenerów narciarstwa i snowboardu. Łączy ona ze sobą ze sobą nie tylko kompleksową ochronę oraz elastyczność, ale także jeszcze lepiej odpowiada indywidualnym potrzebom. Po wnikliwej analizie dostępnych na rynku rozwiązań, PZU S.A. pozostaje jedynym ubezpieczycielem oferującym odpowiedni zakres ochrony.

Nowy sposób zakupu ubezpieczeń

Program ubezpieczeniowy został ponownie wynegocjowany przez STBU Brokerzy Ubezpieczeniowi, a jego dystrybucję będzie prowadzić multiagencja easIT sp. z o.o., oferując również dedykowaną infolinię. W przypadku potrzeb ubezpieczeniowych nieuwzględnionych w zautomatyzowanym programie, STBU pozostaje do Państwa dyspozycji. Nowa oferta będzie dostępna na dedykowanej stronie internetowej, gdzie po założeniu konta można będzie szybko uzyskać polisę (w przypadku OC na terenie Europy – dwujęzyczną). Zakup ubezpieczenia, jak w ubiegłym roku, wymagać będzie jedynie podstawowych danych i kodu SITN.

Elastyczna oferta ubezpieczenia OC instruktora i trenera

Na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród licencjonowanych szkół narciarskich posiadających w swojej ofercie m.in. wyjazdy zagraniczne oraz informacji pozyskanych od instruktorów ustalono, że kluczowy jest czas uruchomienia polisy oraz krótsze okresy ubezpieczenia we wszystkich opcjach sum gwarancyjnych.
Dlatego z radością informujemy, że oprócz wariantów z roku ubiegłego, możliwe będzie zawarcie polisy OC **z sumą gwarancyjną na poziomie odpowiadającym 6 mln EUR także w opcji krótkoterminowej.**

Ochrona na terenie Polski	**Suma gwarancyjna odpowiadająca 0,5 mln zł**				
	Okres ubezpieczenia	15 dni	30 dni	120 dni	1 rok
	Składka od osoby	**24 zł**	**40 zł**	**85 zł**	**90 zł**
Ochrona na terenie Europy (w tym Polski)	**Suma gwarancyjna odpowiadająca 0,5 mln €**				
	Okres ubezpieczenia	15 dni	30 dni	120 dni	1 rok
	Składka od osoby	**97 zł**	**160 zł**	**340 zł**	**530 zł**
	Suma gwarancyjna odpowiadająca 1,05 mln €				
	Okres ubezpieczenia	15 dni	30 dni	120 dni	1 rok
	Składka od osoby	**141 zł**	**265 zł**	**500 zł**	**800 zł**
	Suma gwarancyjna odpowiadająca 6 mln €				
	Okres ubezpieczenia	15 dni	30 dni	120 dni	1 rok
	Składka od osoby	**300 zł**	**500 zł**	**1 500 zł**	**2 400 zł**

Co więcej 30-dniowy okres ubezpieczenia zostanie uruchomiony dla wszystkich sum gwarancyjnych. Warto podkreślić, że oferta PZU nie zawiera franszyzy, więc przy wyborze wariantu na 6 mln EUR, **nie będzie konieczności dokupienia dodatkowej polisy w celu uzupełnienia wysokiego udziału własnego.** Dodatkowo, ubezpieczenie OC zostało **rozszerzone o szkody wyrządzone w mieniu powierzonym oraz o szkody wyrządzone w najmowanych rzeczach ruchomych**. Warto podkreślić, że ceny ubiegłorocznych wariantów pozostają bez zmian, a program będzie trwał od października 2024 r. do końca września 2025 r., co oznacza, że opcja wykupienia ubezpieczenia będzie dostępna przez cały rok kalendarzowy.

Dodatkowa ochrona dla instruktora

- Oferta została wzbogacona o dodatkowe produkty ubezpieczeniowe, które będą przydatne zarówno podczas pracy, jak i w trakcie wyjazdów prywatnych. Będzie to **ubezpieczenie podróży zagranicznych, ubezpieczenie NNW oraz ubezpieczenie OC w życiu prywatnym**.
- Ubezpieczenia te pojawią się wkrótce po uruchomieniu możliwości zakupu OC instruktora i trenera, a ich zakup będzie możliwy niezależnie od zakupu polisy OC.
- **W przypadku ubezpieczenia NNW oraz podróży zagranicznych wprowadziliśmy <u>niestandardowe rozszerzenia</u> o sporty wyczynowe i aktywności wysokiego ryzyka, takie jak zjazdy poza trasami. Zapewni to pełną ochronę dla instruktorów zajmujących się także ekstremalnymi formami narciarstwa.**

Ubezpieczenie NNW instruktora

- **Oferta NNW** oprócz standardowych świadczeń obejmuje również ubezpieczenie **kosztów leczenia i rehabilitacji** w Polsce. Warto rozważyć ochronę w tym zakresie zarówno na czas zawodów, treningów, szkoleń, ale także na czas weekendu z rodziną czy znajomymi.
- Skutki wypadku, niezależnie czy powstałego podczas treningu, czy wyjazdu prywatnego, często mogą wymagać dalszego leczenia i rehabilitacji. Dlatego koszty leczenia i wsparcie w rehabilitacji stanowią bardzo istotny element ochrony, kluczowy dla szybkiego powrotu do zdrowia i pełnej aktywności zawodowej.
- Ubezpieczenie NNW będzie dostępne w formie wykupienia osobodni, co oznacza, że składka zostanie naliczona za rzeczywisty okres ochrony, zgodnie z wybranym czasem trwania ubezpieczenia.

Ubezpieczenie kosztów leczenia podczas podróży (KL)

Ubezpieczenie KL to niezbędny element każdej podróży. To nie tylko ochrona zdrowia w przypadku wypadku, ale także pomoc w sytuacji nagłego zachorowania. Wizyty lekarskie, zabiegi chirurgiczne, leki, a także koszty transportu czy ratownictwa za granicą mogą generować bardzo wysokie koszty. Oferowane ubezpieczenie pokryje powyższe wydatki, a Państwo będą mogli skupić się na powrocie do zdrowia. Podobnie jak w przypadku ubezpieczenia NNW, ubezpieczenie KL będzie dostępne w formie wykupienia osobodni.

Ubezpieczenie OC w życiu prywatnym

Ostatnim nowym produktem w naszej ofercie **jest OC w życiu prywatnym instruktora na terenie RP.** Tego rodzaju ochrona powinna być standardem dla każdego, przez cały rok. Wypadki zdarzają się nie tylko w pracy, ale podczas codziennych czynności, a szkody wyrządzone osobom trzecim lub ich mieniu mogą prowadzić do poważnych strat finansowych. Warto pamiętać, że w tym przypadku ochrona ubezpieczeniowa obejmuje automatycznie nie tylko osobę wskazaną w dokumencie ubezpieczenia, ale także domowników.

Podsumowanie

Ochrona finansowa oraz wsparcie w trudnych sytuacjach to tylko niektóre z powodów, dla których warto skorzystać z zaprezentowanego programu. Dzięki narzędziu on-line, można będzie szybko i wygodnie zabezpieczyć siebie i swoich podopiecznych, a tym samym skupić się na tym co najważniejsze - swojej pasji, przekazywaniu wiedzy i radości na trasach narciarskich.

Regionalne Testy Sprawnościowe GS (dawniej: Zawody Regionalne) 2024/2025

1	2024-12-07	CZARNA GÓRA RESORT, KOTLINA KŁODZKA	SNOW WAY
2	2024-12-07	Kaniówka	LIDER
3	12/14/2024	Wańkowa – Bieszczad.ski	BESTKAMP
4	2024-12-14	Kluszkowce	Multi Sport Haski
5	2024-12-15	Wisła Siglany	ZSN Slalom
6	2024-12-15	Kaniówka	LIDER
7	2024-12-18	Szczyrk Skrzyczne/Istebna Złoty Groń	ŚMIG
8	2024-12-20	Wisła Siglany	Stanisław-Ski
9	2024-12-21	Stacja Narciarska Suche	SKIKUROS
10	2024-12-22	Kaniówka	LIDER
11	2024-12-20	Czarnów	Ski Academy Demo Team Poland
12	2024-12-28	Wisła Siglany	ZSN Slalom
13	2025-01-06	Czarnów	Wrocławska Szkoła narciarska
14	2025-01-11	Zwardoń SKI	Snow Division
15	2025-01-11	Kaniówka	LIDER
16	2025-01-19	Wisła Siglany	ZSN Slalom
17	2025-01-19	Czarna Góra – Litwinka, Grapa	STRAMA
18	2025-01-25	Kluszkowce	Multi Sport Haski
19	2025-01-25	Wisła Soszów	NARTUS
20	2025-01-26	Szczyrk Skrzyczne	ŚMIG
21	2025-01-29	Czarnów	Ski Academy Demo Team Poland
22	2025-01-31	Falcade Włochy	Fabryka Narciarzy
23	2025-02-01	Stacja Narciarska Suche	SKIKUROS
24	2025-02-01	Zieleniec Sport Arena, Kotlina Kłodzka	SNOW WAY
25	2025-02-07	Falcade Włochy	Fabryka Narciarzy
26	2025-02-08	Kluszkowce	Multi Sport Haski
27	2025-02-08	Wisła Soszów	NARTUS
28	2025-02-09	Szczyrk Skrzyczne	ŚMIG
29	2025-02-09	Czarna Góra – Litwinka Grapa	STRAMA
30	2025-02-14	Falcade Włochy	Fabryka Narciarzy
31	2025-02-15	Stacja Narciarska Suche	SKIKUROS
32	2025-02-22	Wisła Soszów	NARTUS
33	2025-02-23	Szczyrk Skrzyczne	ŚMIG
34	2025-03-01	Stacja Narciarska Suche	SKIKUROS
35	2025-03-02	Wisła Stożek	Skręty
36	2025-03-02	Zieleniec + Memoriał Haczkiewicza	AWF Wrocław
37	2025-03-09	Czarna Góra – Litwinka Grapa	STRAMA
38	2025-03-09	Wisła Siglany	ZSN Slalom
39	2025-03-09	Wańkowa – Bieszczad.ski	BESTKAMP
40	2025-05-02	Pitztal Austria	Fabryka Narciarzy

ziener
EST. 1946
www.ziener.com.pl

GABEL
www.gabel.com.pl

Egzaminy Regionalne
2024/2025

LP	TERMIN	MIEJSCE	SZKOŁA
1	2024-12-15	Kluszkowce	Multi Sport Haski
2	2024-12-21	Stacja Narciarska Suche	Skikuros
3	2025-01-06	Kaniowka Białka Tatrzańska	LIDER
4	2025-01-08	Szczyrk Skrzyczne	ŚMIG
5	2025-01-12	Kaniowka Białka Tatrzańska	LIDER
6	2025-01-12	Zwardoń Ski	Snow Division
7	1/13/2025	Wańkowa – Bieszczad.ski	BESTKAMP
8	2025-01-19	Litwinka, Stacja Narciarska Grapa	STRAMA
9	2025-01-26	Wisła Soszów	NARTUS
10	2025-02-01	Stacja Narciarska Suche	Skikuros
11	2025-02-01	Szczyrk Skrzyczne	ŚMIG
12	2025-02-09	Wisła Soszów	NARTUS
13	2025-02-09	Litwinka, Stacja Narciarska Grapa	STRAMA
14	2025-02-15	Stacaj Narciarska Suche	Skikuros
15	2025-02-15	Zieleniec Sport Arena, Kotlina Kłodzka	SNOW WAY
16	2025-02-15	Szczyrk Skrzyczne	ŚMIG
17	2025-02-23	Wisła Soszów	NARTUS
18	2025-03-01	Szczyrk Skrzyczne	ŚMIG
19	2025-03-01	Stacja Narciarska Suche	Skikuros
20	2025-03-01	Czarna Góra Resort, Kotlina Kłodzka	SNOW WAY
21	2025-03-02	Wisła Soszów	NARTUS
22	2025-03-09	Litwinka, Stacja Narciarska Grapa	STRAMA
23	2025-03-09	Zwardoń Ski	Snow Division
24	2025-03-16	Kluszkowce	Multi Sport Haski

KrakowSport | Professional Ski Store

PROFESJONALNY SALON NARCIARSKI

SPORTOWE MARKI **PREMIUM**
DORADZTWO BOOTFITTING SERWIS

REALIZUJEMY **RACE PROGRAMY** | ZNIŻKI DLA INSTRUKTORÓW

KrakowSport | Professional Ski Store

Góra Libertowska 45
30-444 Kraków-Libertów
+48 730 043 186

www.krakowsport.pl
info@krakowsport.pl

krakowsport.pl
KrakowSport

Czy zmiany są potrzebne?

Wydarzenia światowe, w których udział biorą przedstawiciele naszego Stowarzyszenia, zawsze mają wpływ na naszą technikę jazdy na nartach. Raz jest to duży wpływ, innym razem niewielki. Kongres Nauczania, który odbył się w Levi w marcu ubiegłego roku, miał niewielki wpływ. Technika jazdy w większości krajów od jakiegoś czasu jest podobna, w tym nasza. Jednak już przed Kongresem zauważyliśmy, że dotychczasowy Program Nauczania (2018) wymaga „liftingu". Odpowiedzialny za pion szkoleniowy, v-ce prezes **Wojciech Podgórny** powołał zespół, który miał zająć się przeprowadzeniem drobnych zmian w jego zapisach. Jako członek tego zespołu przedstawiam moją wizję sugerowanych zmian, częściowo zrealizowaną w ramach powołanego zespołu.

„Lifting" programu spowodował konieczność głębszych zmian w działach powiązanych z techniką jazdy – w teorii, słowniku i strukturze szkoleniowej. Proponowane zmiany w technice jazdy (wykonania ewolucji) są zasadniczo niewielkie. Jako członek zespołu przygotowującego propozycję zmian opiszę je w skrócie.

Kluczową zmianą, głównie mentalną, jest **analiza umiejętności ucznia** w oparciu o kryteria określone już wiele lat temu w Programie Nauczania, ale praktycznie nie realizowane: równowagę, kontrolę krawędziowania, kontrolę nacisku i kontrolę obrotu nart. Dotychczasowe określenie umiejętności sprowadza się do porównania wykonania ewolucji z wzorcem, a więc najważniejsza jest ewolucja, a nie umiejętności jakie posiada uczeń podczas wykonywania tej ewolucji.

Co zmienia takie podejście do oceny umiejętności ucznia? Wymusza przeanalizowanie każdej z wyżej opisanych, pożądanych umiejętności, wyselekcjonowanie tej najistotniejszej i potwierdzenie opanowania jej lub zastosowanie zadań (ćwiczeń), które ją poprawią. Na każdym poziomie umiejętności technicznych, proporcje ww. umiejętności zmieniają się. Dominująca jest umiejętność utrzymania równowagi, która na poziomie podstawowym jest największa w stosunku do pozostałych umiejętności. Umiejętności krawędziowania, obrotu nart, nacisku narastają wraz z postępem umiejętności technicznych.

Takie podejście do oceny umiejętności ucznia spowodowało rozbudowanie części teoretycznej. Wiąże się to z koniecznością głębszego rozumienia praw fizyki. Poszerzenie tego materiału nie przekracza wiadomości z fizyki wyniesionych ze szkoły średniej. Bez zrozumienia praw fizyki właściwa analiza ruchu nie jest możliwa.

Z rozbudowaniem teorii został poszerzony słownik o nowe pojęcia i bardziej szczegółowe wyjaśnienie dotychczasowych. Niektóre pojęcia niezbędne w analizie techniki skrętu zostały bezpośrednio przeniesione z języka angielskiego, gdyż nie było odpowiedników wyjaśniających zjawisko w języku polskim. Są to najczęściej pojęcia używane powszechnie w programach nauczania innych krajów.

Położenie nacisku na **umiejętności** spowodowało drobne zmiany w hierarchii ewolucji i ich ułożenia w systemie szkoleniowym. Każdy skręt wykonywany jest dzięki kombinacji ww. podstawowych umiejętności, których stosowanie zależne jest od stopnia zaawansowania technicznego. Prawidłowe wykonywanie skrętów przedstawionych w rozdziale „Schemat szkolenia" stanowi efekt opanowania tych podstawowych umiejętności na coraz wyższym poziomie zaawansowania. **Cele szkolenia instruktorskiego** zatem **nie powinny być rozumiane jako dążenie do nauczania idealnych skrętów, lecz zmierzać do opanowania i skutecznego stosowania przez ucznia umiejętności podstawowych**. Powinna nastąpić zmiana w zestawie tzw. ćwiczeń (co jest przygotowywane przez zespół), które powinny skupić się na doskonaleniu poszczególnych umiejętności, a nie tylko na doskonaleniu wykonania skrętu.

Działania narciarza (w tym skręty) są podzielone na kilka poziomów oznaczonych kolorami. Można przyjąć, że są one zebrane zgodnie z narastaniem trudności. Występują

Łańcuch biokinematyczny z aktualizacji słownika jako fragment proponowanych zmian

rozbieżności w zestawieniu wykonania danego elementu z przypisaniem go do danego poziomu trudności. Wynika to z konieczności zebrania określonych działań (ewolucji) w jednym miejscu. Program nauczania nie jest instrukcją realizowania poszczególnych tematów w przedstawionej kolejności. Jak wspomniałem, **zadaniem instruktora jest nauczanie umiejętności**. Przedstawiony schemat stwarza możliwości wyboru działań odpowiednich do potrzeb ucznia. Oznaczenie danego poziomu kolorem ma jedynie ułatwić poruszanie się po tym zbiorze.

Poziom biały – obejmuje podstawy poruszania się, aż do pługu (analogicznie do aktualnego programu). Proponowane zmiany są kosmetyczne.

Poziom zielony – od łuków płużnych, poprzez skręty płużne i ześlizgi, do skrętów ślizgowych. Proponowane zmiany dotknęły łuki i skręty płużne. Do łuków płużnych została zastosowana zasada **jednolitego schematu ruchowego**, który sugerowałem już w jednym z artykułów w Informatorze Przedsezonowym z roku 2016/17. Ta koncepcja została przyjęta i wprowadzona do wszystkich skrętów. W skręcie płużnym (powrót do wcześniej stosowanej nazwy) została zaproponowana zmiana w rozpoczęciu skrętu (dowolność: pozycja płużna lub półpłużna), gdyż istotą tego skrętu jest złączenie nart, a nie sposób ustawienia nart w pozycji kątowej przed wykonaniem skrętu.

Poziom niebieski – skręty równoległe na niższym poziomie umiejętności – długie i krótkie,

czyli skręt podstawowy długi i śmig. Skręt podstawowy długi jest odpowiednikiem skrętu równoległego NW. Zniknął dodatek „NW" opisujący sposób odciążenia, gdyż znaczenie odciążenia NW znacznie zmalało na gładkich, wyratrakowanych trasach. Występuje ono nadal w tym skręcie, ale jest stosowane tylko w wielkości wymaganej do wykonania skrętu, a nie jako dominująca jego część. Eksponowanie odciążenia NW w nazwie zachęcało do jego przesadnego wykonania. Wielu instruktorów pewnie będzie przeciwnych takiej zmianie w nazwie skrętu, ale ona właśnie podkreśla kierunek zmian technicznych. Pamiętam podobną dyskusję wiele lat temu, gdy wprowadzaliśmy pojęcie „skręt" zamiast krystianii.

Poziom czerwony – to skręty zaawansowane długie i krótkie. Zmiany dotyczą niuansów technicznych wykonania skrętu. W wypadku skrętu krótkiego opis przewiduje dostosowanie do realiów wykonania tego skrętu, czyli niewielkiego śladu ślizgowego, który powstaje w trudniejszych warunkach i na stromym.

Poziom czarny – to wszystko co jest poza trasami, na stromym, na twardym, w puchu.

Proces doprecyzowania wykonania skrętów spowodował zdecydowaną **rozbudowę opisu wykonania danego skrętu z podziałem na fazy**. Rozbudowany opis i **szeroki komentarz** mają ułatwić instruktorowi rozumienie techniki jego wykonania. Natomiast wersja uproszczona opisu jest do opowiadania na stoku. Może być ona, odpowiednio do potrzeb, rozszerzana – zależy to od ucznia.

Czy zmiany są potrzebne? W mojej opinii są niezbędne. Mając wieloletnie doświadczenie w tworzeniu programów nauczania i systemów szkolenia zdaję sobie sprawę, że **ww. propozycje zmian muszą pociągnąć za sobą kolejne**. Myślę o „wytycznych szkolenia", które od lat były tylko uzupełniane o bieżące potrzeby, bez dogłębnej analizy zakresu wymaganego materiału na poszczególnych poziomach szkolenia. Niezależnie od tego trzeba przyjrzeć się naszemu systemowi szkolenia, który w mojej opinii zaczął odstawać od rzeczywistych potrzeb i celów Stowarzyszenia. Powinny zostać precyzyjnie określone wymagania dotyczące umiejętności ucznia na każdym poziomie i bezwzględnie egzekwowane na podstawie szczegółowych kryteriów oceny (w tym wymaganych sprawdzianów).

Nawet drobne zmiany w technice wykonania ewolucji wymagają przeszkolenia wszystkich kadr odpowiedzialnych za szkolenie. Zbliżający się kolejny sezon powinien zintensyfikować takie działania, szczególnie w jego początkowej części.

Szczególne znaczenie będzie miało przeszkolenie kadry instruktorskiej i wypracowanie kryteriów oceniania. W tym zakresie odpowiedzialność spada na Komisję Narciarstwa Alpejskiego i Komisję Egzaminacyjną. Dotychczasowy system ręcznej i raczej niepełnej analizy oceniania w dobie sztucznej inteligencji wymaga pilnej aktualizacji. Informacje pozyskiwane podczas Egzaminów Regionalnych nie dają pełnego obrazu, jak są przygotowywani uczestnicy na kursach i jak wynik wewnętrznego egzaminu przekłada się na wynik na egzaminie zewnętrznym. Powinien to ułatwić „nowy system", o którym mówi się już drugą kadencję, ale jak na razie rezultatów nie widać.

I wreszcie na koniec – dostępność do materiałów szkoleniowych. Jestem zdecydowanym zwolennikiem wydań papierowych. Jednak czasy się zmieniły i przy powszechnym dostępie do internetu i korzystaniu z urządzeń mobilnych wydaje się, że materiały szkoleniowe powinny być dostępne w dwóch wersjach: elektronicznej i drukowanej. Sposób ograniczenia dostępu do elektronicznego materiału dla członków Stowarzyszenia (jako wartości intelektualnej) nie powinien być problemem technicznym. Możliwość korzystania z podpowiedzi, informacji, wskazówek w trakcie prowadzenia zajęć, szczególnie przez mniej doświadczonych instruktorów, powinna być niezbędna.

A więc, **czy zmiany są potrzebne?** – TAK; i wymagają intensywnej i **wspólnej pracy** całego Zarządu i wszystkich komisji. Nie powinniśmy zapominać o wyciąganiu wniosków z konkretnych uwag i sugestii zainteresowanych zmianami instruktorów.

Zbigniew Stanisławski
Członek Zespołu Autorskiego Programu Nauczania SITN 2025

MY TWORZYMY SPRZĘT, TY TWORZYSZ HISTORIĘ.

WORLDCUP REBELS

Specjalnie z myślą o instruktorach SITN marka HEAD przygotowała program umożliwiający zakup nart w preferencyjnych cenach.
W trakcie sezonu 2024/25 Licencjonowane Szkoły Narciarskie otrzymają rabat w wysokości 30% od rekomendowanej ceny detalicznej.
Składając zamówienie przed sezonem 2025/26 (do 20.03.2025) warunki zakupu są korzystniejsze - **44% rabatu** od rekomendowanej ceny detalicznej.

Szczegółowa oferta na sezon 2025/26 będzie dostępna pod koniec lutego 2025 r.

Zapraszamy do zapoznania się z programem na stronie https://**www.head.com/instruktor**

Zachęcamy do kontaktu:
Marcin Stanuszek
m.stanuszek@pl.head.com | M: +48 511 299 617

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

HEAD®

GRAPHENE

EMC

Wkład Komisji do Programu Nauczania SITN

Z przyjemnością informuję, że końcem minionego roku Komisja Narciarstwa Adaptowanego ukończyła pracę nad Programem nauczania osób z różnym rodzajem niepełnosprawności. Program jest rozdziałem stanowiącym część specjalistyczną standardowego Programu Nauczania SITN. Zawiera między innymi informacje o rodzajach i przyczynach niepełnosprawności, stosowanym sprzęcie, historii i celach. Staraliśmy się umieścić jedynie najbardziej istotne oraz najbardziej przyswajalne wiadomości z poszczególnych działów, tak aby czytelnik mógł łatwo odnaleźć interesujące go treści. Pomimo tego, że program jest stworzony na potrzeby osób, które pracują lub chciałyby w przyszłości prowadzić zajęcia z osobami z niepełnosprawnością, jest w nim wiele informacji, które jak najbardziej będą pomocne podczas prowadzenia regularnych szkoleń narciarskich. Teoria stanowi zdecydowanie mniejszą część całego programu, a praktyka jest czymś na co położyliśmy większy nacisk. Najważniejsze aby przyszli instruktorzy byli merytorycznie przygotowani i czuli się w pełni komfortowo prowadząc zajęcia, a wszystko przy zachowaniu

maksymalnego bezpieczeństwa w pracy ze swoimi podopiecznymi.

Jeszcze raz pragnę podziękować wszystkim członkom komisji za poświęcony czas oraz jakość informacji, jaką udało nam się umieścić w tym programie.

Dominik Jonas
Przewodniczący Komisji Narciarstwa Adaptowanego SITN

HEAD

TYROLIA

FHR
Full Heel Release

POLECANE PRZEZ TWOJE KOLANA

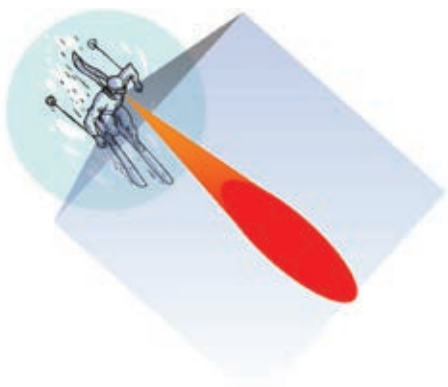
Wiązania Protector oferują pierwszą na świecie technologię FULL HEEL RELEASE (wypięcie części tylnej nie tylko w płaszczyźnie pionowej, ale i poziomej), która pozwala zmniejszyć siły oddziałujące na więzadło krzyżowe przednie podczas upadku o ponad 50%*, co wyraźnie zmniejsza ryzyko uszkodzenia kolan.

TYROLIA.COM

* Na podstawie symulacji modelowych metodą elementów skończonych przeprowadzonych na Uniwersytecie w Innsbrucku: „Lateral Heel Release Reduces ACL strain in Simulated Backward Twisting Falls"

Bezpieczeństwo na stoku a widzenie peryferyjne

W zeszłym roku obiecałem, że napiszę o czym były i jak przebiegły warsztaty, które miałem okazję poprowadzić podczas kongresu INTERSKI w fińskim Levi. Dzięki wsparciu całego polskiego Demo-Teamu, udało nam się przeprowadzić dobre warsztaty na stoku, poprzedzone moim krótkim wykładem. Warsztaty okazały się sukcesem i były odbierane bardzo pozytywnie przez wszystkich uczestników.



Jak już nadmieniłem w poprzednich doniesieniach, 20% wypadków to kolizje, a 80% kolizji kończy się ciężkimi urazami. Z tego też powodu bardziej celowe obserwowanie toru jazdy może przyczynić się do zwiększenia bezpieczeństwa na stoku.

Zakres pola widzenia sięga 210° w płaszczyźnie poziomej i około 70° do góry oraz 80° w dół, czyli w płaszczyźnie strzałkowej. Jednak zakres pola widzenia dramatycznie się zawęża jeśli narciarz jest pod presją, jedzie na nartach w trudnych warunkach lub jest właśnie w trakcie uczenia się nowej techniki. Celem instruktora jest zatem prowadzenie zajęć w taki sposób, aby eliminować dwa pierwsze czynniki ograniczające pole widzenia oraz zwracać uwagę na szeroką obserwację trasy w trakcie uczenia się nowej techniki… i w tym miejscu pojawia się pułapka. Instruktor może zwracać uwagę na daleką obserwację pola jazdy, zwracać uwagę na rozglądanie się, jednak narciarz z reguły obserwuje obszar do 20 m przed sobą i do 20° kątowych w płaszczyźnie poziomej. Widzi zatem przestrzeń, która jest określana jako snop światła.

Dlaczego tak się dzieje? Ponieważ jest to wygodne, narciarz otrzymuje informacje o trasie, ale nie czuje konieczności rozglądania się, ponieważ ma według siebie wszystkie konieczne informacje.

Posiadamy oczywiście zdolność widzenia peryferyjnego, jakkolwiek na widzeniu peryferyjnym nie możemy do końca polegać, ze względu na ograniczoną zdolność do podzielności uwagi naszego umysłu. W jaki sposób dochodzi zatem do tego, że wydaje nam się, iż widzimy w polu widzenia peryferyjnego wszystko? Kiedy poruszamy się na nartach, nasze oczy rejestrują zmieniający się i poruszający się względem nas krajobraz. W takiej sytuacji dla naszego mózgu staje się wyzwaniem lokalizowanie innych poruszających się po stoku narciarzy. Badania udowodniły, że w polu widzenia peryferyjnego rejestrujemy tylko jedną zmienną ruchową, stąd na tle poruszającego się względem nas krajobrazu trudno zaobserwować przemieszczającego się narciarza. W odnalezieniu zbliżającego się narciarza może nam pomóc doświadczenie, które odciąża mózg i pozwala nam skoncentrować się na wyszukiwaniu przeszkód albo innych współużytkowników stoku narciarskiego. Tym niemniej, zanim zdobędziemy doświadczenie, intencjonalne kierowanie wzroku może pomóc

w lokalizacji innych narciarzy i przeszkód. Z racji faktu, że widzenie peryferyjne jest zawodne, należy prowadzić odpowiednią strategię obserwacji stoku, tzn. obserwowanie najbardziej strategicznych kierunków przy pomocy snopa światła. Są to kierunki, na których coś może się pojawić oraz kierunki na których sytuacja na stoku może ulec zmianie. Tego typu strategia zapewnia naszym oczom komfort wykonywania sakkad o małym zakresie. To z kolei oznacza krótki czas potrzebny dla rozpoznania sytuacji i tzw. zysk uwagi. Konieczność wykonywania sakkad o większym zakresie zabiera więcej czasu i bardziej utrudnia rozpoznanie sytuacji przestrzennej. Jest w związku z tym nazywana kosztem uwagi.

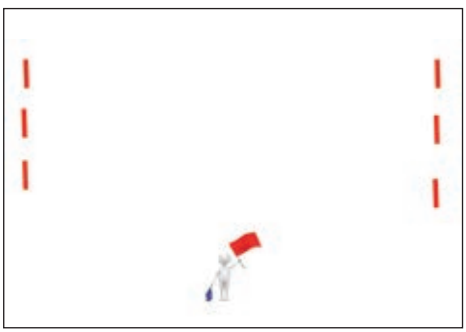
Wymuszanie kierunku obserwacji powoduje, że czucie kinestetyczne staje się bardziej istotnym źródłem informacji o położeniu ciała w przestrzeni. Wzmocnione działanie czucia kinestetycznego umożliwia naszemu wzrokowi skuteczne obserwowanie toru przejazdu oraz lepszą orientację przestrzenną.

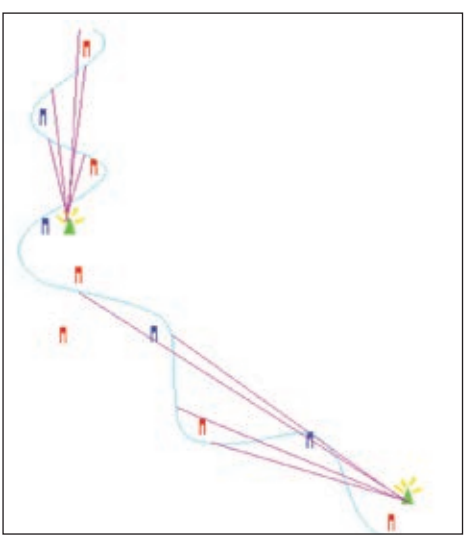
Wyróżniono wobec tego następujące kierunki obserwacji:

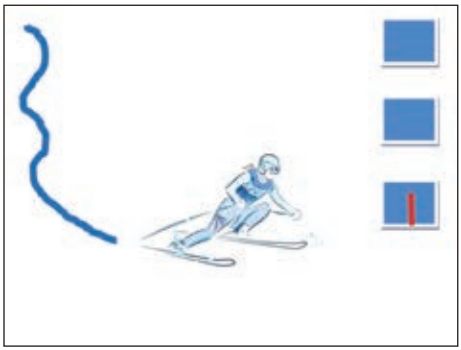
- Wzdłuż ogólnego kierunku poruszania się po stoku, czyli wykonując skręty, kierowanie wzroku wzdłuż linii spadku stoku
- Spoglądanie wyprzedzające, tzn. spoglądanie w kierunku w którym skręcam jeśli skręt znacznie zmienia mój kierunek jazdy – np. wykonując skręt dostokowy. Mówi o tym również 5 reguła FIS.

Przykłady ćwiczeń:

1. Jazda po stoku krótkim skrętem z obserwacją osoby, która na końcu stoku stoi z flagą i przy jej pomocy wskazuje, w którą stronę ćwiczący ma jechać.
2. Obserwacja bojek na trasie przejazdu. Jadący po stoku obserwuje kolejno bojki. Po zbliżeniu się do pierwszej przenosi wzrok na następną.
3. Jak wyżej, ale podczas jazdy po slalomie, bojki rozstawione co zmianę rytmu lub zmianę kierunku całego slalomu, ale nie dalej niż 7 skrętów jedna od drugiej.
4. Jazda krótkim skrętem po stoku. Raz po prawej, raz po lewej stronie stoku rozstawione są sekwencje 4 transparentów. W każdym przypadku za jednym z czterech transparentów schowana jest bojka, którą ćwiczący ma za zadanie wypatrzeć, wykonując na wysokości transparentów skręt dostokowy. Ma to wymusić spojrzenie wyprzedzające kierunek skrętu.
5. Dzielimy grupę na zespoły trzyosobowe. Dwie osoby jadą równolegle do siebie i przed ćwiczącym. Ćwiczący ma za zadanie zaobserwować u jadących

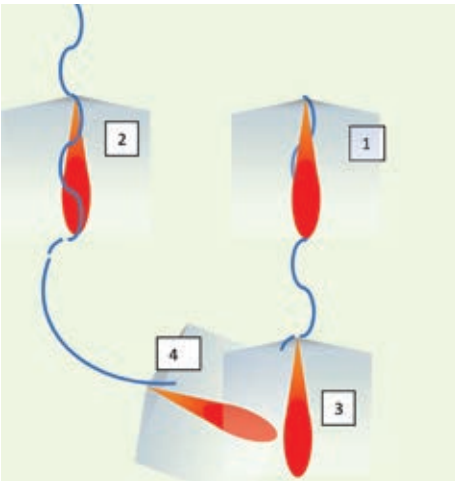


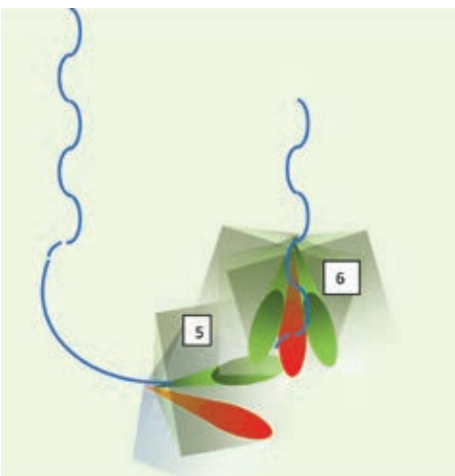




z przodu umówiony sygnał i policzyć, ile razy ten sygnał się pojawił (np. podniesienie lewego kijka). Ma to ćwiczyć szerokie pole widzenia.

6. Trasa slalomu giganta z celową obserwacją 3 bramki od ćwiczącego, czyli zawsze tej, która znajduje się wzdłuż linii spadku stoku poniżej mijanej bramki.





Dlaczego wobec tego takie ćwiczenia?

Na schemacie widoczne jest, jak dwaj osobnicy w sytuacji 1, 2 i 3 skupieni są na własnym kierunku jazdy i nie korzystają z możliwości rozglądania się i nie widzą zbliżającego się niebezpieczeństwa.

Osobnik w sytuacji 4 również popełnia ten błąd, przez co doprowadza do kolizji.

Bibliografia:

Jaśkowski P. (2009) Neuronauka Poznawcza, Vizja Press, Warszawa
Klostermann A. Vater C. Kredel R. Hossner E. (2019) Functionality of Foveal and Peripheral Vision, Institute of Sport Science, University of Bern, Bern, Switzerland
Niforatos E. Fedosov A. Elhart I. Langheinrich M. (2017) Augmenting skiers' peripheral perception, ISWC '17: Proceedings of the 2017 ACM International Symposium on Wearable ComputersSeptember
Strasburger H.(2020) Seven myths on crowding and peripheral vision. In: i-Perception. 11, Nr. 2, S. 1–45.
Strasburger H. Jüttner M. Rentschler I. (2011) Peripheral vision and pattern recognition:
A review, December
Internet sources about accidents
https://www.alpinmesse.info/de/Pistenunfaelle-in-Zahlen/
https://www.germanjournalsportsmedicine.com/archiv/archiv-2013/heft-2/ursachen-und-risikofaktoren-von-verletzungen-im-skiurlaub/
https://www.jotsrr.org/articles/ski-accidents-in-topr-statistics.pdf

Osobnik w sytuacji 5, pomimo trudnego manewru, wykonuje wyprzedzające skierowanie wzroku pod stok (przez co zauważa w porę nadjeżdżającego z góry narciarza).

Jakkolwiek, należy pamiętać, że zbyt trudne zadanie ruchowe powoduje zawężenie pola widzenia do około 20 stopni kątowych i zmniejsza prawdopodobieństwo d-ostrzeżenia niebezpieczeństwa kolizji.

Informacja:

Jako prowadzący powinniśmy brać pod uwagę, że na początku ćwiczeń, nasz podopieczny będzie miał wrażenie, że jego narty uciekają spod niego. To odczucie zniknie jednak szybko, bo po zaledwie kilku przejazdach. Ćwiczenie powinno uświadomić podopiecznemu znaczenie czucia kinestetycznego.

Wskazówki dla instruktorów:

Każdy instruktor i to na każdym poziomie nauczania może wpleść takie ćwiczenia. Jakkolwiek, zanim nauczyciel przystąpi, do ww. ćwiczeń powinien mieć pewność, że uczeń prawidłowo opanował technikę jazdy, którą będzie się posługiwał w trakcie ćwiczeń.

Uczący się, powinien ćwiczyć w łatwych warunkach, na dobrze znanym stoku, aby mógł w bezpieczny sposób skupić się na zadaniu.

Piotr Ogarzyński

Dr **Piotr Ogarzyński** – trener I klasy narciarstwa alpejskiego i Instruktor Wykładowca PASS oraz Instruktor Zawodowy, członek Komisji Spraw Międzynarodowych SITN oraz członkiem Komisji ds. nauki i rozwoju IVSI.

Jako zawodnik w latach 1998-2005 odnosił liczne sukcesy: 4 x Akademicki Mistrz Polski, 3 x 6 miejsce na Mistrzostwach Polski. Następnie jako trener tej dyscypliny pracował w kraju i za granicą z reprezentantami Polski oraz Polską Kadrą Paraolimpijską przed Igrzyskami w Vancouver oraz Soczi. W sezonie 2022/23 był członkiem polskiej reprezentacji na kongresie INTERSKI w fińskim Levi, przedstawiając warsztaty i wykład pt.: Bezpieczeństwo a widzenie peryferyjne.

Obecnie 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, zajmując się w badaniach szeroko rozumianą teorią treningu sportowego. Wykorzystuje zdobytą wiedzę w dydaktyce trenerskiej. Pracuje jako trener z młodzieżą w KS Malta Ski Poznań oraz ze studentami w Sekcji Narciarskiej KU AZS UAM Poznań. Kierownik wyszkolenia Szkoły Narciarskiej Malta Ski w Poznaniu.

WSZYSTKIE WYMIARY SKITOURINGU

Nowa kolekcja skitourowa HEAD opiera się na dwóch kluczowych fundamentach: superlekkiej konstrukcji ułatwiającej szybkie podchodzenie oraz wysokich osiągach narciarskich gwarantujących frajdę podczas zjazdu. Dzięki serii skrupulatnych prac inżynierskich, rygorystycznym testom i precyzyjnej analizie wyników udało nam się stworzyć kolekcję bezkompromisowego sprzętu łączącego niską wagę i zaawansowane osiągi. To odpowiedź na wymogi i potrzeby narciarzy skitourowych.

HEAD®

NARTY CRUX

Opracowując linię nart CRUX, nie poszliśmy na żadne kompromisy. Powstały modele ucieleśniające rozwijane przez dekady doświadczenie, jak również nowe zdobycze technologiczne. Drewniany rdzeń ma profilowaną strukturę, aby ograniczyć wagę, a warstwa wierzchnia Topless Tech ukazuje nową konstrukcję Triaxial Carbon Jacket.

WIĄZANIA ALMONTE

Wiązania o nazwie odwołującej się do pierwotnego skitourowego modelu marki Tyrolia opracowanego w 1928 roku. Nowoczesne wiązania skiturowe Almonte są lekkie, łatwe w obsłudze, niezawodne i przyjazne środowisku (ich wszystkie kompozytowe elementy wykonano z odnawialnych surowców).

BUTY CRUX

Model opracowany we włoskim Altivole przez zespół projektowy HEAD współpracujący z międzynarodowymi przewodnikami narciarskimi. Crux to buty bez kompromisów – są równie wydajne podczas podchodzenia i zjazdu. W ich konstrukcji zastosowano zaawansowane tworzywo sztuczne z recyklingu oraz bioplastik.

AKCESORIA

Zwróciliśmy uwagę na wszystkie specjalistyczne elementy kolekcji, od kijów skitourowych CRUX z włókna węglowego po plecak CX. Co je wyróżnia? Ogrom funkcjonalnych skitourowych rozwiązań.

Nieoczywiste kompetencje instruktora

W poniższym artykule chcę się podzielić kilkoma praktykami, które mogą wydawać się nieoczywiste, ale jeśli zależy nam na relacji z klientem, jak i z innymi ludźmi, to moim zdaniem są nieocenione.

Słuchaj

Słuchanie to prawdopodobnie jedna z najważniejszych składowych skutecznej komunikacji. Już w starożytności powtarzano: „Pan Bóg dał człowiekowi dwoje uszu i jedne usta, żeby dużo słyszał i mało mówił". Aktywne słuchanie to coś, co nie dzieje się samo przez się, lecz wymaga wysiłku, zaangażowania i koncentracji na drugiej osobie. W słuchaniu chodzi o słuchanie, a nie o pokazanie, że słuchasz. Najważniejsze jest, żeby Twoje myśli były tu i teraz. Żadne umiejętności nic nie zmienią, jeśli nie będziesz razem ze swoim rozmówcą – nie tylko ciałem, ale również duchem.

Słuchanie jest uciążliwe, gdy myślimy o tym, co chcemy powiedzieć, skupiamy się na własnych przekonaniach i opinii na dany temat. Na początku może wydawać się to trudne, ale warto poznać zdanie innych osób i podążać za tym, co mówi druga strona.

Dobrym pomysłem jest postawienie sobie pytania: „Czego mogę się nauczyć z wypowiedzi rozmówcy?" lub „Jaką wartość mogę wynieść z tej rozmowy?". Spróbuj wyobrazić sobie rozmówcę jako specjalistę w dziedzinie, której nie znasz. Załóż, że każda osoba, którą spotykasz w życiu, jest w jakimś zakresie lepsza od Ciebie. Od każdej z tych osób możesz się czegoś nauczyć, dowiedzieć się nowych rzeczy.

Jednym ze sposobów na pokazanie rozmówcy, że temat dyskusji jest interesujący i ważny również dla Ciebie, jest parafrazowanie, czyli opowiedzenie tego, co usłyszałeś, swoimi słowami. Parafrazując, staramy się zrozumieć sens wypowiedzi – zrozumieć rozmówcę. Jeżeli podczas takiego podsumowania zmienisz znaczenie wypowiedzi rozmówcy, to prawdopodobnie przerwie Ci i powie, że nie to miał na myśli, i wyjaśni jeszcze raz, o co mu chodziło. Jeżeli nie przerwie Ci wypowiedzi, to i tak warto zakończyć podsumowanie pytaniem typu: „Czy dobrze zrozumiałem to, co powiedziałeś?", „Czy o to ci chodziło?". Nie zamykasz w ten sposób rozmowy i masz pewność, że ze swoim rozmówcą dobrze się rozumiecie.

Prośba o powtórzenie tego, co właśnie zostało powiedziane, to również świetny sposób na sprawdzenie, czy druga osoba rozumie, co do niej mówisz. Jako instruktor często proszę swoich klientów, by opisali ruch lub powiedzieli własnymi słowami to, co właśnie usłyszeli. Tego typu wypowiedź sformułowana przez kursanta łatwo może wskazać treści, które nie do końca zostały zrozumiane i wymagają dodatkowego wyjaśnienia.

Aby pokazać szczere zainteresowanie rozmówcą, możesz użyć poniższych słów/zdań. One mają moc, dlatego używaj ich rozsądnie. Mówiący prawdopodobnie uzna Cię za dobrego rozmówcę, pomimo że będziesz tylko odpowiednio słuchał.

- I co jeszcze?
- Co dalej?
- Co z tym zrobiłeś?
- Jak się wtedy czułeś?
- Dlaczego to było dla ciebie ważne?
- Co to znaczy?
- Powiedz coś więcej.
- Wskazówki warte wdrożenia podczas słuchania:
- Skup całą swoją uwagę na rozmówcy.
- Zadawaj pytania w kontekście tego, co usłyszałeś.
- Celebruj ciszę i nie przerywaj.

- Jeżeli zdarza Ci się, że nie możesz zapamiętać imion, to prawdopodobnie nie słuchasz, gdy ktoś się przedstawia, a Twoja uwaga jest skoncentrowana na czymś lub kimś innym.

Zadawaj dobre pytania

Zadawanie trafnych pytań pozwala kontrolować przebieg rozmowy, a jeśli pytania są dodatkowo dociekliwe i pogłębiają temat, rozmówca się rozwija, może spojrzeć na omawiane sprawy z innej perspektywy i uświadomić sobie nowe możliwości.

Warto pamiętać, że nie wszystkie pytania są efektywne. Niektóre z nich mogą wpędzać ucznia w poczucie winy lub prowokować niepotrzebne tłumaczenie się, np.:

- Jak mogłeś tak zrobić w tej sytuacji?
- Czy naprawdę to była jedyna rzecz, która przyszła ci do głowy?

Trudno pokazać się w dobrym świetle, jeżeli ktoś zadaje nam podobne pytania. Są one oceniające i sprawiają, że rozmówca siłą rzeczy przyjmuje postawę obronną. Lepszym rozwiązaniem byłoby sformułowanie tych pytań tak:

- Co cię skłoniło do takiego działania?
- Jakie miałeś opcje do wyboru w tej trudnej sytuacji?

Pytamy o to samo, ale inaczej, dzięki czemu odbiór jest inny. Niektórym zadawanie pytań wydaje się oczywiste, są ciekawi innych ludzi, słuchają, a pytania pojawiają się w ich głowach samoistnie. Większość z nas jednak chętniej słucha o samych sobie, a zadawanie pytań zakłóca ten proces. Dobra wiadomość jest taka, że przy odrobinie skupienia możemy nauczyć się formułowania dobrych pytań.

W pracy instruktora masz do dyspozycji pytania zamknięte, na które oczekujesz krótkiej i konkretnej odpowiedzi. Na takie pytania uczeń odpowiada zazwyczaj „tak", „nie", „nie wiem" lub podaje jakiś konkretny fakt. Przykładowe pytania:

- Czy to to twój pierwszy dzień na nartach w tym sezonie?

Na stoku mamy mnóstwo okazji, aby prowadzić rozmowę z kursantem – podczas spotkania w szkółce, w kolejce lub na wyciągu. Stale rosnąca popularność wycieczek skiturowych stwarza wspaniałe możliwości do rozmów, które my – instruktorzy, możemy zainicjować.

- Ile ważysz? (np. przy doborze sprzętu narciarskiego)
- Ile masz wzrostu?

Natomiast jeśli chcesz pogłębić swoją relację z uczniem, poznać jego prawdziwe cele albo pasję, o której będzie mógł opowiadać godzinami, z pomocą przychodzą pytania otwarte. Dają one przestrzeń na wypowiedzenie się, nie

zawężają odpowiedzi do kilku opcji. Przykłady pytań otwartych:

- Dlaczego wybrałeś narciarstwo?
- Dlaczego to dla ciebie takie ważne?
- Jak zaczęła się twoja przygoda z narciarstwem?

Odpowiedź na tak zadane pytanie to tylko początek. Magia dzieje się później. Zadaj pytania pogłębiające, które pozwolą zdobyć więcej informacji o tym, co właśnie usłyszałeś. Prowadząc w ten sposób konwersację, dajemy rozmówcy sygnał, że jest dla nas ważny, a to, co mówi – interesujące. Dla niego samego to szansa, by dokładniej przyjrzał się poruszanej kwestii. Pytanie pogłębiające niekiedy pozostaje bez odpowiedzi, ale zostaje w głowie rozmówcy i odpowiedzi mogą pojawić się po jakimś czasie. Dopytywanie mobilizuje do lepszego poznania omawianego zagadnienia i lepszego poznania samego siebie. Zdarza się, że nasze myśli są nieuporządkowane i nie do końca sprecyzowane, ale gdy ubierzemy je w słowa, nabierają sensu. Żeby zamienić myśli w słowa, zmuszamy układ nerwowy do pracy. Mobilizacja i – voilà – pojawiają się idee, których nawet się nie spodziewaliśmy.

Przykłady pytań pozwalających dowiedzieć się więcej – podążających za rozmową:

- I co dalej?
- Jak sobie z tym radzisz?
- Dlaczego to było takie ważne dla ciebie?
- Jak byś się zachował drugi raz w tej sytuacji?
- Nie rozumiem, czy możesz mi to wyjaśnić?
- Co to znaczy dla ciebie?

Dobrą praktyką jest zadać pytanie i zaczekać na odpowiedź. Jeżeli rozmówca nie rozumie Twojego pytania, to je powtórz, modyfikując niezrozumiałą kwestię. Jeśli zadasz kilka pytań naraz, rozmówca może odnieść wrażenie, że nie do końca interesuje Cię, co ma do powiedzenia. Daj mu czas na zastanowienie się i pozwól mówić. Im więcej mówisz Ty, tym mniej informacji uzyskasz.

Na koniec zajęć warto zadać pytanie: „Czy wszystko jest zrozumiałe?". Zazwyczaj uczniowie odpowiadają twierdząco. Ja jednak nie poprzestaję na tym. Ponieważ najczęściej uczę ruchu, to proszę ucznia, żeby opisał ruch swoimi słowami. Celem tego pytania jest wychwycenie, gdzie są luki i co należy jeszcze wytłumaczyć. Poprawne opisanie sekwencji ruchu jest dla mnie informacją, że uczeń słuchał, zrozumiał, co do niego mówiłem, i wie, po co wykonywał ćwiczenia w czasie zajęć.

Jako podsumowanie tej dobrej praktyki przytoczę zdanie, które usłyszałem w trakcie kursu coachingu, ale dopiero po latach zrozumiałem jego istotę: „Pytania pojawią się same, gdy prawdziwie słuchamy".

Nie mów tylko o sobie

Szanowny Instruktorze, nim przejdziemy dalej, muszę Ci coś napisać – to bardzo ważne – bo to o Tobie. Dobrze przeczytałeś. W tym akapicie napiszę dwa słowa o Tobie. Znamy się już jakiś czas. Czytasz moje słowa przelane na papier. Czuję, że w pewnych kwestiach dobrze się rozumiemy. Zapewne jesteś osobą otwartą na nowe rozwiązania, lubisz czytać artykuły (nie tylko w Informatorze) i zdobywać aktualną wiedzę. Obcowanie z kimś takim jak Ty jest dla mnie wyjątkowo ważne. Dziękuję, że dotarłeś do tego miejsca i mam nadzieję, że dalsza lektura tej treści, będzie dla Ciebie równie ciekawa.

A teraz proszę wyobraź sobie…

Jest wrzesień – pierwszy powakacyjny tydzień w szkole. Wiele lekcji zaczyna się od opowiadania przez uczniów o swoich wakacyjnych wyjazdach. Czekasz na swoją kolej, wstajesz i mówisz: Byłem u babci na wsi, potem na obozie sportowym, a na koniec wspólnie z rodzicami wyjechaliśmy pod namiot. Siadasz i na tym koniec… Twojej uwagi. Z dużym prawdopodobieństwem mogę stwierdzić, że podczas całej tej lekcji najbardziej interesowało Cię to, co sam mogłeś powiedzieć.

Dokładnie tak.

Nasza koncentracja rośnie, gdy słuchamy czegoś o sobie lub gdy możemy mówić o sobie. Przyjrzyj się jeszcze raz pierwszemu akapitowi tej części tekstu, w którym pisałem o Tobie. Czy Twoja koncentracja była większa niż podczas czytania kolejnego akapitu? Prawdopodobnie

tak. Mam nadzieję, że udało mi się pokazać ten mechanizm na tym prostym przykładzie.

W czasie rozmów mamy tendencję do mówienia o sobie lub słuchania informacji o sobie – to naturalne. Przypomnij sobie jakąś rozmowę ze swojego życia, podczas której próbujesz z kimś porozmawiać, a on mówi tylko o sobie. Opowiadasz ważną dla Ciebie historię, chcesz zostać wysłuchany, chwila pauzy… i z drugiej strony słyszysz: Ja w takiej sytuacji… Ja miałem… Ja byłem… Jeżeli spotkają się dwie zainteresowane wyłącznie sobą osoby, to ich rozmowa może wyglądać jak wyścig, kto sprzeda więcej informacji na swój temat drugiej stronie. Przeciwnik nabiera powietrza, więc wykorzystuję szansę i przechodzę do ataku: Ja… Najskuteczniejszą bronią w tej potyczce jest słowo „ja". Od razu przekierowuje uwagę na nas i znowu mamy czas na opowiadanie o sobie, aż do kolejnej pauzy. W tym czasie przeciwnik już układa sobie w głowie co powiedzieć i tylko czeka, żeby wstrzelić się w pierwszym dogodnym momencie – chwili zawahania z naszej strony.

Rozmowa prowadzona w ten sposób nie płynie. Rozmówcy nie podążają razem w jednym kierunku. Przypomina to raczej ostrzeliwanie się własnymi historiami i chowanie w okopach. Gdy przeciwnik strzela, ja mam czas na przeładowanie broni, załadowanie amunicji i tylko czekam, aż zatnie mu się karabin albo skończy amunicja. Wtedy mu pokażę! Nie wyjdzie już z okopów! Uczestnictwo w takiej konwersacji nie jest komfortowe i niewiele się z niej dowiadujemy.

Podsumowując

Zadawaj pytania, słuchaj i podążaj za swoim rozmówcą. Jak przystało na nauczyciela, zachęcam Cię do małego zadania domowego: przy najbliższej okazji zadaj pytanie otwarte, a potem uważnie słuchaj i zadaj pytania pogłębiające, podążające za tym, co właśnie usłyszałeś. Opanuj swoje „ja" i zobacz, jak dzieje się magia.

Szymon Słoma

Autor oparł swój artykuł na fragmentach własnej publikacji „27 dobrych praktyk ułatwiających pracę z ludźmi".

Szymon Słoma – coach i instruktor kilku dyscyplin, w tym Instruktor Zawodowy SITN oraz trener narciarstwa. Autor czterech książek: *Zostań mistrzem narciarstwa, Nauka windsurfingu, Nordic walking – jak chodzić i 27 dobrych praktyk ułatwiających pracę z ludźmi*. Twórca szkolenia *Dobre praktyki instruktora*. Propagator coachingu w ruchu, czyli połączenia coachingu z aktywnością fizyczną. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach i członek klubu skialpinistycznego Kandahar. Pasjonat tenisa ziemnego. Kontakt i współpraca: www.coachingwruchu.pl

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
IM. POLSKICH OLIMPIJCZYKÓW WE WROCŁAWIU
WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU

VII MIĘDZYNARODOWA KONFERENCJA NAUKOWA AKTYWNOŚĆ RUCHOWA NA OBSZARACH GÓRSKICH POLSKI I ŚWIATA

27 – 29 LISTOPADA 2024
Szklarska Poręba Hotel Kryształ** Conference&Spa**

Szanowni Państwo!

W imieniu Komitetu Naukowego i Komitetu Organizacyjnego mam zaszczyt zaprosić Państwa na VII Międzynarodową Konferencję Naukową poświęconą aktywności ruchowej podejmowanej na obszarach górskich Polski i świata.

Założeniem Konferencji jest stworzenie wieloaspektowej platformy prezentacji najnowszych wyników prac badawczych i naukowych realizowanych przez krajowe i zagraniczne ośrodki akademickie. Konferencja jest okazją do wymiany doświadczeń prezentowanych przez praktyków w zakresie podejmowania szeroko rozumianej aktywności w górach. Zakres tematyczny konferencji obejmuje aspekty społeczno-ekonomiczne, psychologiczne, przyrodnicze, kulturowe, zdrowotne oraz fizjologiczne. Ponadto utworzone zostaną dwie specjalistyczne sesje tematyczne:

1. „Kobiety w szeregach kadr szkoleniowych w sportach zimowych"
2. „Obszary górskie miejscem dostępności dla osób z niepełnosprawnościami".

dr hab. Tadeusz Stefaniak, prof. AWF Wrocław

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Ważne terminy:
25.10.2024 – zgłoszenie uczestnictwa na formularzu zgłoszeniowym wraz ze streszczeniem wysłanym poprzez stronę konferencji: **https://aktywnoscwgorach.awf.wroc.pl/**
03.11.2024 – wniesienie opłaty konferencyjnej

Sekretariat Konferencji:
Akademia Wychowania Fizycznego im. Polskich Olimpijczyków we Wrocławiu
Zakład Rekreacji
Al. I. J. Paderewskiego 35, Wrocław 51-612 - tel. +48 71 3473270, fax. +48 71 3473061
e-mail: zaklad.rekreacji@awf.wroc.pl

SITN Partnerem Konferencji

DOLNY ŚLĄSK

Ministerstwo Sportu i Turystyki

DOLNY ŚLĄSK

ZAKŁAD REKREACJI AWF we WROCŁAWIU

VII MIĘDZYNARODOWA KONFERENCJA NAUKOWA

Aktywność ruchowa na obszarach górskich Polski i świata

2024

Szklarska Poręba, 27–29 listopada 2024 r.

ORGANIZATORZY:

ZAKŁAD REKREACJI AWF WROCŁAW

LOT Karkonoska

PARTNER STRATEGICZNY:

DOLNY ŚLĄSK www.umwd.pl

SkiArena Szrenica

PATRON MEDIALNY:

ZACHODNIA TV

ECHO24 WIĘCEJ LOKALNE INFORMACJE

PARTNERZY:

Szklarska Poręba

Hotel Kryształ

FHAT

AGENCJA REKLAMOWA PARTNER GADŻETY REKLAMOWE

Z prac Komisji Narciarstwa Biegowego

Ostatni sezon zimowy przyniósł nam totalne bezrobocie... Brak naturalnego śniegu, jak i rekordowo wysokie temperatury – dały się we znaki nie tylko stacjom narciarskim, ale i ośrodkom biegowym. Wspaniale zapowiadający się początek zimy, skończył się najcieplejszym od stuleci lutym i marcem. Odwołano wiele imprez biegowych, w tym tą najważniejszą – marcowy Bieg Piastów!

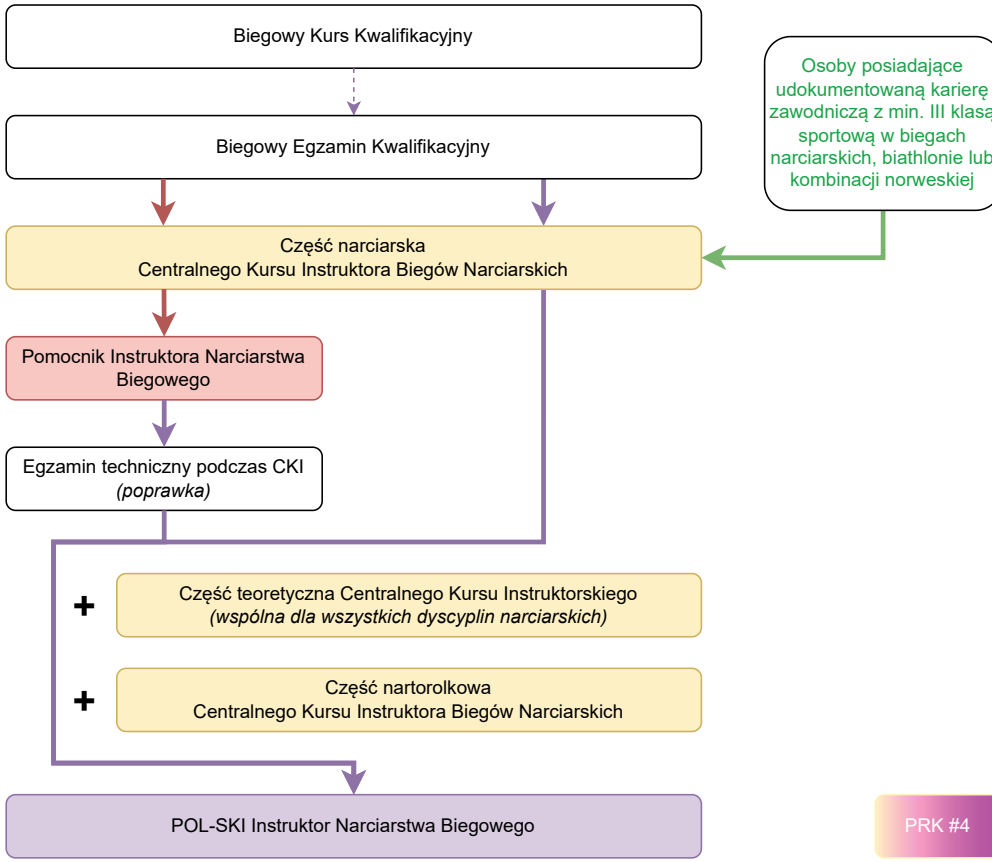
Żaden z naszych zimowych kursów centralnych nie odbył się. Dlatego liczymy, że wszystkim chętnym z poprzedniej zimy, śnieżna aura wynagrodzi ten rok oczekiwania. Już w grudniu zapraszamy Was na Podhale, gdzie zawsze można liczyć na sztucznie naśnieżane trasy, natomiast w środku marca do kultowych Jakuszyc – to w tych miejscach odbędą się przyszłoroczne biegowe CKI.

Końcem kwietnia planujemy część nartorolkową CKI, która jednocześnie będzie unifikacją dla wszystkich chętnych instruktorów, którzy nie skorzystali z unifikacji na nartach. Życzymy sobie i Wam – wspaniałej śnieżnej zimy i do zobaczenia na trasach biegowych.

Anna Guzik
Przewodnicząca Komisji Narciarstwa Biegowego SITN

Anna Guzik – Instruktor Wykładowca PASS, Przewodnicząca Komisji NB SITN, Delegat Techniczny FIS i PZN, Inspektor Homologacji tras biegowych FIS i PZN, Koordynator FIS Homologacji Europa Centralna i Wschodnia, Ratownik narciarski, Absolwentka AWF Kraków, Trener II klasy Narciarstwa Biegowego, szef wyszkolenia NB w LSN Strama Zakopane. Sercem i pracą – Zakopianka.

SCHEMAT SZKOLENIA I CERTYFIKACJI **INSTRUKTORÓW NARCIARSTWA BIEGOWEGO**
SITN 2024/2025



Rekomendowana kolejność przystępowania do części CKI:

1. teoretyczna
2. narciarska
3. nartorolkowa

Autor schematu: Wojciech Woźnica

Gdzie diabeł nie może, tam…

Aż chciałoby się dokończyć: „tam babę pośle…". Nasza IW **Anna Guzik**, Przewodnicząca Komisji Narciarstwa Biegowego SITN, została w kwietniu tego roku podczas wiosennego Kongresu FIS, mianowana nowym Koordynatorem Inspektorów Homologacji tras biegowych FIS na Europę Centralną i Wschodnią. Być może awans ten przeszedłby bez echa, gdyby nie fakt, że tym samym została pierwszą i jedyną kobietą na świecie, która po pierwsze: wykonuje ten niełatwy zawód, a po drugie: szefuje grupie krajów (i mężczyzn), w których rola kobiety nie jest tak oczywista, jak w krajach europejskich. Wśród najbardziej egzotycznych krajów, które znalazły się w tej grupie są choćby: Iran, Rosja, Gruzja, czy Grecja, a także wszystkie kraje bałkańskie, Czechy, Słowacja czy daleki Kazachstan.

W zeszłym roku Anna Guzik została także nominowana jako Inspektor Homologacji na dwie wielkie światowe imprezy sportowe: EYOF Bakuriani w Gruzji (2025) i Narciarskie Mistrzostwa Świata w szwedzkim Falun (2027).

W rozmowie ze mną kol. Ania powiedziała między innymi: – *Droga do zaplecza wielkiego świata wyczynowego sportu była trudna i długa. W świat homologacji wciągnął mnie mój mentor, geodeta i specjalista od budowy skoczni, tras zjazdowych i biegowych –* ***Krzysztof Horecki****. To dzięki niemu przerobiłam pierwsze podręczniki geodezyjne, wskutek czego świat pomiarów i matematyka zagościły w moim życiu na co dzień, a jednocześnie mogłam zaprawić się w boju w terenie. 10 lat temu pojechałam na pierwsze Seminarium FIS HI i tak to się zaczęło. Co dwa lata spotykamy się w miejscach na całym świecie, gdzie rozegrane zostaną kolejne wielkie imprezy sportowe, jak MŚ czy Igrzyska. Tam analizujemy i projektujemy trasy, a także doradzamy organizatorom. Dzięki takim spotkaniom odwiedziłam już najpiękniejsze areny świata w sportach zimowych. To spełnienie moich wielkich marzeń małej dziewczynki, góralki z Podhala, młodej sportsmenki, której zdrowie nie pozwoliło iść w sportowy wyczyn jako zawodniczka, ale*

pozostałam wierna swojej pięknej dyscyplinie i dzisiaj mogę dumnie powiedzieć, że jestem w wymarzonym i właściwym miejscu.

Już w listopadzie tego roku Anię czeka wyprawa do Gruzji na sfinalizowanie projektu w Bakuriani (EYOF), a w międzyczasie trwają jej prace nad certyfikatami w Iranie, Czechach, Grecji, Rosji i dalekich Chinach. A potem już tylko piękna zima w Polsce i spotkania z kursantami naszych CKI biegowych podczas wykładów i zajęć.

I jeszcze na zakończenie od Ani: – Nie bójcie się marzyć, nie bójcie się działać, choćby wydawało się, że są to rzeczy niemożliwe… Niemożliwe nie istnieje! Nie bójcie się zaryzykować, uczcie się całe życie, ucząc się od najlepszych – pracujcie za darmo, a korzyści przyjdą z czasem, bo doświadczenie i nauka – to najlepszy potencjał na życie!

Naszej wybitnej specjalistce, Ani Guzik, gratuluję w imieniu całego SITN! Możemy być tylko dumni, że w szeregach naszego Stowarzyszenia mamy tak znamienitego fachowca.

Jacek Żaba
Prezes SITN PZN

Rokrocznie Komenda Główna Policji organizuje konkurs plastyczny dla dzieci i młodzieży dotyczący bezpieczeństwa na stokach narciarskich. Jednym z głównych partnerów tego wydarzenia jest Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa. Powyżej prezentujemy jedną z nagrodzonych prac "Śnieżny dekalog" - autorem tej zachwycającej kompozycji był 10-letni **Eryk Wieszczek**.

Austria

Lebens-gefühl

[ˈleːbn̩sgəˌfyːl]

Kiedy nareszcie
jesteś sobą

austria.info

Białe szaleństwo na Ziemi Salzburskiej

Ziemia Salzburska to raj dla narciarzy i snowboardzistów. Zróżnicowane tereny narciarskie ze świetną infrastrukturą, zadbanymi nartostradami, nowoczesnymi wyciągami i kolejkami, doskonałą bazą noclegową i schroniskami nie pozostawiają nic do życzenia. Na lodowcu białe szaleństwo trwa prawie przez cały rok, a w Ski amadé jeden karnet otwiera dostęp do 760 km tras i 270 wyciągów! Za sprawą 22 regionów i 100 kurortów zimowych salzburska prowincja zalicza się do największych i najpiękniejszych rejonów narciarskich w Alpach.

Dachstein West

Ośrodek narciarski na granicy Ziemi Salzburskiej i Salzkammergut zaprasza na 160 km nartostrad w Gosau, Rußbach i Annaberg. Są tu funparki, trasy z muldami, trasa sportowa i szlak panoramiczny Dachstein Tour (44 km).

Salzburski Saalachtal

Wybierasz się na narty dziećmi? Ten region z familijną stacją Almenwelt Lofer jest idealny dla małych i dużych początkujących narciarzy! Czekają szerokie, głównie niebieskie – stoki i baza noclegowa przyjazna rodzinom.

Salzburski Lungau

Atutami regionu są: położenie od 1000 m n.p.m., przez co śnieg spada tu wcześniej i utrzymuje się dłużej niż w innych ośrodkach i największa liczba godzin słonecznych w Austrii. W trzech stacjach narciarskich Katschberg, Grosseck-Speiereck i Fanningberg, na 150 km nartostrad dostępnych z jednym karnetem, nigdy nie ma tłoku.

Zell am See-Kaprun

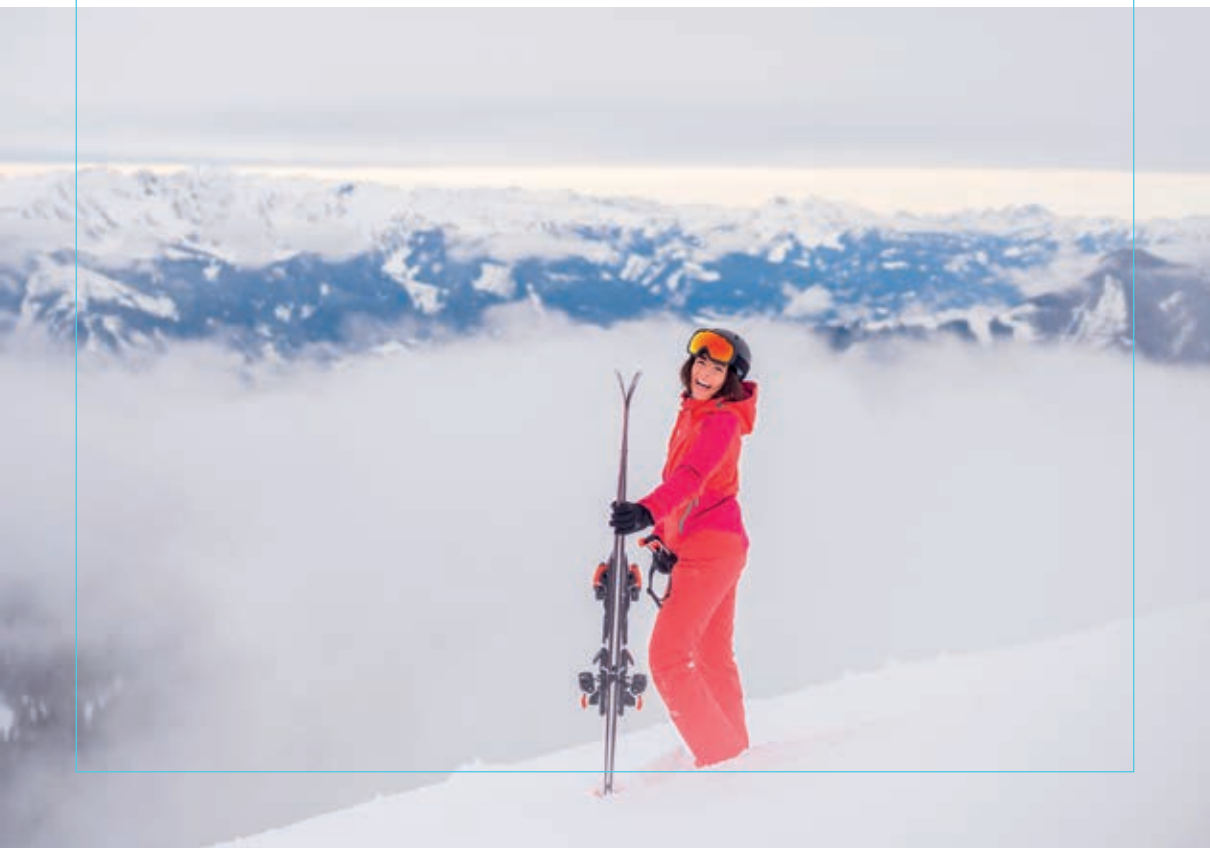
To jeden z najlepszych regionów narciarskich w Alpach. Sezon na lodowcu Kitzsteinhorn trwa od października do maja, a śnieg jest pewny w stu procentach. Jeden karnet udostępnia fanom śnieżnych uciech ponad 400 km nartostrad.

Narty i termy w Gastein

Dolina Gastein zalicza się do najatrakcyjniejszych ośrodków zimowych w Austrii z czterema zróżnicowanymi stacjami narciarskimi z pewnym śniegiem, a w nich 50 kolejek i wyciągów oraz 200 km nartostrad. Są też tereny do jazdy w głębokim śniegu. Dzień można zakończyć w jednym z dwóch ośrodków termalnych.

Filzmoos

Sympatycy nart znajdą tu 20 km familijnych tras zjazdowych, najwięcej niebieskich i czerwonych. Do wyciągów nie ma kolejek, a atrakcyjność tego miejsca podnosi jego położenie blisko miasta Salzburga.



Jazda na nartach
wiosną na lodowcu Pitztal

Odkryj lodowiec Pitztal – najwyżej położony ośrodek narciarski w Austrii na wysokości 3440m! Tutaj, na dachu Tyrolu, czeka na Ciebie niepowtarzalna przestrzeń i zapierające dech w piersiach widoki na 50 majestatycznych trzytysięczników. Niezależnie od tego, czy jesteś początkującym, czy doświadczonym narciarzem – trasy oferują wyzwania na każdym poziomie zaawansowania.

Zasmakuj chwili relaksu w najwyżej położonej kawiarni Tyrolu, „Café 3440", gdzie czekają na Ciebie pyszne wypieki z własnej cukierni. Wyobraź sobie, że delektujesz się słonecznym blaskiem, zjeżdżając po 68 kilometrach doskonale przygotowanych tras narciarskich i zanurzasz się w zapierającym dech w piersiach górskim krajobrazie. Twoje przygody zaczynają się od Gletscherexpress, kolejki linowej, która w 20 minut zabierze Cię na wysokość 1740m.

Wiosna na lodowcu Pitztal oferuje nie tylko naturalny śnieg, ale także przyjemne temperatury i słoneczne dni. Poczuj ciepłe promienie słońca na swojej skórze – to niepowtarzalne uczucie pomiędzy słońcem a śniegiem. Rodzinne obiekty noclegowe witają Cię serdeczną tyrolską gościnnością. Ciesz się urokliwymi miejscami noclegowymi i tradycyjną kuchnią, które dopełnią Twoje wakacyjne przeżycia. Pitztal – ukryty skarb z dala od alpejskiego zgiełku.

Zarezerwuj teraz swój karnet narciarski i skorzystaj z rabatu do -30%! Twoja niezapomniana przygoda na nartach czeka na Ciebie!

https://www.pitztaler-gletscher.at/en/tickets/skipass

https://www.pitztaler-gletscher.at/tickets/skipasspreise

PITZTAL GLETSCHER

Kaunertal
Naturpark & Gletscherregion

Wiosenna jazda na nartach
na lodowcu Kaunertal

Kiedy w dolinach wiosna zaczyna rozkwitać, a temperatury rosną, na lodowcu Kaunertal narciarze wciąż mogą cieszyć się zimową magią. To tutaj, z dala od zgiełku codzienności, można zanurzyć się w bajecznej białej krainie. To tu czekają szerokie lodowcowe trasy, nietknięte zbocza pełne puchu i nieporównywalna przyjemność z jazdy na nartach.

Wysokość od 2150m do 3113 m n.p.m. zapewnia idealne warunki śniegowe przez cały sezon. Ośrodek narciarski obejmuje cały majestatyczny teren doliny lodowca w górnym Kaunertal, na końcu malowniczej lodowcowej trasy. Trzy nowoczesne kolejki linowe zabiorą narciarzy na najpiękniejsze przełęcze powyżej 3000m, aż do granicy z Włochami.

Falginjoch, Karlesjoch i Weißseejoch zapewniają spektakularne panoramy górskie. Na miłośników narciarstwa czeka 55 kilometrów tras, wyróżnionych prestiżowym certyfikatem jakości Tyrolu. Wśród atrakcji znajdują się zjazdy z różnicą wysokości dochodzącą do 1000m, legendarna Black Ibex – trasa zjazdowa po najbardziej stromym zboczu Austrii, oraz Snowpark Kaunertal z 2-kilometrową trasą „Nature run" i licznymi wydarzeniami.

Warto zarezerwować karnet z wyprzedzeniem – dzięki wczesnej rezerwacji online można zaoszczędzić nawet 30%. Im wcześniej zarezerwujesz, tym korzystniejsza cena.

Kaunertal: Tydzień promocji Sun Free – duże zniżki na karnety narciarskie!

W tygodniach promocyjnych Sun Free 24.03.–06.04.2025 i 22.04.–27.04.2025 dostępne są specjalne oferty na urlop narciarski na lodowcu Kaunertal. Przy pobycie na co najmniej cztery noce karnet narciarski w zarezerwowanym obiekcie w Kaunertal jest tańszy nawet o 30%. Dzieci do ósmego roku życia jeżdżą na nartach za darmo.

https://www.kaunertaler-gletscher.at/en/kaunertal-glacier/tickets-und-prices/ski-pass-prices.html

Przejście na wyższą półkę

Zacznijmy od końca. Debiut polskiej zawodniczki (**Zuzanna Stachowska** rocznik 2007, KS Alpiclub) w Pucharze Świata Telemark to finalnie 16 miejsce w Sprint i 24 w Classic. Jednocześnie jest to I lokata w kategorii U18 Sprint oraz II lokata w Classic U18 oraz pierwszy start polskiego zawodnika w zawodach tej rangi. Tyle suchych faktów. Do kompletu pierwszy raz w TOP10 w historii polskich startów w Pucharze Świata Telemark i 71.85 punków FIS w sprincie na koniec sezonu. Po udanych startach w Mistrzostwach Niemiec i Austrii (dwa pierwsze miejsca w grupie U16) podjęliśmy decyzję o przejściu półkę wyżej.

Starty w Pucharze Świata i Mistrzostwach Świata Juniorów (U18-U21) były celem na sezon 2023/24. Bardzo istotnie zmieniliśmy trening stawiając dużo większy akcent na siłę i motorykę. Jak się okazało, była to dobra decyzja. Sportowy telemark składa się z sekcji slalomu giganta, skoku, technicznego ronda oraz biegu. Skok nadal kuleje (3 karne sekundy na przejazd), ale technika przejazdu (w większości startów 0 karnych sekund) i bieg zaprocentowały dając w pierwszym sezonie udziału polskiego zawodnika w Pucharze Świata miejscem w czołowej dziesiątce.

Przygoda z Pucharem Świata jest jak podróż do innej krainy. Wymogi formalne (w tym kontrola smarowania nart/fluor), podróże, logistyka, a jednocześnie ogromna życzliwość organizatorów, innych trenerów i zawodników. Mieliśmy ogromne szczęście startować w lokalizacjach, w których nagle, niespodziewanie, pojawiało się wielu kibiców z Polski – piękne doświadczenie. Pytanie trenera kadry Norwegii zdziwionego ilością kibiców „Czy telemark jest aż tak popularny w Polsce" pozostawiliśmy bez odpowiedzi.

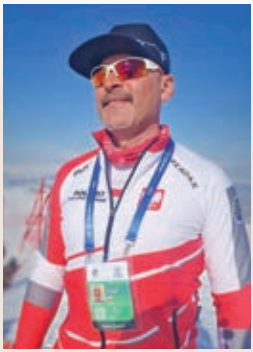
Mistrzostwa Świata Juniorów (U18-U21) we francuskim Pra Loup stały pod znakiem liczby 7 czyli tuż za plecami starszych koleżanek, a Zuzanna to najmłodszy rocznik.

Jaki był ten sezon? Pierwszy Classic czyli prawie 3 minuty jazdy, pierwsze zawody równoległe, gdzie Zuzanna dwukrotnie trafia po eliminacjach na późniejsze zwyciężczynie, wysoki poziom organizacyjny, trudne, zlodzone stoki nie przystające do potocznego spojrzenia na telemark i doskonałe wyniki w sprincie. Do tego bezpośrednia rywalizacja z zawodniczkami, będącymi do tej pory w sferze mitu. Uczymy się sportowego telemarku, zarówno od strony organizacyjnej, jak i techniki czy sprzętu. Pierwszy sezon w Pucharze Świata pokazuje, że nauka przynosi efekty.

W międzyczasie Zuzanna z powodzeniem zdała egzamin na POL-SKI Pomocnika Instruktora alpejskiego, choć jak sama przyznaje, jej przyszłością jest telemark. Czasami słyszy na zajęciach z dziećmi „stop – pani zepsuło się wiązanie".

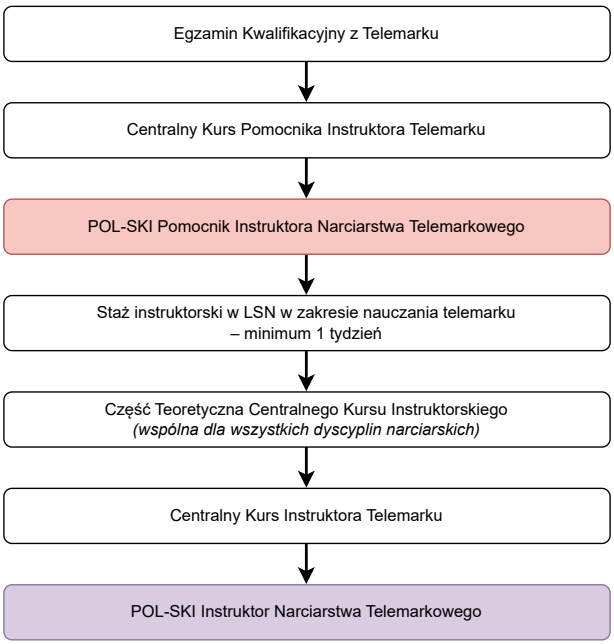
Bez kompleksów szykujemy się na następny sezon mając nadzieję, że do startującej polskiej ekipy w Pucharze Świata Telemark jeszcze ktoś dołączy, a Zuzanna częściej pojawi się w czołowej dziesiątce.

Sławomir Lassak



Sławomir Lassak – POL-SKI Instruktor, ISIA, IVSI, instruktor narciarstwa telemarkowego. Członek Komisji Telemarku SITN, członek TELELEMARK POL-SKI DEMO TEAM. Demonstrator podczas realizacji Programu Nauczania Narciarstwa Telemarkowego. Wielokrotny medalista mistrzostw Polski w narciarstwie telemarkowym, trener Kadry Polski Juniorów w narciarstwie telemarkowym. Drugi trener Kadry Polski Juniorów w narciarstwie alpejskim – Polskiego Związku Sportów Niesłyszących. Współzałożyciel oraz czynny instruktor w Szkole Narciarskiej ZĄB. Instruktor i sędzia rolkarstwa alpejskiego (INLINE-ALPINE). Instruktor i czynny tancerz w zespołach góralskich „Hamernik" i „Mali Hamernicy". Ukończył kierunek Dietetyki na Wydziale Medycznym w Krakowie.

SCHEMAT SZKOLENIA I CERTYFIKACJI **INSTRUKTORÓW NARCIARSTWA TELEMARKOWEGO**
SITN 2024/2025



Autor schematu: Wojciech Woźnica

Narciarskie urazy
– rany i krwotoki

Ze statystyk wypadków wiemy, że do najczęściej występujących urazów narciarskich należą rozmaite stłuczenia oraz urazy stawów kolanowych, występujące głównie w narciarstwie trasowym, natomiast w narciarstwie skiturowym i telemarkowym są one rzadkością. Uprawiając narciarstwo należy się jednak liczyć również z ryzykiem zranienia i odpowiednio do tego przygotować.

Rana to przerwanie ciągłości skóry oraz tkanek podskórnych w wyniku urazu, czemu towarzyszy krwawienie lub krwotok. Wyróżnia się rany powierzchowne i głębokie, otarcia, rany rąbane, kłute, cięte, tłuczone, miażdżone, szarpane i inne. W wyniku wypadku narciarskiego może dojść do otarcia naskórka o twardy lub firnowy śnieg. Większe lub głębokie rany wymagają wizyty na SOR-ze i ich zeszycia celem połączenia tkanek tak, by rana goiła się jak najszybciej.

W swej praktyce instruktorskiej i ratowniczej tylko dwa razy zetknąłem się z przypadkiem rany ciętej od uderzenia krawędzią narty – raz była to rana nadgarstka, częściowo zawiniona przez narciarkę, która nie posiadając odpowiednich rękawic miała odsłonięte nadgarstki, a innym razem była to długa i obficie krwawiąca rana podudzia powstała w wyniku wyjątkowo pechowego upadku połączonego ze splątaniem nóg i nart. W obu przypadkach szycie ran było nieodzowne. Warto przypomnieć, że w ubiegłorocznym wydaniu naszego Informatora prezentowana była specjalna narciarska bielizna chroniąca przed zranieniem (anti cut), której tkanina zawiera włókna węglowe albo aramidowe. Obecnie w rekomendacjach FIS określone są standardy jakości tego rodzaju ubiorów (FIS CRG 2021).

Trzeba mieć świadomość, że w większych ośrodkach narciarskich albo w terenie odległym od dyżurek ratowników, na nadejście pomocy trzeba czekać. Ratownicy otrzymują nieraz jednocześnie kilka zgłoszeń wypadków, zwłaszcza w szczvcie sezonu. Warto zatem pomyśleć o zabraniu apteczki pierwszej pomocy na zajęcia z kursantami lub na wycieczkę skiturową. Powinna ona zawierać zestaw podstawowych środków medycznych służących do udzielania pierwszej pomocy. Apteczki różnią się wielkością, zawartością zależną od przeznaczenia i opakowaniem (plastikowa skrzynka, nerka, plecak, torba) najczęściej w kolorze czerwonym z białym znakiem krzyża. Ratownicy narciarscy i górscy posługują się na swych dyżurach najczęściej apteczką R1, której bogate wyposażenie umożliwia udzielenie pomocy w każdym rodzaju urazu. Jest to jednak torba ważąca kilkanaście kilogramów. W ofercie handlowej są też tzw. apteczki modułowe dedykowane do specjalnych wymagań, np. do złamań (z zestawem szyn splint) albo do zranień i krwotoków, mające postać prostokątnego pakietu zajmującego niewiele miejsca w plecaku. Apteczkę minimum może stanowić zestaw plastrów, opaska dziana (bandaż), gaziki do tamowania krwawienia i płyn do dezynfekcji (wystarczą niewielkie kapsułki soli fizjologicznej). Czasami cenne może być nawet kilka minut założenia opatrunku i zatamowania krwotoku przed przybyciem ratowników. Poza tym instruktor wywrze na kursantach dobre wrażenie, jeśli pokaże, że potrafi pierwszej pomocy udzielić.

Robert Borkowski

Robert Borkowski – jest instruktorem narciarstwa alpejskiego i biegowego, ratownikiem narciarskim, przewodniczącym Podkomisji Ratownictwa Narciarskiego SKI PATROL w KTN ZG PTTK, był trzykrotnie brązowym medalistą Mistrzostw Świata Dziennikarzy SCIJ w narciarstwie, pod jego redakcją powstał „Słownik ratownictwa" wydany w ub. roku przez Akademię Pożarniczą.

Zredukuj ryzyko kontuzji na stoku.

ZK-X

Stabilizator z szynami zapewniający bardzo silne wsparcie.

ZK-PROTECT

Bardzo mocne wsparcie kolan i wygoda użytkowania.

ZK-MOTION

Stabilizator wykonany z dzianiny. Doskonała mobilność i komfort.

ZW-5

Pas lędźwiowy redukujący dolegliwości bólowe pleców.

ZAMST

Zamst jest marką stworzoną z myślą o osobach aktywnych gwarantującą im najwyższą jakość

www.zamst.com.pl

ZAMST

Kontuzje na stoku narciarskim: ryzyko, profilaktyka i rzeczywistość na trasach zjazdowych

Sezon narciarski to dla wielu osób czas radości, rekreacji i emocji związanych z pokonywaniem śnieżnych stoków. Jednak za każdym udanym zjazdem kryje się ryzyko. W ostatnich latach zauważa się coraz więcej standardów, których stosowanie sprzyja redukcji urazów na nartach. Powszechnie stosuje się kaski ochronne, przyjmują się innowacje dla systemów wiązań, butów narciarskich, co zmienia profil urazów związanych z jazdą na nartach. Postęp w standardach sprzętu narciarskiego skutecznie zmniejsza zarówno częstotliwość, jak i ciężar urazów, ale konieczne są dodatkowe wysiłki w celu poprawy bezpieczeństwa tego sportu (Davey i wsp., 2019). Dzięki postępom w technologii, sprzętu oraz programom prewencyjnym, liczba urazów na stokach maleje, choć pewne typy kontuzji wciąż pozostają powszechne i wymagają szczególnej uwagi.

Zrozumienie mechanizmów urazów, czynników ryzyka i środków zapobiegawczych może zmniejszyć częstość ich występowania na nartach. Według najnowszych badań, kontuzje związane z narciarstwem alpejskim najczęściej dotyczą kończyn dolnych, szczególnie kolan. Urazy więzadeł, takie jak zerwanie więzadła krzyżowego przedniego (ACL), pozostają jednymi z najbardziej problematycznych w rehabilitacji. Badania wykazują, że mimo postępu technologicznego, kontuzje ACL wciąż stanowią istotny procent urazów na stokach (Müller i wsp., 2016). Statystyki pokazują, że urazy ACL dotyczą głównie narciarzy w wieku 25-45 lat, co może być związane z intensywną eksploatacją stawów kolanowych w połączeniu z trudnymi warunkami na trasach. Nieuchronne starzenie się jest istotnym indywidualnym czynnikiem związanym z urazem ACL w rekreacyjnym narciarstwie alpejskim (Posh i wsp., 2023). Co ciekawe, kobiety są bardziej narażone na urazy ACL niż mężczyźni, co jest przypisywane różnicom anatomicznym oraz biomechanicznym (Ammerman i wsp., 2024).

Innym częstym rodzajem urazów są kontuzje głowy, które mimo powszechnego używania kasków wciąż stanowią poważne zagrożenie. Badania z ostatnich lat pokazują, że choć kaski skutecznie zmniejszają ryzyko poważnych urazów głowy, to nie eliminują go całkowicie (Patton i wsp., 2020). W niektórych przypadkach, szczególnie przy dużych prędkościach lub kolizjach z twardymi przeszkodami, kask może nie być wystarczającą ochroną.

Profilaktyka: rola sprzętu i edukacji

Jednym z najważniejszych elementów profilaktyki urazów na stoku jest odpowiednie przygotowanie sprzętu oraz świadomość ryzyka. W ostatnich latach zwrócono szczególną uwagę na rozwój technologii stabilizatorów kolanowych, które mogą znacząco zmniejszyć ryzyko urazów więzadeł. Stabilizatory te ograniczają nadmierne ruchy rotacyjne, które są jedną z głównych przyczyn kontuzji ACL, szczególnie podczas upadków lub nagłych zmian kierunku jazdy (Harmann & Senner, 2021).

W przeprowadzonych badaniach wykazano, że stabilizatory są szczególnie skuteczne u narciarzy, którzy mają już za sobą historię urazów kolana. Ich regularne stosowanie może nie tylko zapobiegać nawrotom kontuzji, ale także poprawiać pewność siebie narciarza, co ma pozytywny wpływ na styl jazdy i zmniejsza ryzyko upadków. Dostępne badania wskazują jednak, że stabilizatory mogą pełnić funkcję ochronną u zdrowych pacjentów (Negrin i wsp., 2017). W tym przypadku produkty japońskiej marki Zamst mogą być niezastąpione, warto rozważyć stosowanie podczas jazdy na nartach zgrabnej ortezy na kolano **ZK Protect** lub **ZK Motion.** Wymienione produkty wygodnie mieszczą się pod spodniami, dając ulgę i wygodę użytkownikom.

Oprócz sprzętu edukacja narciarzy odgrywa kluczową rolę w zapobieganiu urazom. Programy takie jak „wczasy narciarskie z instruktorem" promują odpowiednie techniki jazdy, uczą upadania, które minimalizuje ryzyko kontuzji. Wielu ekspertów podkreśla, że świadomość narciarzy na temat mechanizmów urazów, wykorzystywanie różnego rodzaju zabezpieczeń kolan czy głowy, umiejętność prawidłowego przewidywania toru jazdy i oszacowania swoich umiejętności odgrywa bardzo istotną rolę w bezpiecznym poruszaniu się na stoku i jest kluczowa dla skutecznej prewencji urazów.

Wyposażenie ochronne: Kaski i inne środki zabezpieczające

Chociaż kaski stały się standardowym wyposażeniem narciarzy, ich rola w zapobieganiu urazom głowy wciąż jest intensywnie badana. Kaski skutecznie zmniejszają ryzyko urazów głowy o 60-70%, jednak ich efektywność w zapobieganiu śmiertelnym urazom wciąż jest przedmiotem debat. Niektóre badania sugerują, że w sytuacjach ekstremalnych, takich jak kolizje przy dużych prędkościach, kask może nie zapewnić wystarczającej ochrony, co wskazuje na potrzebę dalszych udoskonaleń (Lee i wsp., 2022). Inne elementy wyposażenia, takie jak gogle, ochraniacze na kolana lub nadgarstki czy kamizelki ochronne, również odgrywają ważną rolę w zmniejszaniu ryzyka kontuzji. W szczególności ochraniacze na nadgarstki są zalecane dla snowboardzistów (np. **Zamst Thumb Guard**), którzy są bardziej narażeni na urazy rąk i nadgarstków niż narciarze (Fan i wsp., 2024).

Pomimo postępów w technologii sprzętu oraz programach edukacyjnych, kontuzje na stoku narciarskim wciąż są realnym niebezpieczeństwem. Kluczem do dalszego zmniejszania ryzyka urazów jest nie tylko rozwój technologii, ale także promocja odpowiedzialnej jazdy i świadomości zagrożeń. Z roku na rok rośnie liczba narciarzy, którzy decydują się na korzystanie z zaawansowanych stabilizatorów i ortez, co świadczy o rosnącej świadomości znaczenia profilaktyki. Jednocześnie, dalsze działania są niezbędne, aby lepiej zrozumieć mechanizmy urazów oraz skuteczność różnych środków ochronnych. Współpraca między producentami sprzętu, lekarzami, trenerami

i samymi narciarzami jest kluczowa, aby poprawić bezpieczeństwo na stokach i zapewnić, że sport ten pozostanie przyjemnością, a nie źródłem kontuzji. Chociaż kontuzje na stoku narciarskim są nieodłącznym elementem tego sportu, odpowiednie przygotowanie i świadomość mogą znacząco zmniejszyć ich ryzyko. Zastosowanie nowoczesnych technologii, takich jak stabilizatory kolanowe, w połączeniu z edukacją narciarzy, stanowi najlepszą strategię w walce z kontuzjami na stokach (Posch i wsp., 2023; Ma i wsp., 2022).

Piśiennictwo:

Ammerman, B., Richards, M., Davie, R., Pahapill, N., & Sutton, K. (2024). Difference in Injury Risk between Male and Female Alpine Skiers: Review of the Literature.

Davey, A., Endres, N. K., Johnson, R. J., & Shealy, J. E. (2019). Alpine skiing injuries. *Sports health*, *11*(1), 18-26.

Fan, Z., Min, L., He, W., Yang, Y., Ma, W., & Yao, J. (2024). Efficacy of multicomponent interventions on injury risk among ice and snow sports participants—a systematic review and meta-analysis. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, *16*(1), 135.

Hermann, A., & Senner, V. (2021). Knee injury prevention in alpine skiing. A technological paradigm shifts towards a mechatronic ski binding. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *24*(10), 1038-1043.

Lee, L. K., Flaherty, M. R., Blanchard, A. M., Agarwal, M., & Council on injury, violence, and poison prevention. (2022). Helmet use in preventing head injuries in bicycling, snow sports, and other recreational activities and sports. *Pediatrics*, *150*(3), e2022058878.

Ma, R., Sheth, C., Fenkell, B., & Buyuk, A. F. (2022). The role of bracing in ACL injuries: The current evidentiary state of play. *The Journal of Knee Surgery*, *35*(03), 255-265.

Müller, E., Spörri, J., Kröll, J., & Hörterer, H. (2016). Equipment designed to reduce risk of severe traumatic injuries in alpine ski racing: constructive collaboration between the International Ski Federation, industry and science. *British journal of sports medicine*,*50*(1),1-2.

Negrin R, Uribe-Echevarria B, Reyes N. Do Knee Braces Prevent Ski Knee Injuries?. Asian J Sports Med. 2017;8(4):e58678.

Patton, D. A., McIntosh, A. S., Hagel, B., & Krosshaug, T. (2020). A review of head injury and impact biomechanics in recreational skiing and snowboarding.

Posch, M., Ruedl, G., Greier, K., Faulhaber, M., Tecklenburg, K., Schranz, A., Burtscher, M. (2023). Impact of Environmental Factors on the ACL Injury Risk in Recreational Alpine Skiing. *International Journal of Sports Medicine*, *44*(13), 1003-1008.

Posch, M., Schranz, A., Lener, M., Tecklenburg, K., Burtscher, M., & Ruedl, G. (2021). In recreational alpine skiing, the ACL is predominantly injured in all knee injuries needing hospitalisation. *Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy*, *29*(6), 1790–1796.

DRUGIE WYDANIE POPULARNEGO PODRĘCZNIKA JUŻ W SPRZEDAŻY!

Narciarstwo: Drogą – Nadzieją – Przetrwaniem

Nazywałem się Andrzej Krzyżaniak.

Gdy wstępuje się do Klubu Seniora Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa, konieczne jest podsumowanie i prawda. Konieczna jest analiza i odpowiedź na pytania o wartości i sens. Czy dotychczasowe 60 lat było za **Grekiem Zorbą**: *„Pracą, zabawą, produkcją nawozu"*? Czy da się kierować i czy kierowałem swoim życiem? W końcu czy to moje życie jest naprawdę moje? Czy wiadomo „Skąd – Dokąd – Po Co"? Przecież nie tylko chciwość, żądza władzy, zazdrość, hormony, nuda, ideologia czy religia są przyczyną działania. Jak pisał **Kurt Vonnegut**: *„Nędza jest stosunkowo niegroźną chorobą, bezużyteczność zabija silnych i słabych, jest zawsze chorobą śmiertelną".*

Wszystko wydarzyło się w dniu 17.11.1992 roku w trakcie dojazdu do klinik Akademii Medycznej w Poznaniu i podzieliło bieg czasu na dwie części. Do tamtego dnia prowadziłem życie normalne i zwyczajne. Mieszkałem w Sosnowcu, Krakowie, Głogowie, Wrocławiu, Monachium, Toronto, Wolsztynie.

Tamtego dnia jako pasażer i w pracy miałem wypadek komunikacyjny. Sprawca wypadku zamknął kartę mojego życia, a ponieważ miał OC kierowców, to konsekwencje wypadku nigdy go nie dotknęły.

Do tamtego momentu, do godziny 7:15, wszystkim zawiadowałem i kierowałem. Jeszcze nie

Andrzej Krzyżaniak (później Lavenderski) z synem Mikołajem w rok po wypadku samochodowym

Slalom gigant MPN, marzec 2023, zawodnik Tadeusz Sypień i jadący przed nim przewodnik Andrzej Lavenderski

Andrzej z Tadeuszem – tym razem obaj jako zawodnicy, medaliści w GS i SL Pucharu Polski w marcu 2024

wiedziałem, że w tym momencie kończę się jako lekarz medycyny – diagnosta obrazowy, kończę pracę w szpitalu, na AM, w praktyce prywatnej. Kończę marzenia o ukończeniu specjalizacji, o doktoracie, karierze lekarskiej i medycynie w ogóle. W tym momencie nie wiedziałem jeszcze, że miejsce moich idoli ze świata medycyny zajmą bohaterowie narciarstwa: Zawodnicy, Instruktorzy, Instruktorzy Wykładowcy SITN PZN.

Droga. Narty miałem od 5-go roku życia i do rozpoczęcia studiów byłem narciarskim samoukiem i amatorem. Mieszkając w Głogowie jeździłem głównie na Szrenicy, ale bywałem też na Nosalu, Kasprowym, Skrzycznem. Studiując fizykę, a potem medycynę, wstąpiłem do AKN Wrocław i się zaczęło: kurs kwalifikacyjny u **Marka Domina**, kursy na Pomocnika Instruktora u IW **Jerzego Dyczkowskiego** i IW **Stanisława Sobczyka**, a egzamin w obecności Prezesa **Kazimierza Masłowskiego** z górnej stacji kolei w Kotle Gąsienicowym na przewianym puchu. Kilka kursów ze studentami, puchar Haczkiewicza. Ciekawostką niech będzie poznanie, towarzystwo i praca w Toronto z **Bobem (Maciejem) Muranem**. Jednak najważniejsza była medycyna, pacjenci, praca i nauka. Oczywiście żona **Ewa** i syn **Mikołaj**. Właśnie nauczyłem go jeździć na rowerze na dwóch kołach.

W dniu 17.11.1992 roku po 7:15 obudziłem się w zmienionym, innym, cudzym i alternatywnym świecie, choć cieszyłem się, że żyję, a gdy zobaczyłem zdjęcia z wypadku zamieszczone w lokalnej gazecie to wręcz świętowałem. I co z tego, że masywny krwotok, zmiażdżone mięśnie, złamana noga i w zewnętrznym stabilizatorze. Odwiedzający pytali: *„Co jesteś w takiej euforii?"*. A ja, że żyję, i że mam **nadzieję**, i że zaraz do pracy, do pacjentów, do rodziny i jak będzie coś nie tak z nogą, to będę jeździć na nartach tylko na tej drugiej.

Jednak coś z tą drugą było nie tak. W szpitalnym łóżku w końcu doczekałem konsultacji ortopedy z Instytutu Ortopedii z Poznania. Wyniki badania obu nóg i kolan nie napawały optymizmem. Wówczas poprosiłem o psychiatrę i wyszedłem z siebie. To już nie były moje wybory i kontrola.

Tak więc znikł Andrzej sprzed wypadku, któremu dzięki ciężkiej nauce i pracy wszystko się udawało, a pojawił się ten drugi. Tego drugiego przewieziono do innego, a potem jeszcze do innych szpitali. Orzeczono, że leczenie potrwa wiele lat.

Andrzej zamieszkał na dwóch metrach kwadratowych wielu szpitalnych łóżek i niestety zaczęły się powikłania. Długo można by wymieniać wszelkie powikłania. Wystarczy wspomnieć, że wykonywano transfuzje, sympatektomię, kolejne stabilizacje oraz przeszczepy kości i skóry. Miesiącami podawano chemioterapeutyki. W sumie 9 operacji i ponad 48 godzin znieczulenia ogólnego. Stwierdzono PTSD z reaktywną depresją, a wiele lat później ChAD. Do tego niestabilność kolan: cztery krzyżowe, dwa poboczne, trzy łąkotki, wewnątrzstawowe kompresyjne złamanie. Z zapaści psychicznej

Dekoracja medalistów w slalomie MPN – grudzień 2022

wyciągało go wiele osób oraz psy: Mon Amour, Agat II i Agat III Torpez.

Przetrwanie. Po Zimowych Igrzyskach w Lillehammer Andrzej dostał sportowe stabilizatory kolan i olimpijski sweter. Dostał telewizyjne kanały sportowe i zaczął marzyć. Może kiedyś przypnie narty i poczuje radość. Do dziś zachował artykuł z 1994 roku o studencie AWF **Tomaszu Tasiemskim** (obecnie Profesor AWF Poznań).

Z fizycznego i psychicznego dna wyciągali go: prof. **Janusz Bielawski** ze swoim zespołem, prof. **Donat Tylman**, doktorzy: **Tomasz Andrzejewski**, **Jakub Kratochwil**, **Eleonora Pillmann**, **Magdalena Borawska**, **Dorota Polak, Dorota Sarapata** oraz **Barbara Kamieńska**, **Maciej** i **Anna Makowscy**, **Grzegorz Kut**, **Maciej Onichimowski**, **Marek Taciak**, **Paweł Mikołajczak**, **Marek Zięba**, **Stanisław Stawiarski**, **Jan Nowicki**, **Maciej Kozłowski**, **Krzysztof Majchrzak** i wielu, wielu innych.

Przełom. Przełom nastąpił wiele lat po wypadku. Andrzej woził już żonę i syna na narty, ale sam musiał pracować nad zaniknięty mi mięśniami, mięśniową stabilizacją nie w pełni zoperowanych kolan i koordynacją ruchową. W końcu spróbował. Udało się! Poznał sportowców z PZSN Start Jelenia Góra m.in. **Wiktora Żuryńskiego**. Pojechał na pierwsze szkolenie do Centrum Sportu w Szklarskiej Porębie razem z **Piotrem Markiem** (późniejszy paraolimpijczyk, a obecnie dr European Coaching Council).

Pomimo wszystkich dolegliwości i braków orzecznik nie zakwalifikował Andrzeja do żadnej grupy sportowej niepełnosprawności. Szkoda. Trudno. Spokój zachowany.

Andrzej pojechał na Mistrzostwa Polski Niepełnosprawnych i wystartował w grupie Open. Wygrał SL i był drugi w GS i SG. Wspólnie startował właśnie z **Piotrem Markiem** oraz **Łukaszem Szeligą** (późniejszy paraolimpijczyk, a obecnie Prezes PZSN i Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego). Rok później wszystko powtórzył. Później przyszedł pomysł, a to właśnie z powodu nieprzyznania grupy sportowej niepełnosprawności, aby spróbować powtórzyć kurs i zaktualizować stopień Pomocnika Instruk-

tora PZN. Zaczął jeździć i ćwiczyć ze Szkołami i Klubami Narciarskimi: „Ski-Elitą" oraz „Ikaturem". Bardzo dużo dały mu sportowe szkolenia z Instruktorem Wykładowcą lek. med. **Wacławem Warzechą** i Trenerem **Markiem Krzyżyńskim** zwieńczone udziałem w Mistrzostwach Świata Lekarzy. W Alpach Andrzej poznał IW **Grzegorza Matyfiego**, właściciela Szkoły Narciarskiej „Ski & Tenis", który stał się dla niego mentorem. To Grzegorz w chwili załamania na lodowcu Hintertux powiedział: *„Andrzej, jesteś bardzo dobrym narciarzem"*. Z Grzegorzem łączyły ich narty i przyjaźń. Andrzej odprowadził przyjaciela na drugą stronę, ale kiedyś wszystko powtórzą na ośnieżonych niebiańskich stokach. Tylko dzięki IW **Andrzejowi Małysie** oraz IW **Przemysławowi Klimczakowi** kursy na Pomocnika Instruktora i później Centralny Kurs Instruktorski mógł, w dwóch stabilizatorach kolan i z niedowładem podudzia prawego, zakończyć sukcesem. Oba etapy CKI przeszedł razem z **Kacprem Leonowiczem** (obecnie IW i Komisja Szkolenia SITN). Wówczas najstarszy z najmłodszym.

Andrzej, świeżo upieczony Instruktor SITN PZN, swoją odznakę instruktorską wraz z listem dziękczynnym pozostawił za bocznym ołtarzem, jak żółtą ciżemkę, w Bazylice Św. Piotra w Rzymie w czasie czuwania po śmierci Jana Pawła II.

Chociaż na Mistrzostwach Polski Instruktorów zrobił kwalifikacje na Asystenta IW, to egzaminu na ten stopień już nie przeszedł. Trudno. Spokój zachowany.

Po 17-letniej „przerwie" Andrzej spróbował też motocyklizmu we wrocławskim „Orlim Gnieździe", lekarskim „DoctoRRiders" i jako wolontariusz wśród AAiU w Sobótce. Wszystko się udało. Nie sprawiało mu problemu hodowanie własnych włosów na peruki dla pacjentek po chemioterapii – Rak&Roll, kierowanie wolontariatem na hematologii dziecięcej oraz prowadzenie medycyny narracyjnej. Do czasu powołania do życia Fundacji „ALTER EGO" przez **Janusza Popiela** bezpośrednio pomagał poszkodowanym w wypadkach komunikacyjnych.

Najważniejszy był jednak wieloletni wolontariat instruktora, trenera i przewodnika na rzecz

Start w slalomie gigancie MPN w marcu 2023

słabowidzących narciarzy: **Anny** i **Stanisława Kosińskich** B2, **Dawida Suchodolskiego** B2, **Tadeusza Sypienia** B2 + bez jednej ręki. Szefem tej wrocławskiej grupy był dr tyflologii **Dariusz Rutkowski**. Nie stałoby się to bez udziału instruktora i trenera **Jacka Badury**, który wiedział, że Dariusz Rutkowski poszukuje wolontariusza do pracy ze słabowidzącymi. Andrzej chętnie się tego podjął. W czasie tej współpracy jego wrocławska grupa odniosła wiele sukcesów na Mistrzostwach Polski Niepełnosprawnych i Pucharze Polski: Szczyrk, Wisła, Istebna, Białka, Jurgów, Czarna Góra, Zieleniec – treningi i pokazy filmowane przez telewizję oraz w Pucharze Europy: Pitztal, Solden, Stubai, Rifflsee, Chamrousse, Beitostolen (również biegi narciarskie niewidomych i słabowidzących Ridderrennet w obecności króla Norwegii), Landgraaf (hala), Churwalden. W grupie były uzyskane trzy kwalifikacje na paraolimpiadę. Aby to wszystko osiągnąć Andrzej wprowadził zmiany w komunikowaniu się z pomocą interkomu par przewodnik-zawodnik, w tym wyznaczanie rytmu przez zawodnika. Dzięki temu jadący z przodu przewodnik nie oglądając się oceniał odległość pomiędzy nim a zawodnikiem. Dzięki temu przewodnik miał czas na sygnalizowanie figur i trudniejszych miejsc. Przewodnicy i zawodnicy zawsze zapamiętywali trasę przejazdu i liczyli wszystkie skręty. Oprócz poprawnego prowadzenia nart słabowidzący doszli w slalomie do zbijania tyczek. Ponadto

Autor podczas treningu na biegówkach z dogoterapeutą (whippet Agat III Torpez), Głogów 2024

wszystkie pary w czasie treningów i zawodów umiały zarządzać fazami skrętu i zakrawędziowaniem. Wszyscy wykonywali: kompensację, piwoty oraz zwiększenie zakrawędziowania i dociążenia wykonując, po przekroczeniu linii spadku stoku, kaskadowy ruch zewnętrznego przedramienia wraz z biodrami i kolanami do wewnątrz skrętu.

W grudniu 2022 roku na MPN Andrzej, po 24-letniej przerwie, miał wystartować w grupie Open, ale skorzystał z badań klasyfikatora. Jego decyzja, zmieniająca tą poprzednią, to LW4 – niedowład i brak mięśni jednego podudzia. Andrzej w grupie stojących zajął drugie miejsce w SL i trzecie w GS. Dziękuję. Trudno. Spokój zachowany.

Na zawodach Pucharu Polski Niepełnosprawnych w marcu 2024 roku, po sześćdziesiątych urodzinach i z symbolicznym numerem startowym 17, Andrzej powtórzył wynik i powrócił na właściwe mu miejsce. **Narciarstwo: Drogą – Nadzieją – Przetrwaniem.**

Nareszcie Andrzej odetchnął, i ciągle żyje, i lepiej się czuje. On tylko lubi narty i z nimi związany Świat. Jest bardzo zmęczony. A spekulacje: co by było gdyby… pozostawia innym. Teraz nazywa się **Andrzej Lavenderski**.

Andrzej Lavenderski

Andrzej Lavenderski – Zamiast biogramu: Dziękuję, że istnieje SITN, PZSN Start i że tak dużo Wielkich Osób jest w to zaangażowanych. Dziękuję Rodzinie, Przyjaciołom, Przyjaciółkom i Wszystkim, którzy mieli i mają jakikolwiek wpływ na Drogę Życia, jego skrzyżowania i kierunki. Kacper, zawsze trzymałem i trzymam za Ciebie kciuki, nigdy nie zapomnę twojego 540 Rodeo na egzaminie CKI.
Kieruję się wiedzą i nie mam żadnych poglądów, nie czerpię energii z cierpienia i staczania się, a życie opieram o wartości podstawowe, antycypację i tworzenie przyczółków.
Razem z żoną opiekuję się plantacją lawendy, „Pinakoteką Lavenderski" oraz Starą Wieżą Ciśnień, a mój port jest przy synu, synowej i wnukach w Krakowie.
Moje życie od dnia wypadku nie jest moim wyborem i nie jest moje, ale staram się dany mi czas jak najlepiej i na swój sposób spożytkować. Z lekarskimi i narciarskimi serdecznymi pozdrowieniami, a przede wszystkim zdrowia!

NADRUKI NA ODZIEŻY

drukujemy już od 1 sztuki

Nasza firma istnieje od 20 lat, cały czas staramy się rozwijać i poszerzać naszą ofertę. Rodzaj materiałów z których wykonana jest odzież wymaga zastosowania odpowiedniej do podłoża techniki zdobienia. Najważniejsze przy drukowaniu odzieży wierzchniej to zastosowanie techniki nadruku która nie uszkodzi membrany i nie spowoduje utraty wodoodporności tkaniny. Każde zamówienie analizujemy aby zapewnić naszym klientom najbardziej trwałą i opłacalną technikę nadruku.

TECHNIKI NADRUKU

FOLIE FLOCK I FLEX

SITODRUK

HAFT KOMPUTEROWY

SUBLIMACJA

tel. 600 450 560
35-532 Jurgów 263

www.evelet.pl
firma@evelet.pl

POZNAJ NAJLEPSZE PARKI ROWEROWE W TRENTINO

Więź między dwoma kołami a Trentino jest głęboka: w Trentino (Włochy) jazda na rowerze to nie tylko sport, to filozofia! Setki kilometrów dróg rowerowych dostępnych dla każdego, ale także wymagające podjazdy stanowiące wyzwania godne mistrzów kolarstwa: dzięki infrastrukturze na najwyższym poziomie Trentino przyciąga miłośników każdego rodzaju kolarstwa.

MTB W TRENTINO: 8000 KM WOLNOŚCI NA ROWERZE

Piękno Trentino można podziwiać nie tylko mknąc na rowerze szosowym lub elektrycznym, ale również ciesząc się jazdą na rowerze górskim. Wybierać można spośród tras o łącznej długości liczonej w tysiącach kilometrów, odpowiednich dla różnych stopni zaawansowania, opatrzonych mapami i oznaczeniem. Wśród tras również te przeznaczone na wypady dla całej rodziny, emocjonujące trasy typu trail, **9 bike parków** zapewniających dużą dawkę adrenaliny (**Fassa Bike, Dolomiti Paganella Bike, San Martino Bike Arena, Val di Sole Bike, Brenta Bike Park, Bike Park w FolgaRide oraz Bike Park Lavarone, Bike Park Ponte di Legno Tonale, Colbricon Bike Park**), widowiskowe szlaki w kształcie pętli do pokonania etapami.

Fototeca Trentino Marketing - ph. M. Gartner, C. Pizzini, L. Knopf

Nieważne czy chodzi o **cross country**, enduro czy **downhill**, obecnie uprawianie kolarstwa w górach stanowi strategiczną część oferty w sektorze aktywnych wakacji, która, będąc skierowana do wielu osób, musi koniecznie uwzględniać potrzeby różnych użytkowników. To właśnie myśl przewodnia **sieci tras MTB w prowincji Trydentu**, liczącej obecnie setki sklasyfikowanych i numerowanych tras, których łączna długość przewyższa **8000 km**.

ALPE CIMBRA BIKE

Na wysokości pomiędzy 800 m i 1900 m n.p.m., pośród pastwisk, świerkowych lasów, dolin i punktów widokowych, trawiastych wzgórz i spektakularnych szczytów górskich rozciągają się trasy do kolarstwa górskiego, odpowiednie do uprawiania wszystkich dyscyplin: all mountain, cross country, enduro. Alpe Cimbra Bike oferuje również usługi i udogodnienia skrojone na miarę dla rowerzystów.

Bike Park Lavarone: położony w pięknej scenerii płaskowyżu Lavarone park oferuje ścieżki odpowiednie dla początkujących i zaawansowanych cyklistów.

Bike Park w FolgaRide: nowiutki Bike Park i Trail Center Folgaria znajduje się w Serrada di Folgaria. Jedna z części FolgaRide jest dedykowana wyłącznie kolarstwu górskiemu downhill i proponuje dwa, pełne przygód szlaki flow z wyciągiem, uskokami, garbami, parabolami i stromymi odcinkami. Przeżycie w stylu Flow Riding, gwarantujące pełne bezpieczeństwo i poczucie wolności, zero zmartwień i tylko dobrą zabawę.

Więcej informacji na:
alpecimbrabike.it

DOLOMITI PAGANELLA BIKE

400 km różnego rodzaju tras: łatwych szlaków po drogach terenowych i leśnych (Family i XC) oraz tras typu single track (Intermediate – Expert) położonych na całym obszarze, przy czym szczególną uwagę poświęca się tu trasom trail/ All mountain/ enduro. Ponadto znajdują się tu trzy Bike Parki, trzy obszary Pump Track i Skill Area położone w Molveno, Andalo i Fai della Paganella. Do dyspozycji miłośnikom dwóch kółek oddano mapy, ślady GPS, usługę BiciBus shuttle, wypożyczalnie, wyciągi, przewodniki, kursy, hotele i domki typu chalet dla rowerzystów oraz wiele, wiele więcej. Całości dopełnia usługi o wysokiej jakości stworzone specjalnie dla rowerzystów sprawiły, a także piękny widok na malownicze **jezioro Molveno**.

Więcej informacji:
dolomitipaganellabike.com

TREKKING DLA KAŻDEGO I VIE FERRATE. **MAGICZNE PRZECHADZKI PO DOLOMITACH W TRENTINO**

5000 km szlaków pieszych, biegnących przez dzikie doliny i zachwycające góry, sieć schronisk górskich, oferujących posiłki, a dla tych, którzy lubią adrenalinę - dreszcz emocji na vie ferrate. Wędrówki piesze na łonie natury to wspaniałe doświadczenie, dostępne dla wszystkich.

Uprawianie trekkingu w kilku etapach to doświadczenie dla zaprawionych, ale również średnio doświadczonych wędrowców. Szlaki wchodzą w skład sugerowanych przez nas tras obejmują wiele kilometrów do pokonywania każdego dnia, z noclegami za każdym razem w innym schronisku, chacie górskiej lub biwaku.

Fototeca Trentino Marketing - ph. M. Gartner, D. Lira

Ale nie martw się, nic nie stoi na przeszkodzie, aby zaplanować krótsze wycieczki, nawet jednodniowe.
Od Dolomitów Brenta, z podwójnym szlakiem - dla doświadczonych turystów i dla rodzin, aż po trasę w pętli w dolinie Val di Fassa; od Val Fiemme po Pale di San Martino - **trekking w Dolomitach** to najlepszy sposób na poznanie zwyczajów i kultury tych dolin oraz świata schronisk górskich.

LAGORAI TREK

Szlak wokół Masywu Lagorai, podzielony na cztery odcinki do pokonywania również pojedynczo. Między doliną **Val di Fiemme a Valsugana** - widowiskowe panoramy obejmujące zieleń lasów i chłodne odcienie porfiru i granitu, idealne miejsce na trekking pośród dziewiczej przyrody, o której mieszkańcy tych gór opowiadają w magicznych legendach.

DOLOMITES RONDA

Nowa długodystansowa trasa piesza, która pozwala bez obaw chodzić po Dolomitach. Trasa składa się z 5 etapów w dolinach Dolomitów, w tym w Val di Fassa , w każdym z nich można wybrać trasę łatwą, wymagającą i wariant alpejski. Aby zaoszczędzić energię i móc całkowicie skoncentrować się na wycieczce, do punktu początkowego poszczególnych etapów dnia można dotrzeć wyciągami narciarskimi, podczas gdy usługa transportu zawiezie Twój bagaż do miejsca docelowego.

VIE FERRATE, ABY POCZUĆ DRESZCZ NAD OTCHŁANIĄ

Góry w Trentino słyną również z licznych i widowiskowych szlaków – **vie ferrate** (żelaznych perci), wyposażonych w specjalne elementy, takie jak metalowe liny, półki, paliki i schodki, które ułatwiają wspinaczkę na szczyt. Na szczytach w Trentino znajdują się vie ferrate dostosowane do różnych gustów.
Oto niektóre z nich.

VIA DELLE BOCCHETTE

Najsłynniejszą trasą w wysokich partiach Dolomitów jest **via delle Bocchette** w grupie Brenta. To jedna z najbardziej rozbudowanych i jednocześnie najciekawsza via ferrata, przypominająca bardziej gęstą „sieć" przygotowanych do wspinaczki górskiej szlaków, pokrywających cały masyw. W części ta via ferrata składa się z wąskich półek skalnych z dużą ekspozycją. Gwarantowane wyjątkowe górskie doświadczenie w otoczeniu jednego z najpiękniejszych alpejskich widowisk natury. Trasa dostępna tylko i wyłącznie dla ekspertów wspinaczki.

WSPINACZKA VIA FERRATA DEL PORTON

Ciekawa wspinaczka o średnim stopniu trudności, która prowadzi przez dzikie i imponujące krajobrazy w Dolomitach grupy **Pale di San Martino**. Szlak przebiega dość pionowo, miejscami jest bardzo stromy i odsłonięty, wymaga także długiego podejścia, zanim rozpocznie się szlak wspinaczkowy, jednak we wszystkich potencjalnie trudnych punktach umieszczono metalowe klamry, które ułatwiają wspinaczkę.

Więcej informacji znajduje się pod **visittrentino.info/pl**

Klub Instruktorów Seniorów

ZARZĄD KLUBU INSTRUKTORÓW SENIORÓW

Prezes Elżbieta Kaczmarek

– absolwentka psychologii na Uniwersytecie Jagiellońskim; Instruktor PZN od 1985, Instruktor Wykładowca od 1995. Uczestniczyła w pracach nad Programem Nauczania Dzieci.

Sekretarz 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.

Zuzanna Podgórna

– Prezes SITN PZN w latach 2010-2018, obecnie Prezes Honorowy SITN PZN. Pracownik dydaktyczny Politechniki Krakowskiej.

Maria Stanisławska

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

Klub Instruktorów Seniorów

Nasz komunikat zaczynamy od smutnej informacji. W lipcu zmarł nagle nasz kolega, członek Zarządu Klubu **Florian Fabrycy**. Był bardzo aktywny i miał tyle prywatnych planów. Jeszcze w maju uczestniczył w spotkaniu Zarządu w Krakowie i planowaniu naszych imprez na nadchodzący sezon. Od kilku lat zawsze uczestniczył w spotkaniach w Białce, nawet wtedy gdy nie musiał się unifikować. Zawsze z pomocną dłonią przy zakończeniu zawodów – pilnował tempa uroczystości, porządkował wydawanie nagród dodatkowych i kalendarzy. Był osobą nietuzinkową, znaną w środowisku kieleckim. Wspomnienie o Florianie i jego osiągnięciach zamieszczamy w dalszej części Informatora.

Ubiegły sezon skończył się nieoczekiwanie szybko, nawet w Białce wyjątkowo wcześnie. Pogoda i temperatury zaskoczyły wszystkich; stoków nie dało się utrzymać i na początku marca zatrzymano większość wyciągów.

Jednak początek sezonu był dla nas bardzo udany, bo warunki śniegowe i pogoda na naszej unifikacji i zawodach były zachwycające – słońce, lekki mróz i codziennie niewielka warstwa świeżego śniegu. W programie unifikacji poza wykładami mieliśmy także bardzo ciekawe spotkania z kapitanem **Krzysztofem Baranowskim** (który także jest POL-SKI Instruktorem) oraz prezentację na temat rozwoju wiązań narciarskich z bogatą dokumentacją zdjęciową i pokazem sprzętu przygotowaną przez naszego kolegę **Piotra Jasieńskiego**.

Przesunięcie terminu imprez KIS, tak by nasze spotkanie zakończyło się w piątek przed feriami, spotkało się z dobrym przyjęciem, więc w tym roku powtarzamy takie rozwiązanie. Zawody seniorów wróciły do wypróbowanej przez lata formuły i odbywają się z podziałem na grupy.

W nadchodzącym sezonie obie imprezy planujemy na stoku Czarna Góra Koziniec. O śnieg powinniśmy być spokojni, jeśli nie będzie poważnych anomalii pogodowych, bo w pobliżu bazy unifikacji poza Kozińcem mamy dwa zazwyczaj bardzo dobrze przygotowane stoki na Litwince i na Kaniówce.

UNIFIKACJA od środy do piątku ZAWODY KIS na stoku KOZINIEC-Czarna Góra, piątek 10.01.2025

Oprócz naszych klubowych imprez zapraszamy także na Mistrzostwa Polski Instruktorów. Zaproszenie szczególnie kierujemy do pań, instruktorek 60+. Wywalczyliśmy zmiany w regulaminie zawodów wprowadzające podział grup identyczny jak u mężczyzn, co zachęca do rywalizacji i sprawia, że będzie ona w grupie seniorek bardziej sprawiedliwa niż dotychczas.

Zasady przynależności do Klubu

Klub Instruktorów Seniorów zrzesza zarówno aktywnych zawodowo instruktorów, jak i tych, którzy stopniowo ograniczają instruktorską aktywność lub się z niej wycofują, dbają jednak o narciarską sprawność techniczną, chcą być zorientowani w zmianach, nowinkach; identyfikują się z naszym środowiskiem, chcą nadal być jego częścią. O przynależności decyduje wiek i deklaracja.

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.

XXIV Unifikacja Klubu Instruktorów Seniorów SITN

Białka Tatrzańska – stok Czarna Góra, Koziniec, 8-10.01.2025

Na unifikację zapraszamy instruktorów i pomocników instruktora, którzy muszą zaktualizować swoje uprawnienia do szkolenia.

Zachęcamy koleżanki i kolegów posiadających specjalistyczną wiedzę do współtworzenia unifikacji i zgłaszania 15-20-minutowych wystąpień (tematy z pogranicza medycyny, fizjoterapii powiązane z bezpieczeństwem uprawiania sportów śnieżnych są szczególnie oczekiwane, a także inne interesujące dla uczestników unifikacji); kontakt: **memory.ski.sitn@gmail.com**

Zgłoszenia na unifikację i opłaty do 6.01.2025, zgłoszenia wyłącznie poprzez stronę SITN.

Koszt unifikacji: 420 zł – płatne na konto SITN.

Koszty wyciągów, dojazdu i ubezpieczenia pokrywa uczestnik unifikacji we własnym zakresie, zalecamy wykupienie odpowiedniego ubezpieczenia.

Noclegi we własnym zakresie. Cena noclegu z wyżywieniem 180 zł. Rezerwacja miejsc dla osób zarejestrowanych przez stronę SITN do 23.12.24 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: kontakt@markowydworek.pl

Program unifikacji

07.01.2025 (wtorek)
godz. 19.00-19.30 spotkanie organizacyjne w bazie unifikacji
8.01.2025 (środa) Czarna Góra Koziniec
godz. 9.30 zbiórka organizacyjna na stoku przed karczmą (podział na grupy; podamy zasady zakupu biletów – zniżki)
godz. 10.00-15.00 zajęcia na stoku
9.01.2025 (czwartek)
godz. 9.30-15.00 zajęcia na stoku
10.01. 2025 (piątek)
godz. 9.00 sprawdzian z techniki jazdy
godz. 11.30 XX Zawody Klubu Instruktorów Seniorów

XIX Zawody Klubu Instruktorów Seniorów im. Józefa Zolla

Białka Tatrzańska – Kaniówka 12.01.2024 r.

Zwycięzcy zawodów:

Panie:
Panie grupa K01 – MARCZUŁAJTIS Ludwika
Panie grupa K02 – KACZMAREK Elżbieta
Panie grupa K07 – Nowak ANNA

Panowie:
Panowie grupa M02 – BARANOWSKI Krzysztof
Panowie grupa M03 – NAJDZIONEK Józef
Panowie grupa M04 – KLIMCZAK Przemysław
Panowie grupa M05 – PERYCZ Krzysztof
Panowie grupa M06 – SYPOSZ Tadeusz
Panowie grupa M07 – HADŁAW Sławomir
Panowie grupa M08 – JANIACZYK Damian

Klasyfikacja generalna

Kobiety:
1. Elżbieta KACZMAREK
2. Jadwiga GOŁDA
3. Ludwika MAJERCZYK

Mężczyźni:
1. Sławomir HADŁAW
2. Przemysław KLIMCZAK
3. Ryszard KAPICA

W najstarszej grupie 85-89 lat wystartowało 3 zawodników. Koledzy! Gratulujemy Wam świetnej formy!

Nasze zawody mogą stać się okazją do łączenia pokoleń. Zapraszamy na zawody wszystkich instruktorów Stowarzyszenia.

Regulamin XX Zawodów Klubu Instruktorów Seniorów SITN im. Józefa Zolla

Organizator

Organizatorem zawodów jest Klub Instruktorów Seniorów SITN
Kierownik zawodów: **Julian Jaworz-Dutka**
Sędzia główny: **Piotr Bogusz**

Termin i miejsce

10 stycznia 2025 roku (piątek), Białka Tatrzańska/ Czarna Góra Koziniec
Biuro zawodów: Karczma pod wyciągiem. Czynne od 10:00-10:45.

Konkurencja i kategorie

Zawody zostaną rozegrane w slalomie gigancie w dwóch przejazdach. Wynikiem końcowym jest suma czasów obu przejazdów.

Kobiety:
K1 (75+) – ur. 1950 i wcześniej,
K2 (70-74) – 1951-1955,
K3 (65-69) – 1956-1960,
K4 (60-64) – 1961-1965,
K5 (55-59) – 1966-1970,
K6 (50-54) – 1971-1975,
K7 (49 i młodsze) – 1976 i później.

Mężczyźni:
M1 (90+) – ur. 1935 i wcześniej,
M2 (85-89) – 1936-1940,
M3 (80-84) – 1941-1945,
M4 (75-79) – 1946-1950,
M5 (70-74) – 1951-1955,
M6 (65-69) – 1956-1960,
M7 (60-64) – 1961-1965,
M8 (59 i młodsi) – 1966 i później.

Prawo startu mają wszyscy członkowie Stowarzyszenia.

Program zawodów

Rozpoczęcie 1 przejazdu: 11:30. Drugi przejazd bezpośrednio po zakończeniu 1 przejazdu. Kolejność startu grup: M1, M2, M3, K1, K2, K3, K4, K5, M4, M5, K6, K7, M6, M7, M8. Drugi przejazd w odwrotnej kolejności w grupach. Zakończenie zawodów odbędzie się ok. 40 minut po zakończeniu 2 przejazdu.

Nagrody

Wszyscy uczestnicy zawodów otrzymują dyplomy. Nagrody są przewidziane dla zwycięzców poszczególnych grup oraz w klasyfikacji ogólnej w kategorii kobiet i mężczyzn (seniorów).

Zgłoszenia

Osoby biorące udział w unifikacji zostają wpisane na listę startową zawodów. Pozostałe osoby zgłaszają się poprzez stronę SITN do 6 stycznia 2025 r. Zgłoszenia będą również przyjmowane w dniu zawodów w godzinach pracy biura. Opłata startowa dla osób spoza unifikacji wynosi 60 zł i jest płatna przy odbiorze numeru.

Postanowienia końcowe

Losowanie numerów startowych w bazie unifikacji w przeddzień zawodów o godz. 20:00. Uczestnicy zawodów startują na własne ryzyko. **Zaleca się wykonanie odpowiednich badań lekarskich oraz ubezpieczenie się** (we własnym zakresie). Wymagane kaski narciarskie. Dojazd, zakwaterowanie, karnety – we własnym zakresie.
Zawody rozegrane zostaną zgodnie z NRS i regulaminem zawodów.
Interpretacja regulaminu należy do organizatora zawodów. Zastrzega się możliwość łączenia grup poniżej 65r.ż. w przypadku 2 i mniej osób w grupie.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany miejsca zawodów lub ich odwołania w przypadku złych warunków narciarskich.

Wspomnienia na starej fotografii

Przed stu laty w Dolinie Kondratowej, czyli narciarstwo z Czerwonymi Wierchami w tle

Wąski odcinek nartostrady z Kasprowego Wierchu z tabliczkami informacyjnymi: "Jechać prawą, mijać lewą stroną" oraz "Podejście wzbronione. PZN"

Oda odchyleniowowo-wypaczeniowa

czyli wierszyk z lat 70-tych z dedykacją od instruktorów seniorów ku przestrodze dla piszących nowy Program Nauczania SITN 2025

Unifikacja, czarna krecha,
Jak mieć pecha to mieć pecha,
Zapał nasz i szczere chęci,
Lecz z techniką ktoś wciąż kręci.

Mamy nowe nazwy modne
Do niczego nie podobne:
Odciążenie – niwelacja,
Odchylenie – aberracja.

Definicji nowych masa,
Każdy pokaz, nowa klasa,
Marne Włochy i Francuzy,
Im sukcesów nikt nie wróży.

Wiwat nasza szkoła nowa,
Gdzie technika jest wiosłowa.
Co instruktor to styl nowy,
Skołatane nasze głowy.

A co dzieje się z rękami,
Pośladkami i udami,
Trudno znaleźć definicję
Na właściwą ich pozycję.

Skłon tułowia w stronę kijka,
Udo w górę, na dół szyjka,
Główką w śniegu już szorujesz,
Gdy wyprzedzenia nie stosujesz.

Prawa, lewa, góra, dół,
Orzesz człeku jak ten wół,
Góry, doły nic nie znaczą,
Gdy do przodu nogi skaczą.

Muldy każą nam połykać,
Pośladkami śnieg dotykać,
Przez fakirskie te czynności
Trzeszczą nasze biedne kości.

Instruktorzy się znęcają,
W przód wychylać się nie dają,
Czy stok płaski, czy stok stromy,
Ciągle lecą na nas gromy.

Tyłem, przodem patałaszy,
Dawniej dobry, dzisiaj straszy,
Miast Therego naśladować,
Każdy pragnie kombinować.

Jak tu ubrać w szatki nowe
Stare błędy zawodowe.
Jazdę dziś masz ułatwioną,
Bo z motorem połączoną.

Niech ci z piętą się nie myli,
Motor skrętu mamy w szyi.
Przedtem wąsko się jeździło,
Aż oglądać było miło.

Teraz to już nic nie znaczy,
Musisz bracie się rozkraczyć,
Rozkraczony i wypięty
Stwarzasz widok nieponętny.

Estetycznej jazdy schyłek:
Rozszerz narty, wypnij tyłek.
Podsumować ja to muszę,
Skoroś kucnął, łap łańcuszek.

Nowy program to podstawa,
Już bez niego nie masz prawa,
Intensywne przemieszczenie,
Dośrodkowe ułożenie.

Gdy na muldzie siadasz błogi,
Zaraz w bok odsyłaj nogi,
Ofensywnie rozpoczynaj,
Do wyczynu się naginaj.

Siedź na tyłach, nie podskakuj,
Słuchaj speca i przytakuj.
Elementów tych opisy,
Poetyckie to popisy.

Tak cytując wciąż „klasyków",
Narobili nam mętliku
Ekspert z blachą pozłoconą
Wpada jazdą odchyloną.

Jak się wypiął ten „blaszany",
Zachwyt w tłumie – o skubany!
Twardą szkołę nogom da
Motyl made in USA[1].

Odchylenie prawicowe,
Odchylenie dostokowe,
Nie możemy dojść do tego,
A to wina jest Killy`ego.

Gdy nakryjesz uchwyt kciukiem,
A`la Te-Żet[2] zrobisz sztukę,
Kij w imadło, w dół pociśniesz,
Rączkę skrzywisz i zabłyśniesz.

Bo jak skrzywisz kij w uchwycie,
To ułatwisz sobie życie,
Niby system całkiem nowy
Zawracanie kijem głowy.

Gawędziarzy się zjechało,
Miast wykładać, się gadało.
Każdy miał teorie nowe
Na problemy krawędziowe.

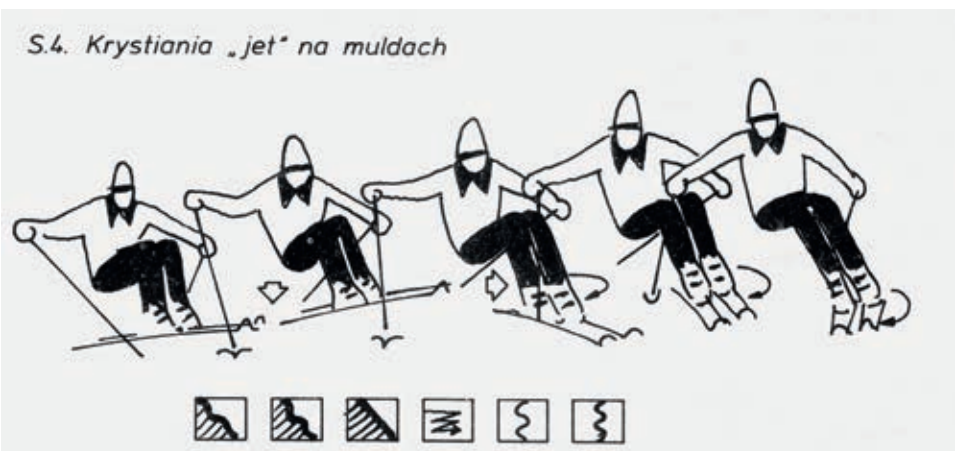
Ślizgów gładkość podkreślano,
Choć kofiksu nam nie dano,
Ćwiek masz w głowie już od rana,
Skąd wziąć korek od szampana.

Smarów nikt z nas nie posiada,
Choć się tyle o nich gada.
Słabość w nogach, zamęt w głowie,
Co pan prezes[3] na to powie.

Warto za tę gwiazdkę małą
Powykręcać biedne ciało.
Gdy im tylko gwiazdkę dadzą,
Starą szkołę poprowadzą.

Autorstwo zbiorowe
unifikacja w II połowie lat 70-tych
Spisała: Barbara Ciszewska

1 – Andrzej Ziemilski
2 – Tadeusz Żaba
3 – Kazimierz Masłowski



Krystiania "Jet" na terenie muldziastym z Programu Nauczania 1978

Florian Fabrycy
1952–2024

Niespodziewanie odszedł od nas w lipcu członek Zarządu Klubu Instruktorów Seniorów SITN **Florian Fabrycy**.

Urodzony w 1952 r. w Kielcach, już od wczesnych lat działał jako instruktor harcerski w środowisku SP 24, potem w ośrodku Kieleckiej Spółdzielni Mieszkaniowej, następnie w Hufcu Kielce Miasto i na koniec w Komendzie Kieleckiej Chorągwi ZHP im. Stefana Żeromskiego. Był instruktorem w stopniu harcmistrza w wydziale młodszo-harcerskim. Po latach współorganizował spotkania byłych instruktorów Chorągwi ZHP.

W szkole średniej i później był zawodnikiem KS Budowlani Kielce w sekcji biegowej i sekcji skoków narciarskich. Uczestniczył w kilku ogólnopolskich konkursach skoków narciarskich na skoczniach w Kielcach i pobliskim Tumlinie. W latach 70-tych, jako młody i niepokorny student, został relegowany z uczelni WSP Kielce za przewóz w pociągu z Warszawy materiałów patriotycznych tzw. bibuły KOR. Studia ukończył w terminie późniejszym. Urząd ds. Kombatantów nadał Florianowi po latach uprawnienia działacza opozycji antykomunistycznej i osoby represjonowanej z przyczyn politycznych.

Wśród wielu zainteresowań Floriana znalazły się też Góry Świętokrzyskie – był przewodnikiem świętokrzyskim.

Mając zacięcie sportowe i narciarskie uzyskał stopień Instruktora PZN. W przyszłym roku obchodziłby 50-lecie zdobycia tego stopnia. Zaraz po uzyskaniu uprawnień instruktorskich rozpoczął działalność dydaktyczną w środowisku akademickim na kieleckich uczelniach WSP i Politechniki Świętokrzyskiej. Był współzałożycielem Akademickiego Klubu Narciarskiego „PUCH" przy Politechnice Świętokrzyskiej. Uczestniczył w wielu zawodach organizowanych przez poszczególne AKN-y, jak i w Akademickich Mistrzostwach Polski AKN-ów. Organizator dziesiątek wyjazdów narciarskich, spływów kajakowych, wycieczek rowerowych, zagorzały bywalec klubu bilardowego, a także miłośnik premier teatralnych i kinowych. W marcu 1991 r. z jego pomysłu powstało Kieleckie Towarzystwo Narciarskie PUCH, jako kontynuacja osiągnięć AKN PUCH. W tym miejskim klubie znowu zaczęli działać wspólnie instruktorzy i narciarze wielu pokoleń. Towarzystwo zorganizowało kilka Otwartych Mistrzostw Kielc w narciarstwie zjazdowym. Wieloletnim Prezesem tego Towarzystwa był oczywiście **Florian Fabrycy**.

Ostatnie zdjęcie Zarządu Klubu Instruktorów Seniorów w pełnym składzie – kol. Florian Fabrycy pierwszy z prawej

Zawodowo Florian to znany kielczanin – wielki miłośnik fotografii i narciarstwa. Fotografia była przez lata jego pasją, ale przez jakiś czas też biznesem; długo prowadził w Kielcach zakład fotograficzny. Rozczytany i zafascynowany literaturą naszej noblistki Olgi Tokarczuk. Człowiek nietuzinkowy, ciekawy.

W ostatnich latach był kierownikiem klubu seniora Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Kielcach. Jako instruktor narciarstwa zjazdowego był aktywnym członkiem Klubu Instruktorów Seniorów SITN. Przez wiele lat uczestniczył w organizacji corocznej unifikacji Instruktorów Seniorów, a także w Organizacji Mistrzostw Polski Instruktorów Seniorów im. Józefa Zolla. Wielokrotnie uczestniczył również w Mistrzostwach Polski Instruktorów SITN, plasując się dość wysoko w klasyfikacji poszczególnych grup wiekowych.

Przed dwoma laty podczas Zebrania Ogólnego Klubu Instruktorów Seniorów SITN został wybrany na członka Zarządu tego Klubu.

Florian Fabrycy zmarł wieczorem 27 lipca 2024. Miał 71 lat. Po mszy żałobnej w kieleckiej katedrze został odprowadzony na miejsce wiecznego spoczynku na Cmentarzu Starym w Kielcach. (Oprac. **Julian Dutka**)

Zarząd Klubu
Instruktorów Seniorów SITN
Zarząd SITN

KLUB INSTRUKTORÓW SENIORÓW

Andrzej Stolecki

1947-2024

Andrzej Stolecki urodził się w Rybniku, gdzie wraz z bratem **Krzysztofem** spędził szczęśliwe dzieciństwo, gdzie grał na skrzypcach, gdzie w końcu poznał swą przyszłą żonę **Alicję**, psychologa sportowego.

Studiował chemię na gliwickiej Politechnice, gdzie działał w Zrzeszeniu Studentów Polskich. Uczynił wiele dla życia kulturalnego braci studenckiej, w tym dla Akademickiego Chóru Politechniki Śląskiej, teatru STG, studenckich klubów Spirala, Gwarek, Kropka. Równocześnie poświęcał się sportowi. W czasie studiów Jego pasją była piłka ręczna, więc nie mogło Go zabraknąć w szeregach zawodników AZS Gliwice.

Po studiach zaczął karierę zawodową. Z tyskiej Fabryki Samochodów Małolitrażowych awansował do Fiata, potem do IVI, a w końcu do PPG, w którym pracował do przejścia na emeryturę.

Ojczyzny miał dwie: rodzinną Polskę i drugi dom, czyli Włochy. Był ambasadorem regionu Val di Fiemme. Kochał sport, a w szczególności narciarstwo. Był wieloletnim działaczem sportowym, w tym: Wiceprezesem Polskiego Związku Narciarskiego (1996-2006), członkiem Zarządu Polskiego Związku Biatlonu (2010-2018), gdzie pełnił kolejno funkcje: Wiceprezesa ds. sportowych, Skarbnika, a w końcu Przewodniczącego Komisji Rewizyjnej. Był również Prezesem Klubu Sportowego Dynamit Chorzów.

Instruktorem PZN został w roku 1973, brał udział w kongresie INTERSKI w Sesto w roku 1983. Działał w komitetach organizacyjnych wielkich imprez narciarskich w Beskidach.

Jędrek – dusza towarzystwa, ciekawy nowych miejsc i kultur, postawił stopę na prawie wszystkich kontynentach. Gawędziarz i grajek, kiedy wracał z pracy, zasiadał do pianina, na imprezach wyciągał gitarę, w wieczory wigilijne grał kolędy na akordeonie. Jego fascynacja kulturą Italii objawiała się między innymi znajomością włoskich piosenek i tamtejszej kuchni. Podczas żałobnej mszy św. w zabytkowym Sanktuarium św. Jakuba w Szczyrku pożegnany został słowami włoskiego przeboju „Lasciate mi cantare" – *Pozwólcie mi zaśpiewać*.

Zarząd SITN
wraz z pogrążoną w żałobie rodziną

Członkowie polskiej delegacji na Kongres INTERSKI w Sesto w 1983 roku. Andrzej Stolecki stoi drugi od lewej.

Wyczyn 1927 roku, czyli rajd przyszłych instruktorów narciarskich

Tego właśnie 1927 roku, dla uczczenia trzydziestej rocznicy zdobycia na nartach Howerli w 1897, przyszli instruktorzy narciarscy, studenci Państwowego Instytutu Wychowania Fizycznego dokonali niecodziennego wydarzenia, opisywanego w ówczesnej prasie rajdu, jako wyczyn roku. Przedwojenny tygodnik zajmujący się sportem zamieszczał i relacjonował to wydarzenie. Jak zapewne miłośnicy historii narciarstwa wiedzą, pierwszymi, którzy na nartach osiągnęli szczyt Howerli o wysokości 2061 metrów, a zarazem przekroczyli magiczną wysokość 2 tysięcy metrów, 16 marca 1897 roku byli polscy pionierzy narciarstwa z Tatarowa, z rejonu Worochty: **Kazimiera Małaczyńska** (Małczyńska), **Marian Małaczyński** (Małczyński), **Tomasz Marcinków**, **Józef Schnaider**, **Jakób Kondruk** (Hucuł) i **Onufry Sawczuk** (Hucuł). Ta wycieczka znalazła się jako „Wyprawa 4" w epokowym chronologicznym zestawieniu pionierskich eskapad narciarskich w opracowaniu **Zenobiusza Pręgowskiego** pt: Złota Księga Narciarstwa Polskiego Karpaty Wschodnie.

Dla uczczenia wspomnianej rocznicy zdobycia Howerli, pięciu studentów warszawskiego PIWF, przyszłych instruktorów narciarskich, wyruszyło z Suwałk 1-go lutego 1927r. by ponownie stanąć na tym wierzchołku po trzydziestu latach. Byli to: **Adam Kalinowski**, **Julian Kozłowski**, **Jan Lechowski** i **Konstanty Pietkiewicz** oraz **Stanisław Okołów**, który na skutek niedyspozycji i choroby zmuszony został z przyczyn od siebie niezależnych do zrezygnowania z dalszego marszu, wycofał się po przejściu 600 kilometrów, co i tak było sporym wyczynem. Cała trasa do pokonania włącznie ze zdobyciem szczytu czyli zwieńczeniem marszu wynosiła 1023 km. Wiodła przez Augustów, Grodno, Wołkowysk, Kobryń, Włodzimierz Wołyński, Sokal, Lwów, Stryj, Stanisławów do Worochty i następnie górskim szlakiem na Howerlę. Wieści o przedsięwzięciu czterech Polaków rozchodziły się wzdłuż trasy, wśród miejscowych. Tym bardziej, że przygotowania to tego przedsięwzięcia musiano rozpocząć znacznie wcześniej. Wybór właściwej trasy został wcześniej wybrany i uzgodniony. Właściwe jednostki zostały poinformowane o planowanym przedsięwzięciu, tu chodziło zarówno o bezpieczeństwo samych uczestników, ale również o meldowaniu się na poszczególnych etapach celem poświadczeń i udokumentowania marszu. Strategia marszu, przygotowanie kondycyjne i zadbanie o sprzęt to podstawa zakończenia tego wyczynu sukcesem. Wiadomo, że szczęście sprzyja przygotowanym, chociaż nie wszystko można do końca przewidzieć i zaplanować. Już **Mariusz Zaruski** mówił, że zimą w górach może wydarzyć się wszystko, wprawdzie górski etap był ostatnim punktem, docelowym akcentem, ale skala tej marszruty była imponująca. Przytoczę tu relacje z ówczesnej gazety wychodzącej w Stanisławowie: *„W dniach 20 i 25 lutego 1927 roku gościł gród Rewery* (chodzi o Stanisławów mój przyp.) *w swych murach uczestników rajdu narciarskiego członków Akademickiego Związku Sportowego. Uczestnikom rajdu towarzyszył wielki pies Rajd, czuwający nad niemi w czasie całej drogi. Rajd rozpoczęty z Suwałek skierowany był kresami wschodniemi przez Puszczę Białowieską, Wołyń, Lwów, Stryj. O ile na Litwie, Polesiu i Małopolsce uczestnicy Rajdu korzystać mogli z gościnności i poparcia ludności miejscowej, o tyle na Wołyniu mieli warunki podróży utrudnione przez nieżyczliwe zachowanie się ludności, odmawiającej im*

Studenci Państwowego Instytutu Wychowania Fizycznego w Warszawie, późniejsi instruktorzy narciarstwa, którzy w roku 1927 wzięli udział w 1000-kilometrowym rajdzie z Suwałk do Worochty z wejściem na Howerlę.

noclegów i ciepłej strawy przez nieufność i podejrzenie, że są dywersantami. Przeszli wskutek tego momenty ciężkiego załamania duchowego, które jednak przetrwali zwłaszcza, że stosunki przykre zmieniły się radykalnie z chwilą dotarcia do Małopolski. Po przyjęciu gościnnym uczestników rajdu przez związki sportowe we Lwowie ruszyli oni 18 lutego br. ze Lwowa przez Stryj do Stanisławowa. Po noclegu w Breszniowie dotarli do Kałusza, gdzie ich gościnnie przyjęło starostwo i saliny odprowadzając ich następnie do Bednarowa, a ze Stanisławowa wyjechała naprzeciw nich grupa narciarzy do Pawełcza. Po przybyciu narciarzy do Stanisławowa wzięli uczestnicy rajdu udział w Wieczerzy, wydanej dla nich kosztem miasta, a staraniem Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego z udziałem Wojewódzkiej Komisji Turystycznej i wojskowości. W ciągu następnych dni dobili uczestnicy rajdu do Worochty poczem w towarzystwie członków Sekcji Narciarstwa Polskiego Towarzystwa Narciarskiego i komendanta Kursu Narciarskiego Wojskowego zakończyli rajd wejściem na Howerle. W drodze powrotnej znów byli przyjmowani w Stanisławowie, skąd wrócili do Warszawy." – To tyle z jednodniówki.

Zacytuję poniżej wspomnienie, które napisane zostało w 1957 roku, przez Adama Kalinowskiego, uczestnika tych wydarzeń:

„W związku z 30-letnią rocznicą tego wyczynu już niemal zapomnianego, godzi się gwoli przypomnienia podać jego krótką historię. Rajd rozpoczął się w Suwałkach dnia 1 lutego 1927 roku. Początkowo wyruszyło 5 uczestników, z których jeden, a mianowicie Stanisław Okołów wycofał się na skutek choroby, po przejściu 600 kilometrów. Trasa prowadziła przez Augustów, Grodno, Wołkowysk, Kobryń, Włodzimierz Wołyński, Sokal, Lwów, Stryj, Stanisławów i Worochtę. Celem ostatecznym było wejście na Howerlę. Rajdziści pokonywali przeciętnie około 50 kilometrów dziennie. Zdarzało się, że musieli pokonać bez wypoczynku odcinki trasy długości około 100 km. Silne mrozy dochodzące niekiedy do -27 st.C, złe warunki atmosferyczne: porywiste wiatry i zadymki śnieżne, niedostateczne wyżywienie i zakwaterowanie osłabiały siły, potęgowały

Dzielna piątka narciarzy PIWF.

zmęczenie, odbierały rajdzistom zapał i chęci do kontynuowania marszu. Tylko ambicja i żelazna wola nie zezwalała im na rezygnację. Dużym bodźcem potęgującym ich energię była między innymi świadomość, że kilkadziesiąt kilometrów bardziej na wschód posuwa się współzawodniczący rajd AZS-u warszawskiego w składzie najwybitniejszych ówczesnych biegaczy: Jaworskiego, Malanowskiego *i* Trojanowskiego. *O wielkich trudnościach, jakie napotykali na trasie rajdziści, świadczy fakt wycofania się rajdu AZS-u po przebyciu 500 kilometrów. Wejścia na Howerlę dokonali rajdziści PIWF-u w towarzystwie jednego z pierwszych pionierów narciarstwa w Polsce dr* [Wacława – mój przypis] Majewskiego *wybitnego narciarza, kapitana* Kurcza *i dwóch żołnierzy straży granicznej. Osiągnięcie oblodzonego szczytu Howerli o wysokości 2058 m, w zimie na nartach było na owe czasy nie lada wyczynem sportowym. Do 1927 roku mogło się tym pochwalić zaledwie kilka osób. Społeczeństwo w pełni oceniło wysiłek rajdzistów ukoronowany dystansowym narciarskim rekordem Polski. Tłumy młodzieży witały rajdzistów na dworcu po ich powrocie do Warszawy i wypełniły aulę uniwersytecką w czasie uroczystości wręczenia im pamiątkowych medali i dyplomów przez dyrektora PIWF-u dr* Światopełk–Zawadzkiego *w obecności prezesa Związków Sportowych dr* Mieczysława Orłowicza *i Prezesa Polskiego Związku Narciarskiego płk* Bobkowskiego.

1000 kilometrowy rajd narciarski stanowi piękną kartę w historii narciarstwa polskiego. Powinien on być dla naszej młodzieży przykładem, jak silna wola, wytrwałość i chęć osiągnięcia celu mogą przełamać własną słabość i wszelkie przeszkody."

Dokładne relacje pióra Konstantego Pietkiewicza jednego z uczestników ekspedycji zamieszczał tygodnik „Stadjon". To ten sam Konstanty, który był autorem podręcznika narciarskiego wydanego w roku 1932 pt: Nauka jazdy na nartach dla samouków.

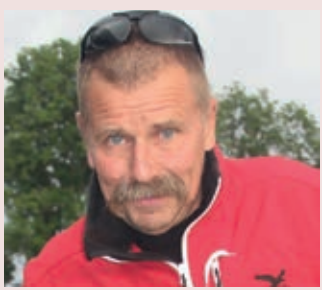
Przedstawiam tu zdjęcie dedykacji autora dla Adama Kalinowskiego. Te relacje autorstwa Pietkiewicza są naprawdę warte lektury, wspomina w nich między innymi rady prezesa PZN **Aleksandra Bobkowskiego**, który przestrzegał przed używaniem skarpet ze zbyt ostrej wełny, aby nóg sobie nie obetrzeć. W czasie rajdu przyplątał się do nich okazały pies, którego ochrzcili imieniem Rajd. Nie pisze co stało się z nim po zakończeniu ekspedycji, ale wspomina jak również troszczyli się o jego psie łapy poranione zlodowaciałym śniegiem występującym na trasie marszu, które owijali rękawami z własnych koszul. W kolejnym fragmencie pisze: *„Ksiądz proboszcz był powiadomiony o naszym przybyciu, więc udaliśmy się do niego po noclegi. Mimo jednak zrozumienia obywatelskiego i mimo całego uspołecznienia ksiądz proboszcz nie uznał za konieczny odpoczynek sportowców, jakim dla nich miał być sen i odesłał nas do gospodarza, dla większego hartu ciała i duszy na chudą słomkę. „Pocieszcie się, że to was nieraz jeszcze spotka" wycedził Julek, któremu melancholijnie przeczyliśmy. Gospodarz rozpalił piec i starał się być gościnnym. To nas trochę rozpogodziło i ja*

z Jankiem kazaliśmy podać jajecznicę z trzydziestu jaj, Julek z piętnastu, Adaś z dziesięciu, ale z kiełbasą a Stach kilo mięsa w kawałkach. Gospodarz wytrzeszczył oczy, ale otrzeźwiał i z gospodynią krzątał się koło posiłku".

Ta relacja jak wspomniałem pochodzi z tygodnika Stadjon nr 9, pozostałe znajdują się w numerach 6, 10, 14 i 18, oczywiście wszystkie z 1927 roku. Chciałem zwrócić uwagę, że równolegle w tych tygodnikach znajdują się relacje **W. Trojanowskiego** z innej marszruty, o której powyżej wspominał Adam Kalinowski, zakończonej niepowodzeniem. Pierwsza relacja, wspomnianej piątki, o której piszę zatytułowana jest „Od granicy litewskiej do czeskiej na nartach" i zaczyna się w numerze 6 z 10 lutego. Relacje studentów AZS zatytułowane zostały „Na nartach wzdłuż wschodnich kresów". W związku z niepowodzeniem tego przedsięwzięcia druga relacja kończy się już w numerze 9 z tytułem „Wzdłuż kresów", a kolejne relacje studentów PIWF-u zatytułowane są „Wzdłuż kresów na nartach". To naprawdę nie ułatwia „poruszania się" w relacjach znajdujących się w tych archiwalnych wydaniach.

W jednym z numerów (Stadjon nr 10 z 1927) znalazły się karykatury uczestników tego epokowego wydarzenia. Poprosiłem panią **Annę Kalinowską**, córkę Adama Kalinowskiego jednego z uczestników o rozwikłanie zagadki. Taką dostałem odpowiedź: *„Pierwszy od lewej to Julian Kozłowski rocznik 1898., trzeci to mój Tata Adam, a czwarty Jan Lechowski. Zaczynali w piątkę wobec tego jednym nierozpoznanym musi być Stanisław Okołów i kolejny to Konstanty Pietkiewicz. Kto jest kto z dwóch pozostałych – nie wiem."* Wszyscy pozostali uczestnicy byli z roku 1904 i 1905.

Tak na koniec wspomniałem o osobie, od której rozpoczął się mój kontakt z tym ówczesnym wydarzeniem, opisanym właśnie przez panią dr Anną Kalinowską w Podkowiańskim Magazynie Kulturalnym w numerze 48 (zima 2005). Rok temu, za sprawą autorki tekstu w lutym 2023 miała miejsce wystawa 1000 km na nartach w Centrum Kultury i Inicjatyw Obywatelskich w Podkowie Leśnej pod patronatem JM Rektora AWF. Adam Kalinowski, ojciec, pozostał wierny narciarstwu i każdy śnieg, każda zima były radością, gdyż umożliwiały przypięcie nart i wycieczki w podkowiańskie lasy. Narty dla pana Adama były sportem całego życia, chociaż innych dyscyplin też nie zaniedbywał. Był autorem przeszło 40 książek dotyczących sportu. W czasie wizyty w domu pani Anny otrzymałem pamiątkowy skrypt PIWF i PW z 1933 roku pt: „Sprzęt sportowy i gimnastyczny – opis i rysunki" podpisany przez Adama Kalinowskiego, w którym dokładnie opisane zostały między innymi drewniane narty i sprzęt narciarski, ale to materiał zasługujący na osobne opracowanie! Wyjechałem z domu pani Anny, z tego urokliwego miejsca w Podkowie Leśnej również ze starymi drewnianymi zakopiańskimi nartami, które poszerzyły moje zbiory, wykonał je **Stanisław Zubek**. Posiadają krawędzie sygnowane FR. BUJAK. Pani Anno bardzo dziękuję!



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

Pierwszemu polskiemu instruktorowi narciarstwa

Podążając śladami starego narciarstwa musiałem trafić do Żywca, gdzie pracował i do śmierci mieszkał **Józef Schnaider**. Pionier naszego narciarstwa i pierwszy polski instruktor, któremu zależało na edukacji narciarskiej i nabyciu umiejętności jazdy na nartach wśród ówczesnego naszego społeczeństwa. Był autorem pierwszego polskiego podręcznika narciarskiego, który wydał własnym sumptem w 1898 roku. Z wykształcenia był leśnikiem i ostatnim miejscem jego pracy była Szkoła Leśna w Żywcu, która edukuje do chwili obecnej jako Zespół Szkół Technicznych i Leśnych.

Chciałem zrobić zdjęcie grobowca, w którym został pochowany na cmentarzu Przemienienia Pańskiego w Żywcu. Znalezienie miejsca pochówku nie było już takie łatwe i udałem się do biura cmentarza. Tam odszukanie w komputerowym spisie zajęło parę chwil, z uwagi na pisownię nazwiska, inaczej brzmi fonetycznie, a inaczej się pisze. Po ujawnieniu zostałem zaprowadzony na miejsce przez pana, który skrupulatnie odliczał rzędy w szeregu, aby znaleźć miejsce grobowca w terenie. W czasie naszej rozmowy przedstawiłem swoje zainteresowania tym miejscem. Jak się okazało, osoba poświęcająca mi czas, to **Patryk Żyrek** – jest pracującym tam archiwistą, stąd jego zamiłowanie do historii. Przy okazji dowiedziałem się, że to miejsce pochówku od paru lat nie jest opłacane. Po chwili stanęliśmy przed podwójną płytą i zostałem poinformowany, że to jest ten, którego szukałem. Stary zniszczony zębem czasu podwójny grób małżeństwa **Heleny i Józefa Schnaiderów**. Z napisów, które kiedyś były widoczne, widnieją tylko nieczytelne resztki, jakieś wgłębienia i są zupełnie nie do odczytania, czas zrobił swoje, a sama płyta wykonana chyba z mieszaniny cementu i jakiegoś kruszywa zarasta na swoich obrzeżach trawą i podlega korozji. Od ostatniego pochówku minęło przeszło 60 lat. Nie takiego widoku się spodziewałem.

Po powrocie do domu pomyślałem, że wobec tej sytuacji należy coś zrobić, ten stan grobowca trzeba zmienić i zadbać, aby był w należytym stanie. Tylko jak urzeczywistnić myśl? Jedyne co mogłem zrobić to wziąć telefon i zadzwonić do osób, które mają większe sprawcze możliwości niż ja. Wielokrotnie rozmawiałem z panem Patrykiem, który zaofiarował swoją pomoc na miejscu. Mało tego, za jego staraniem zaległe opłaty za ten grobowiec zostały anulowane. To już dobry początek! Dowiedziałem się w czasie kolejnej rozmowy, że musi być ustanowiony opiekun tego grobowca. Zazwyczaj jest to osoba, która opłaca miejsce pochówku, najczęściej na kolejne 20 lat. Trzeba będzie znaleźć darczyńcę. Rozmawiałem z włodarzami Żywca w tej sprawie, ale teraz to jakby już nie jest aktualne. Dzwoniąc do Urzędu Miasta otrzymałem również telefon do kustosz **Doroty Firlej** z Muzeum Miejskiego w Żywcu. Kontakt oczywiście wykorzystałem, zadzwoniłem, wysłałem mailem pisma świadczące o zasługach Józefa Schnaidera. Pani kustosz zaofiarowała się, że porozmawia z właściwym proboszczem, który decyduje o opłatach za grobowce na tym cmentarzu. W czasie kolejnej rozmowy dowiedziałem się, że proboszcz zrezygnował z pobierania zaległych, nieopłaconych i kolejnych bieżących opłat za miejsce pochówku tak zasłużonej osoby. Wobec takiego obrotu spraw zadzwoniłem po raz kolejny do Zespołu Szkół Technicznych i Leśnych w Żywcu i otrzymałem

Wygląd grobu Heleny i Józefa Schnaiderów w Żywcu przed i po remoncie

zgodę od dyrektor **Janiny Dudek**, aby szkoła została wpisana przez zarząd cmentarza jako patron grobowca wieloletniego nauczyciela tej placówki. To jest wymóg aby podjąć kolejne kroki związane z renowacją. W czasie kolejnej rozmowy telefonicznej z Patrykiem Żyrkiem usłyszałem, że za jego staraniem wspomniany zabytkowy grobowiec został wciągnięty na listę czekających na odnowienie, a skutkuje to tym, że ewentualne datki wspierające rewaloryzację cmentarza mogą być przeznaczone na rewitalizację grobowca Schnaiderów.

Niezależnie od tych poczynań kontaktowałem się oczywiście z Polskim Związkiem Narciarskim w Krakowie i PTTK i to były chyba pierwsze telefony, które wykonałem. Maile poszły w ruch. W PZN otrzymałem sugestię pośrednio od prezesa **Adama Małysza**, że byłoby lepiej aby takie pismo wystosował jakiś klub czy stowarzyszenie a nie osoba prywatna. Byłem pewien, że jest akceptacja moich działań, a reszta to tylko formalność. Zaangażowałem nasz klub SNPTT Zakopane, ale jak się potem okazało niepotrzebnie, w efekcie kolejną rozmowę telefoniczną przeprowadziłem z **Andrzejem Wąsowiczem**, prezesem Śląsko-Beskidzkiego Związku Narciarskiego. Ten związek obejmuje swoim zasięgiem Żywiecczyznę. Po przedstawieniu całokształtu sytuacji otrzymałem zapewnienie o wsparciu. Przygotowałem pismo, które na najbliższym posiedzeniu Zarządu PZN miało być przedstawione i omówione. W efekcie oficjalnie, z tego co wiem, ta sprawa nie stanęła na posiedzeniu Zarządu, a jedynie odbyły się kuluarowe rozmowy. Kolejna rozmowa sprowadziła mnie na ziemię i okazało się, że związek, na wsparcie którego najbardziej liczyłem, odmówił. Szkoda, bo to przecież dzięki takim ludziom jak Józef Schnaider miał powstać za kilkanaście lat PZN, który następnie nada pionierowi narciarstwa honorowe członkostwo po latach.

Wystosowałem również pismo, które wysłałem, jak proszono listem poleconym do Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Katowicach, gdyż w zasadzie całe życie zawodowe był leśnikiem. Po jakimś czasie otrzymałem odpowiedź i informację, że moja korespondencja

została przesłana do terytorialnie właściwego nadleśnictwa, czyli Nadleśnictwa Jeleśnia. W rozmowie z nadleśniczym **Grzegorzem Basiurą** uzyskałem informacje jak takie wsparcie należy przeprowadzić, aby było zgodne ze stosownymi przepisami. Po raz kolejny poprosiłem Patryka Żyrka o pomoc. Zostało wystosowane pismo z Parafii zarządzającej cmentarzem do Nadleśnictwa w Jeleśni, gdyż pomoc z jego strony jest możliwa. Przy okazji zostałem poinformowany o wstępnych rozmowach z firmą kamieniarską, która może wykonać te prace i kosztach, które mogą wynieść siedemnaście tysięcy złotych. Kolejne pisma z prośbą o wsparcie wystosowałem do Ośrodka Kotelnica Białczańska w Białce Tatrzańskiej. Kontaktowałem się również z prezesem Oddziału Babiogórskiego PTTK w Żywcu **Jakubem Nowakiem**. Wystosowałem pismo do SITN i odbyłem również rozmowy z naszym prezesem **Jackiem Żabą**, który zapewnił mnie o wsparciu w ramach możliwości Stowarzyszenia. Wielokrotnie rozmawiałem z głównym darczyńcą, dzięki któremu to całe przedsięwzięcie zostało zrealizowane czyli prezesem najlepszego Ośrodka Narciarskiego Kotelnica Białczańska w Białce Tatrzańskiej, **Tomaszem Paturejem**. To człowiek o wielkim sercu i artystycznej duszy – doradził mi aby wykonać na grobie jakiś narciarski akcent.

Tak też się stało, w Nowym Targu dotarłem do pracowni **Jakuba Mozdyniewicza**, który wykonał piękne stylizowane narty odzwierciedlające te stare Józefa Schnaidera na podstawie zdjęć jego nart znajdujących się w Muzeum Tatrzańskim. Wykonane zostały z nierdzewnej stali gr 10 mm, krzywizny rzemieni i ruchome sprzączki są niebywałym majstersztykiem i wykonane jak na pierwowzorze. Pan Jakub okazał się wyjątkowym artystą. Narty te zostały przymocowane do granitowej płyty za pomocą nagwintowanych bolców z nakrętkami. Można powiedzieć, że dzięki osobom i firmom, którym narciarstwo nie jest obce zadbaliśmy aby pierwszy polski instruktor narciarski doczekał się odnowionego grobowca. Dziękuję wszystkim wymienionym sponsorom, zamieszczonym w alfabetycznej kolejności, ale jednocześnie według stopnia zaangażowania, a mianowicie: Ośrodkowi Kotelnica Białczańska w Białce Tatrzańskiej z Prezesem Tomaszem Paturejem – bez tego wsparcia nie udałoby się zrealizować tego przedsięwzięcia, Nadleśnictwu Jeleśnia z Nadleśniczym Grzegorzem Basiurą, Oddziałowi Babiogórskiemu PTTK w Żywcu z prezesem Jakubem Nowakiem i naszemu SITN z prezesem Jackiem Żabą. Raz jeszcze dziękuję za pomoc panu Patrykowi Żyrkowi, który na miejscu w Żywcu czuwał i realizował to przedsięwzięcie. Słowa podziękowania należą się również władzom cmentarza i księdzu Proboszczowi.

Piotr Jasieński „Szuwarek"

JÓZEF SCHNAIDER

UR. 12.03.1874 ZM. 21.05.1959

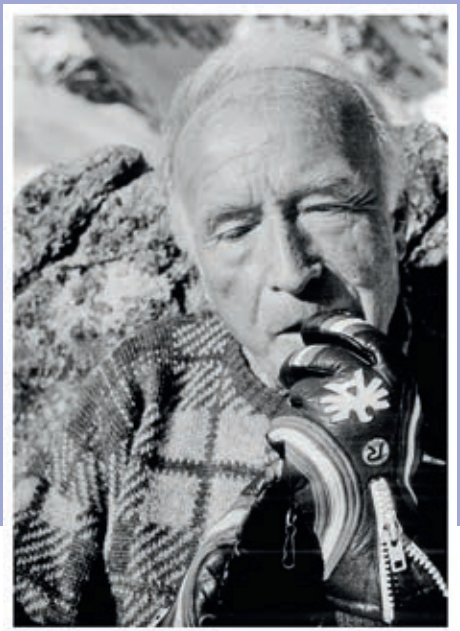
PIONIER NARCIARSTWA
W KARPATACH WSCHODNICH
AUTOR PIERWSZEGO POLSKIEGO
PODRĘCZNIKA NARCIARSKIEGO
LEŚNIK I NAUCZYCIEL
W PAŃSTWOWYM TECHNIKUM
PRZEMYSŁU LEŚNEGO W ŻYWCU

Napis na płycie nagrobnej J. Schnaidera

Stanisław Szymulański

1920–2004

Instruktor Narciarski PZN
Przodownik Turystyki Narciarskiej PTTK
Instruktor Turystyki Narciarskiej PTTK
Przodownik Turystyki Kajakowej PTTK



Sporo czasu minęło, nim zdecydowałem się napisać te z konieczności ograniczone do zaledwie paru wątków wspomnienia, o osobie z którą spędziło się wieki całe, przegadało tysiące godzin, a także przeżyło wiele wspólnych chwil, czasami milcząc, lecz będąc blisko w kontakcie osobowym i duchowym.

Myślę, że nie można jednak pozwolić upływającemu bezlitośnie czasowi na zatarcie w naszym środowisku pamięci o kimś, kto wyedukował, wychował oraz zachęcił do uprawiania narciarstwa i wielu innych dziedzin turystyki tysiące adeptów, a także dla wielu był wspaniałym, nieodżałowanym towarzyszem różnych turystycznych poczynań.

Być może również i dla tych, którzy nie mieli szczęścia go poznać, przybliżenie jego postaci będzie inspiracją dla własnych poczynań.

Staszek urodził się w 1920 roku w Jaworznie. Miał dziewięcioro rodzeństwa – cztery siostry i pięcioro braci. Szkołę powszechną ukończył w Jaworznie Niedzieliskach, którą miał tuż za płotem. Rodzina **Szymulańskich** mieszkała w służbowym domu ojca **Antoniego**, będącego kolejarzem. Naukę kontynuował w gimnazjum w Chrzanowie, do którego dojeżdżał pociągiem. W czasach gimnazjalnych należał do harcerstwa i był razem z siostrą **Jadwigą** uczestnikiem Jubileuszowego Zjazdu ZHP w 1935 roku w Spale. W tym czasie zaczął interesować się modelarstwem. Własnoręcznie zbudował też z kolegą kajak, który wodował na Wiśle pod Rozkochowem (to rodzinna wieś matki Staszka **Zofii**). Staszek przejawiał również niezłe zdolności plastyczne, a świadczą o tym pozostawione przez niego szkice.

Wybuchła wojna i Staszek został wywieziony na przymusowe roboty do Rzeszy. To dzisiejsze okolice Paczkowa w Opolskim. Pracował tam u młynarza i nosił ciężkie worki ze zbożem i mąką. Był tam z kolegą **Mietkiem Rytem**, z którym uciekli z robót. Przekroczył granicę z Generalnym Gubernatorstwem (Jaworzno wcielono do Rzeszy) i ukrywał się najpierw u brata **Franka**, który w okolicach Jędrzejowa zarządzał jakimś majątkiem, a potem u brata **Władka**, który założył rodzinę i mieszkał w Krakowie najpierw przy Placu na Groblach, a potem na Stradomiu koło Wawelu. Na dokumentach Władka przekraczał granicę jeżdżąc do rodziny w Jaworznie, co nieraz mogło się skończyć aresztowaniem, ale szczęście mu sprzyjało. W czasie pobytu w Krakowie uczył się na tajnych kompletach, które pozwoliły mu zdać maturę. Po wojnie studiował na Politechnice Krakowskiej i mieszkał na ulicy Grodzkiej u państwa **Stańczyków**, rodziców

kolegi z uczelni. W Krakowie stawiał pierwsze kroki jako pilot szybowcowy w tutejszym aeroklubie. Po ukończeniu studiów dostał nakaz pracy na ziemie odzyskane, ale nie pojawił się tam. Pracował między innymi w kopalni Siersza w Trzebini, dojeżdżając codziennie z Krakowa. Potem podjął pracę w biurze projektów na Oleandrach. Z tegoż biura co niedzielę w okresie zimowym spod Barbakanu odjeżdżał samochód wiozący narciarzy do Zakopanego, czasami był to ciężarowy samochód z plandeką. Zamieszkał na ulicy Ujejskiego, skąd wyprowadził się do Gliwic po ślubie z **Gertrudą** i urodzeniu się córki **Aliny** w 1962roku. Swoją przyszłą żonę poznał na kursie instruktorskim.

I w tym czasie poznałem Staszka, który dołączył w 1964 roku do naszego zespołu w Biurze Projektów Przemysłu Hutniczego „Biprohut" w Gliwicach. Nowy kolega od razu dał się poznać jako wszechstronny, bardzo aktywny turysta, mający duży wpływ na poczynania kolegów, w tym i moje. Zimą zajmował się narciarstwem, głównie turystycznym, latem kajakarstwem turystycznym, a uzupełnieniem była turystyka piesza. Miał więc pełne obłożenie w ciągu całego roku, a jednak zawsze znajdował czas na udzielanie pomocy, szczególnie siostrom gospodarującym na roli, ale i innym potrzebującym także.

Staszek był członkiem Komisji Narciarskiej ZG PTTK i z ramienia tejże prowadził kursy na stopień Przodownika Turystyki Narciarskiej, oraz prowadził grupy na corocznych Tatrzańskich Wysokogórskich Rajdach Narciarskich PTTK. Kursy przodownickie miały wówczas dużą renomę i aby w nich uczestniczyć należało się wykazać poprawnymi technicznymi umiejętnościami narciarskimi, a także znajomością terenów górskich. Prowadzący zajęcia, oprócz sprawdzania i doskonalenia tych wymagań aplikowali kursantom wiadomości teoretyczne w zakresie porównywalnym jak na kursach na stopień Pomocnika Instruktora PZN. Trzeba wiedzieć, że większość tych kursów odbywała się w trybie wędrownym, a więc jeszcze trzeba się było przemieszczać pomiędzy schroniskami. Świadczy to o wysokich wymaganiach w zakresie wiadomości, umiejętności, odpowiedzialności, co wymagało ogromnego doświadczenia prowadzących. Taki też był Staszek, a największymi jego zaletami były cierpliwość i wiara w człowieka, dzięki którym podczas szkoleń poza kursami kadrowymi, zachęcił do narciarstwa tysiące adeptów. W pewnym okresie Staszek miał problemy z zaliczeniem unifikacji instruktorskiej, ponieważ nie potrafił sobie poradzić ze sławetną wówczas tak zwaną „czwórką" (jak i wielu innych zresztą). Sprawę załatwił nasz Boss **Kazimierz Masłowski** znający jego pozostałe walory.

Wysokogórskie Rajdy Narciarskie PTTK odbywały się od 1955 roku i polegały na wędrowaniu po zimowych Tatrach w okresie wiosennym. Trudno dzisiaj wyobrazić sobie nie znającym realiów tamtych czasów, grup narciarzy przemierzających całe Tatry Polskie i Słowackie, przechodzących przez najwyższe przełęcze np. Lodowa Przełęcz, Polski Grzebień, Żelazne Wrota, Wrota Chałubińskiego, Kozia Przełęcz itd., wchodzących na najwyższe szczyty np. Rysy, Kozi Wierch, Gładki Wierch, Czerwone Wierchy. Sprzęt uczestników to buty zjazdowe, narty z wiązaniami zjazdowymi często ponad 2-metrowej długości, plecaki często na zewnętrznych stelażach. Jakich trzeba umiejętności by w takich uwarunkowaniach robić to co i w obecnych czasach jest wymagające? Opowiedzieć o tym mogę przy innej okazji, bo teraz ma być o Staszku. Jakiego doświadczenia trzeba było, aby w tych warunkach prowadzić bezpiecznie grupy turystów liczące czasami po 50 osób w wieku do 60 lat? Staszek prowadził grupy rajdowe przez około 40 lat, podczas których nie było ani jednego poważnego wypadku! Ja brałem w tym udział przez 25 lat, a przez 20, byłem współprowadzącym grupę za Staszkiem, mogę więc ocenić jego niezwykłe umiejętności wynikające z doświadczenia i spokoju oraz trzeźwego spojrzenia, a wyniesiona z tego nauka była i jest nadal bezcenna.

Lecz aby nie było całkiem cukierkowato, to trochę dziegciu. Staszek był spod znaku Skorpiona, a więc dosyć przekorny i często lubił przedstawiać swoje zdanie w opozycji do adwersarza. Na początku trochę mnie to wkurzało, ale z czasem znalazłem na to sposób.

Autor ze Staszkiem, podczas jednego z pierwszych Wysokogórskich Rajdów Tatrzańskich PTTK

Kiedy nie było konieczności wyboru jedynej właściwej decyzji, to przedstawiałem mój wybór inny niż w rzeczywistości chciałem. Wówczas Staszek mówił: a wiesz, może jednak zrobimy inaczej… i wychodziło na moje. Któregoś roku podjęliśmy decyzję, że wspólnie zakończymy naszą przygodę z rajdami w 1995 roku po moim 25 rajdzie, tak też zrobiłem. Staszek jednak uznał że może jeszcze trochę, choć z czasem w okrojonej formie bez przemieszczania się pomiędzy schroniskami. Były to prowadzone jeszcze przez kilka lat trasy dla grupy narciarskich weteranów w rejonie Doliny Chochołowskiej, które już po jego odejściu w krainę cieni, zostały nazwane jego imieniem.

Działalność w ramach PTTK, to tylko część narciarstwa Staszka Szymulańskiego. Przede wszystkim to wyjazdy weekendowe w Beskidy czy Tatry, zawsze w doborowym towarzystwie, również członków rodziny, głównie siostrzenic i siostrzeńców, którym wpajał tajniki narciarskiej edukacji, coroczne wielkanocne pobyty w Dolinie Pięciu Stawów Polskich spędzane razem z rodziną. Prowadził wiele popularnych w latach 70- i 80-tych Zimowych Obozów Narciarskich PTTK. Regularnie uczestniczył też w różnego rodzaju zawodach dla amatorów. Był członkiem ekipy Biprohutu, dla której w swojej grupie wiekowej był pewnym dostarczycielem punktów. Biprohut stanowił narciarską potęgę, o czym może świadczyć fakt regularnego wygrywania zawodów w branży hutniczej z takimi potęgami jak ówczesna Huta Lenina, czy też inne zakłady hutnicze, a także czołowa pozycja w rywalizacji biur projektowych. Były również i wyjazdy w Kaukaz, Rodopy, czy później w Alpy, gdzie zaznaliśmy już „prawdziwego narciarstwa".

Drugą pasją Staszka była woda i wędrówki kajakowe. Do Gliwic przeprowadził się z własnym składakiem, którego używał na wielu spływach i w wyprawach organizowanych osobiście. Przez wiele lat uczestniczyliśmy razem w Międzynarodowych Spływach Kajakowych na Dunajcu, gdzie na trasie od Nowego Targu do Nowego Sącza, podzielonej na trzy etapy bywało czasami bardzo wymagająco, o czym

może świadczyć całkowite zniszczenie w którymś roku ponad stu kajaków już na pierwszym etapie do Czorsztyna. Był też przypadek, że Staszek został wciągnięty razem z kajakiem przez wir pod starym mostem w Dębnie, ale wyszedł z tej opresji zwycięsko. Wielkim wyzwaniem była jego wyprawa Rospudą od jeziora Czarnego do Augustowa. Było tych spływów sporo, na wielu polskich rzekach. Największym sentymentem darzył jednak Pojezierze Suwalsko-Augustowskie, po którym przez kilkanaście lat prowadził grupy kajakowych wczasów PTTK. Tam ekipa o prawie że stałym składzie, spotykała się co roku. Staszek zawsze bez czapki, ze spaloną skórą głowy, uparcie jak to skorpion, głuchy na wszelkie prośby dorobił się z czasem problemów zdrowotnych z tym związanych. Był nie tylko wspaniałym wioślarzem, ale również doskonałym pływakiem, nie wyczynowcem, lecz długodystansowcem. Gdy sprawdzaliśmy się przed ubieganiem się o wprowadzony właśnie „Żółty Czepek", pływaliśmy na akwenie w pobliżu Gliwic przez 3 godziny bez przerwy.

Od lat 80-tych ub. wieku przebywaliśmy sporo czasu na mojej letniej działce, gdzie zjawiał się najczęściej bez zapowiedzi, ale zawsze celem pomocy przy pracach gospodarczych. Wieczory, to obowiązkowe ognisko, przy którym często potrafiliśmy sobie wspaniale pomilczeć wpatrzeni w jego płomienie lub dogasający żar. Rozumieliśmy się już bez słów. Po paru dniach odwiedzał następne miejsca, zazwyczaj celem pomagania tam gdzie potrzeba.

Staszek był minimalistą i niesamowicie cierpliwym pedantem, tam gdzie inni nosili ciężkie plecaki lub torby, on na lekko z małą horolezką, byleby była piżamka i szczoteczka do zębów. Zdjęte ubranie zawsze starannie ułożone obok łóżka w kostkę, a każda robota starannie i perfekcyjnie wykończona, nawet gdy trwało to wieki całe.

Nie był żadnym niesamowitym herosem, lecz jedynie wspaniałym o wszechstronnym doświadczeniu kompanem, normalnym, popełniającym także błędy człowiekiem, nie zawsze postępującym całkowicie racjonalnie, o czym się przekonałem gdy namówił mnie do wejścia na Mnicha bez jakiejkolwiek asekuracji. Była to znana jego cecha, że starał się w każdych okolicznościach osiągać maksimum tego co możliwe, a że miał tak zwanego nosa i życiowe doświadczenie, potrafił unikać najgorszego.

Celowo nie wspominam tu o posiadanych przez niego tytułach i odznaczeniach, bo on sam nie przywiązywał do tego wagi, lecz przytaczam niezapomniane przeżycia będące wynikiem obcowania z jego osobowością. Jestem pewien, że wszyscy, którzy go znali i z nim przebywali podzielają moje opinie.

Niech przytoczony poniżej wiersz, napisany przez jego siostrzenicę Urszulę, również o tym zaświadczy.

Michał Rebajn

Staszek

W cichej zadumie całe jeziora
Ptaki, szuwary i drzewa.
Spływ kajakowy rozpocząć pora
A Jego jeszcze tu nie ma.

Zdziwione stoją smreki wysokie,
Czerwone Wierchy w chmurach
I stara limba w Chochołowskiej
Dlaczego nie ma Go w górach?

Wiatr do krakowskich okiennic puka
Na Grodzkiej, na Ujejskiego,
Powiał do Gliwic, by Go poszukać,
Ale powrócił bez Niego.

Kiedy przygaśnie już blask ogniska
Kto pieśń wieczorną zaśpiewa?
Zawsze to robił nasz druh Stanisław
A teraz Go z nami nie ma.

Pustkę zostawił w tak wielu miejscach,
Bo ludzi łączył i bratał.
Będziemy nosić Go w naszych sercach
Przez lata, przez długie lata!

Urszula Rubiszewska – 2004

LICENCJONOWANE SZKOŁY NARCIARSKIE

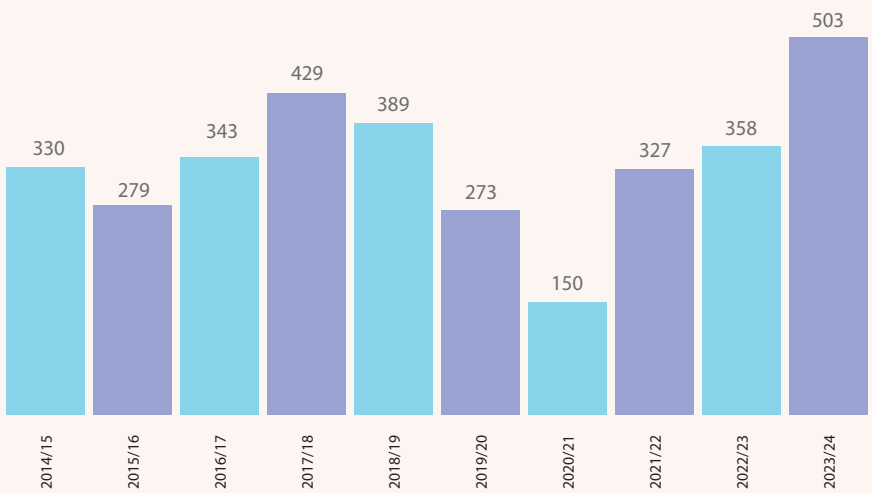
Komisja Licencjonowanych Szkół Narciarskich

Podsumowanie sezonu 2023/2024

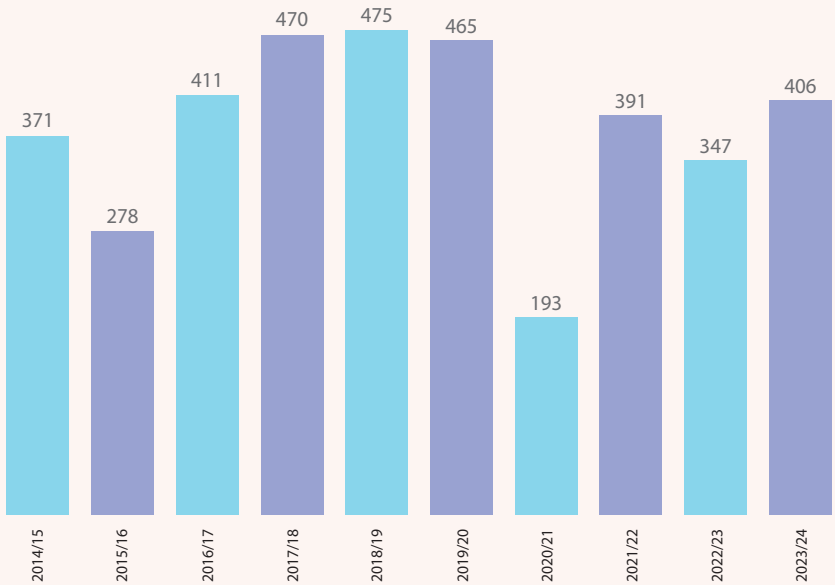
Szkoły z licencją PASS (A+B) wyszkoliły 244 Demonstratorów Szkolnych (w poprzednich sezonach: 211, 312, 250, 310, 302, 86, 280, 245). Natomiast kursy kwalifikacyjne zaliczyły pozytywnie 503 osoby (w poprzednich sezonach: 330, 279, 343, 429, 389, 273, 150, 327, 358). Oznacza to znaczny wzrost zainteresowania tymi kursami.

Kursy Pomocnika Instruktora (całość, czyli część techn. i metodyczną) zaliczyło 406 osób (poprzednio: 371, 278, 411, 470, 475, 465, 193, 391, 347).

Absolwenci kursów kwalifikacyjnych w sezonach od 2014/2015 do 2023/2024



Absolwenci kursów na stopień Pomocnika Instruktora w sezonach od 2014/2015 do 2023/2024



Jak już pisałem przed rokiem, w historii naszych szkoleń nadszedł moment historyczny. Pożegnaliśmy stopnie Polskiego Związku Narciarskiego. W to miejsce weszły nowe stopnie, legitymacje, odznaki. Przepowiadano nam znaczny spadek zainteresowania stopniami oferowanymi przez SITN, jednak jak widać na powyższych porównaniach, nie nastąpiło żadne odwrócenie się od naszego systemu szkolenia.

Znacząco wzrosły liczby organizowanych kursów kwalifikacyjnych i ich absolwentów. Czyżby udało nam się stworzyć modę na uczestnictwo w tych kursach? Jest naszym wspólnym celem utrzymanie tego trendu wzrostowego. Naszym głównym zadaniem pozostaje utrzymanie jak najwyższego poziomu szkolenia kursantów oraz nowych kadr. Stawianie na jakość jest czynnikiem przyciągającym do nas kolejne pokolenia osób chcących zdobywać stopnie instruktorskie w narciarstwie.

Kol. **Krzysztof Horecki** w sprawozdaniu Komisji Egzaminacyjnej zauważa, że zdawalność na Egzaminach Regionalnych jest na poziomie 55%. Wydaje się, że to za mało, powinniśmy przez jakość naszego szkolenia dążyć do osiągnięcia 75% zdawalności. W dniu zamykania Informatora do druku Komisja LSN zaopiniowała pozytywnie 82 wnioski licencyjne na sezon 2024/25.

Jako Komisja chcemy mocniej zwracać uwagę na poziom wyszkolenia naszych nowych kadr. Dlatego w tegorocznym Informatorze (podobnie jak i w poprzednim) publikujemy tabelę nie ilościową, a bardziej związaną z jakością absolwentów kursów Pomocnika Instruktora. Wyliczenia Biura SITN opierały się na protokołach z Egzaminów Regionalnych przeprowadzonych w sezonie 2023/2024. Osoby podchodzące do egzaminu kilka razy, brane były pod uwagę w wyliczeniach tylko raz.

Andrzej Milewski
Przewodniczący KLSN

Zdawalność na Egzaminach Regionalnych absolwentów poszczególnych szkół w sezonie 2023/2024

(nie uwzględniono absolwentów, którzy w ogóle nie podchodzili do ER)

NAZWA SZKOŁY, W KTÓREJ UKOŃCZONO KURS PI	WYNIK EGZAMINU REGIONALNEGO	
	TAK	NIE
Ptak-Team	41	7
Śmig	38	2
HSKI	37	11
Lider	24	4
Nartus	20	5
Ski Academy	15	6
Majer Pro	11	3
Snow Way	9	0
Fun&Race	9	2
Mixtura	5	0
Snow Division	5	0
Bestkamp	5	2
Ski Kuros	5	2
Ryskalski	4	1
Supernarty	4	1
Jafi Sport	3	0
Glosator	3	0
Maytur	3	0
Stanisławski	3	2
Fabryka Narciarzy	2	1
Akademicka	2	3
Jaworzyna	1	0
Dolnośląska	1	1
Time4Ski	1	2
Sporteum	1	3
Wielkopolska	0	0
Snowriders	0	0
Skręty	0	0
Szkoła Zdrowia	0	0
GB Sport	0	0
ZSN Slalom	0	3
Marketour	0	4

www.facebook.com/Smig.Szczyrk

ŚMIG
SZKOŁA NARCIARSTWA

www.smig.szczyrk.pl
biuro@smig.szczyrk.pl
tel. 602 77 61 62

SZCZYRK SKRZYCZNE ŚMIG

Ze ŚMIG-u wywodzi się najwięcej w kraju absolwentów kursów Demonstratora i Pomocnika Instruktora.

Również najwięcej osób pozytywnie zaliczających Zawody i Egzaminy Regionalne pobierało edukację w ŚMIG-u. Decyduje o tym nasz profesjonalizm i doświadczenie.

Spróbuj i Ty!

ANNA BUCZEK - Instruktor Wykładowca, Członek Pol-Ski Demo Team, Mistrzyni Polski Instruktorów zaprasza w sezonie **2024/2025** na:

- **KURSY KADROWE NA STOPNIE SITN**
  - demonstrator, kurs kwalifikacyjny, kurs pomocnika instruktora
- **KURSY DOSZKALAJĄCE**
  - dla kandydatów na kursy instruktorskie oraz Zawody i Egzaminy Regionalne
- **ROZJAZD DLA INSTRUKTORÓW**
  - szkolenie z zakresu techniki i metodyki nauczania dla instruktorów i szkół narciarskich
- **SZKOLENIA SPORTOWE**

FUNRACE
SZKOŁA NARCIARSKA

Terminy

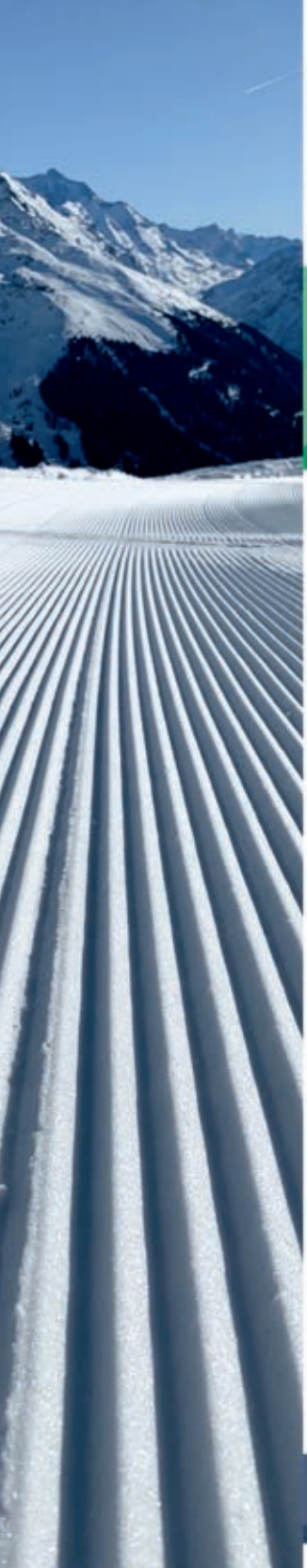
- 09 - 14.12.2024
- 16 - 21.12.2024
- 26 - 31.12.2024
- 01 - 06.01.2025
- 13 - 18.01.2025
- 20 - 25.01.2025
- 27 - 01.02.2025
- 03 - 08.02.2025
- 10 - 15.02.2025
- 17 - 22.02.2025
- 24 - 01.03.2025
- 03 - 08.03.2025

Miejsce prowadzenia kursów
Czorsztyn Ski - Kluszkowce
Grapa Ski - Litwinka

Aktualny kalendarz kursów i szkoleń znajdziesz na
www.funrace.pl

Informacje i zapisy:
Anna BUCZEK
501724216
anna.buczek@funrace.pl
facebook.com/funracepl

Partner techniczny
HEAD
ziener
EST. 1948



SZKOŁA NARCIARSKA

Ptak-team
www.ptak-team.pl

BARTŁOMIEJ PTAK

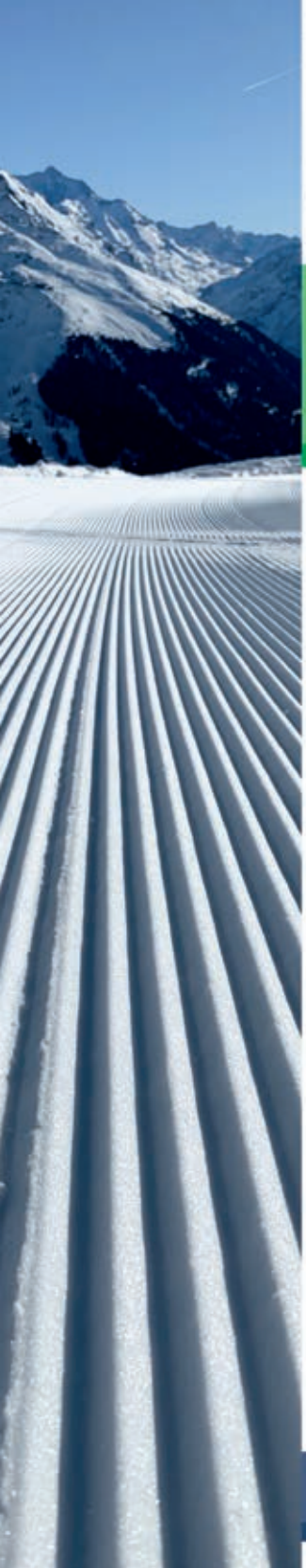
Mistrz Polski Amatorów i Instruktorów, Instruktor Wykładowca

zaprasza na szkolenia zagraniczne w sezonie 2024/25:

20-26 październik 2024	Stubai (Austria)
10-16 listopad 2024	Stubai (Austria)
1-8 grudzień 2024	Kronplatz (Włochy)
8-15 grudzień 2024	Kronplatz (Włochy)
5-11 styczneń 2025	Moena Włochy (Ski safari)
1-8 luty 2025 (wyjazd feryjny)	Kronplatz (Włochy)
16-23 marzec 2025	Paganella (Włochy)
23-29 marzec 2025	Moena Włochy (Ski safari)
27 kwiecień - 3 maj 2025	Stubai (Austria)

Podczas szkoleń zagranicznych organizujemy kursy kadrowe SITN PZN.
Szczegóły: ptak-team.pl

601-501-423 szkola@ptak-team.pl



SZKOŁA NARCIARSKA

Ptak-team
www.ptak-team.pl

BARTŁOMIEJ PTAK

Mistrz Polski Amatorów i Instruktorów, Instruktor Wykładowca zaprasza na szkolenia na stopnie instruktorskie i treningi jazdy sportowej do Poronina Suchego i w Alpy.

Kursy na stopień **Demonstratora, Kwalifikacyjny** i **Pomocnika Instruktora**:

❋ 20-26 październik 2024	Stubai (Austria)
❋ 10-16 listopad 2024	Stubai (Austria)
❋ 1-8 grudzień 2024	Kronplatz (Włochy)
❋ 8-15 grudzień 2024	Kronplatz (Włochy)
❋ 17-22 grudzień 2024	Poronin Suche
❋ 26-31 grudzień 2024	Poronin Suche
❋ 12-17 styczeń 2025	Poronin Suche
❋ 19-24 styczeń 2025	Poronin Suche
❋ 26-31 styczeń 2025	Poronin Suche
❋ 2-7 luty 2025	Poronin Suche
❋ 9-14 luty 2025	Poronin Suche
❋ 16-21 luty 2025	Poronin Suche
❋ 23-28 luty 2025	Poronin Suche
❋ 16-23 marzec 2025	Paganella (Włochy)
❋ 27 kwiecień - 3 maj 2025	Stubai (Austria)

Treningi jazdy sportowej
Tyczki - slalom, gigant, coaching, video analiza, elektroniczny pomiar czasu.
Poronin Suche codziennie od 20 grudnia do 10 marca oraz podczas szkoleń za granicą.

Szczegóły: ptak-team.pl

☎ 601-501-423 ✉ szkola@ptak-team.pl

Katalog Licencjonowanych Szkół Narciarskich Sezon 2024/2025

AB ACTIVE A D

kierownik wyszkolenia: Beniamin Kwiatkowski
kierownik szkoły: Beniamin Kwiatkowski
02-797 Warszawa, Nowoursynowska 130a
kom. 608 400 414
http://abactive.pl
beniamin@abactive.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Pieniny, Szczęśliwice – Warszawa, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

ADVENTURE SKIING A D

Mateusz Mączyński
kierownik wyszkolenia: Mateusz Mączyński
kierownik szkoły: Justyna Mączyńska
27-640 Konary, Stok Konary
kom. 605 403 094
http://adventureskiing.pl
coldheat@wp.pl

AKADEMIA BIAŁEGO MISIA A D

kierownik wyszkolenia: Marcin Dziurny
kierownik szkoły: Katarzyna Kalemba-Dziurny
34-500 Zakopane, Sienkiewicza 24c
kom. 534 802 802
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, rajd narciarski
regiony: Tatry i Podhale

AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA AB D

kierownik wyszkolenia: Beata Blachura
kierownik szkoły: Jakub Kowalski
54-317 Wrocław, Sarbinowska 43/8
fax 74 866 04 66
kom. 502 327 009, 601 956 919, 693 185 378
http://www.szkolaakademicka.pl
asnakademicka@gmail.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, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Karkonosze, Kotlina Kłodzka, Austria, Włochy

ALLEGRA A D

kierownik wyszkolenia: Rafał Spychalski
kierownik szkoły: Michał Palejczyk
70-561 Szczecin, Staromłyńska 8
tel. 91 818 12 34, kom. 608 686 692
http://nartywalpach.com biuro@allegratravel.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Inne, Austria, Włochy

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

AWFIS GDAŃSK AB D

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Makowski
kierownik szkoły: Marcin Krawczyński
80-336 Gdańsk, K. Górskiego 1
kom. 600 404 060
marcin.krawczynski@awf.gda.pl

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

BSA SZKOŁA NARCIARSKA®

BESTKAMP AB D

kierownik wyszkolenia: Maciej Barabasz
kierownik szkoły: Maciej Barabasz
35-084 Rzeszów, Rymanowska 17/4
kom. 786 921 912, 880 853 532
http://www.bestkamp.pl
biuro@bestkamp.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 dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Sądecki, Bieszczady

BEST KAMP

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

BOBOSKI.COM A D

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: Szczęśliwice – Warszawa, Austria, 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: Zbigniew Luks
kierownik szkoły: Izabela Latacz-Włosek
42-436 Pilica, Kleszczowa 113 A
kom. 533 663 700
http://www.cisowa.pl/szkola-narciarska
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe
regiony: Inne

DESKI AB

kierownik wyszkolenia: Kazimierz Łodziński
kierownik szkoły: Kazimierz Łodziński
00-468 Warszawa, Zaruskiego 8
tel. 22 841 49 34
fax 22 840 63 71
kom. 601 327 834
http://www.deski.org
deski@deski.org
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, Austria, Włochy

DOLOMITY TOUR A D

kierownik wyszkolenia: Tomasz Janikowski
kierownik szkoły: Władysława Jura
40-014 Katowice, Św. Stanisława 8
tel. 32 259 82 03
fax 32 259 82 03
http://www.dolomity.com.pl/, http://www.facebook.com/DolomityTour/,
http://www.instagram.com/dolomity_tour/ dolomity@dolomity.com.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Włochy

DSN AB C D

kierownik wyszkolenia: Jakub Chachulski
kierownik szkoły: Bogdan Pietrykowski
50-304 Wrocław, Pasterska 2/24
tel. 71 326 00 39
fax 71 326 00 39
kom. 602 762 458
http://www.dsnski.pl
pietrykowski@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, 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: Inne, Karkonosze, Kotlina Kłodzka, Sudety Środkowe, Austria, Czechy, Ukraina, Włochy

FABRYKA NARCIARZY AB

kierownik wyszkolenia: Andrzej Milewski
kierownik szkoły: Piotr Tekiel
01-494 Warszawa, Obrońców Tobruku 31/33
kom. 506 124 112
info@fabrykanarciarzy.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe, szkolenie telemarkowe
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: Szczęśliwice – Warszawa, Austria, Francja, Szwajcaria, Włochy

FAN-SPORT A

kierownik wyszkolenia: Grzegorz Garncarski
kierownik szkoły: Andrzej Jaworski
37-100 Łańcut, Kr. Jadwigi 1
kom. 604 935 409
http://fansport.info.pl
biuro.fansport@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Sądecki, Bieszczady, Inne, Pieniny, Tatry i Podhale, Słowacja, Włochy

FREERIDE ACADEMY A

kierownik wyszkolenia: Michał Ślusarczyk
kierownik szkoły: Michał Ślusarczyk
34-511 Kościelisko, Kiry 11
kom. 733 666 592
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, szkolenie skitourowe
regiony: Inne, Tatry i Podhale, Austria, Francja, Słowacja, Włochy

FREERIDE SPORT AB

kierownik wyszkolenia: Grzegorz Dendys
kierownik szkoły: Grzegorz Dendys
43-300 Bielsko-Biała, Jemiołowa 15
kom. 502 320 309
http://www.freeridesport.pl
dendys@freeridesport.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, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Austria, Włochy

FUNRACE ABCD

kierownik wyszkolenia: Anna Buczek
kierownik szkoły: Kamil Zaród
34-460 Szczawnica, Szlachotowa, Sielska 56
kom. 501 724 216
http://www.funrace.pl
anna.buczek@funrace.pl
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
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

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

HSKI HARENDA ZAKOPANE AB D

kierownik wyszkolenia: Łukasz Guńka
kierownik szkoły: Andrzej Hyc
34-500 Zakopane, ul. Harenda 21A
kom. 534 140 447, http://www.hski.pl, wojtek@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: Katarzyna Górska
kierownik szkoły: Marek Matczyński
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

JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD AB C D

kierownik wyszkolenia: Piotr Kapustianyk
kierownik szkoły: Bartosz Kujawski
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

JM SPORT A

kierownik wyszkolenia: Jan Nawieśniak
kierownik szkoły: 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

KLUB NARCIARSKI SPORTEUM AB D

kierownik wyszkolenia: Ludwik Żukowski
kierownik szkoły: Ewa Stępniak
03-068 Warszawa, Zawiślańska 27, kom. 729 041 479
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

LIDER AB D

kierownik wyszkolenia: Piotr Bogusz
kierownik szkoły: Piotr Bogusz
31-155 Kraków, Warszawska 24
tel. 12 411 61 72, kom. 661 010 100

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

M & M A D

kierownik wyszkolenia: Michał Wyspiański
kierownik szkoły: Marcin Michalski
58-540 Karpacz, ul. Turystyczna 5, Biały Jar kom. 601 334 433, 887 798 474
http://www.facebook.com/mmkarpacz, http://www.mmkarpacz.pl biuro@mmkarpacz.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Karkonosze, Kotlina Kłodzka

MAJER PRO AB

kierownik wyszkolenia: Marek Majerczyk
kierownik szkoły: Marek Majerczyk
34-530 Bukowina Tatrzańska, Leśna 20
tel. 18 207 70 85, fax 18 207 72 24, kom. 601 452 345
http://majerpro.com marekmajerczyk@gmail.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, kurs na stopień Pomocnika Instruktora – cz. metodyczno-sportowa, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Tatry i Podhale, Słowacja

MALTA SKI AB

kierownik wyszkolenia: Piotr Ogarzynski
kierownik szkoły: Paweł Cielewicz
61-131 Poznań, Wiankowa 2, kom. 501 710 125, 605 921 413
http://maltaski.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy
kursy kadrowe: szkolenie sportowe

MAŁE CICHE A D

kierownik wyszkolenia: Sylwia Adamczyk
kierownik szkoły: Stanisław Bielawa
34-500 Zakopane, Nowotarska 12 F/15, kom. 601 662 058
http://maleciche.com szkolamaleciche@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenia sitnusiowe dla dzieci, szkolenie sportowe, szkolenie dla kandydatów na kurs instruktorski, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Tatry i Podhale

MILENIUM A D

kierownik wyszkolenia: Przemysław Budziło
kierownik szkoły: Grzegorz Gębarowski
36-100 Kolbuszowa, Jana Pawła II 21/64
kom. 605 048 385
http://mileniumski.pl
gebaski@o2.pl

MARKETOUR PROFI SPORT SZOK AB

kierownik wyszkolenia: Jarosław Smajdor
kierownik szkoły: Grzegorz Zamorski
35-030 Rzeszów, 3-Maja 28
tel. 17 853 60 86, fax 17 853 60 86, kom. 603 118 333
http://www.marketour.pl/, http://www.sportszok.pl/ marketour@marketour.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, Bieszczady, Tatry i Podhale, Austria, Francja, Słowacja, Włochy

MAXISPORT A D

kierownik wyszkolenia: Marcin Posiak
kierownik szkoły: Marcin Sobczak
35-120 Rzeszów, Stojałowskiego 8/54
kom. 606 141 330
http://www.maxisport.com.pl
ms@maxisport.com.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Inne, Tatry i Podhale, Włochy

MAYTUR AB D

kierownik wyszkolenia: Tomasz Stobiecki
kierownik szkoły: Katarzyna Majewska-Ludwig
44-121 Gliwice, Dekabrystów 26
tel. 32 757 88 98, kom. 606 527 608, 692 076 607
http://www.maytur.com.pl
biuro@maytur.com.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, rozjeżdżanie przedsezonowe dla instruktorów
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Tatry i Podhale, Austria, Francja, Słowacja, Szwajcaria, Włochy

MIXTURA A D

kierownik wyszkolenia: Edward Wroński
kierownik szkoły: Piotr Jendryczka
80-865 Gdańsk, Marynarki Polskiej 138A/50
kom. 665 888 848, http://www.mixtura.pl
biuro@mixtura.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
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

NARCIARSKI KLUB SPORTOWY RASC A D

kierownik wyszkolenia: Michał Kołder
kierownik szkoły: Maciej Kołodziejczyk
02-202 Warszawa, Drawska 22
kom. 531 414 114, 604 277 289
http://rasc.pl
biuro@rasc.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Szczęśliwice – Warszawa, Tatry i Podhale, Austria, Francja, Włochy

NARTUS AB D

kierownik wyszkolenia: Tomasz Cichy
kierownik szkoły: Aleksandra Libera-Cichy
43-460 Wisła, Cieślarów 30
kom. 508 070 676, 508 070 677
http://www.nartus.pl
biuro@nartus.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe, 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, Tatry i Podhale

NDSPORT.PL A D

kierownik wyszkolenia: Ireneusz Tarasewicz
kierownik szkoły: Ireneusz Tarasewicz
80-312 Gdańsk, Wita Stwosza 31/14
kom. 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, szkolenie sportowe
regiony: Beskid Żywiecki, Kotlina Kłodzka, Pomorze, Tatry i Podhale, Austria, Francja, Słowacja, Szwajcaria, Włochy

PODHALAŃSKA A D

kierownik wyszkolenia: Kazimierz Put
kierownik szkoły: Marcin Bałdys
34-400 Nowy Targ, Podhalańska 2/58
kom. 605 892 605
http://fb/ Podhalanska Szkola Narciarska, http://podhalanskaszkolanarciarska.pl
narty@mom.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe, szkolenie telemarkowe
regiony: Inne, Tatry i Podhale, Austria, Bułgaria, Czechy, Słowacja, Włochy

PADAŚNIEG A

kierownik wyszkolenia: Artur Wójcik
kierownik szkoły: Maciej Misztal
58-580 Szklarska Poręba, Turystyczna 25A
kom. 666 709 400, http://padasnieg.com
info@padasnieg.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, szkolenie snowboardowe
regiony: Inne, Karkonosze, Sudety Środkowe, Austria, Czechy, Sudety Zachodnie

POTWORY A

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Kaźmierczak
kierownik szkoły: Krzysztof Kaźmierczak
01-652 Warszawa, Potocka 6/7
kom. 536 966 660, http://potwory.com krzysiek@potwory.com
prowadzone szkolenia: obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: 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

RESPORT-NARTY I ŻAGLE A

kierownik wyszkolenia: Michał Res
kierownik szkoły: Michał Res
44-335 Jastrzębie Zdrój, Wielkopolska 91
tel. 32 471 05 55, fax 32 471 05 55
kom. 604 526 483, http://www.resport.com.pl, info@resport.com.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
regiony: Beskid Śląski, Beskid Żywiecki, Tatry i Podhale, Austria, Czechy, Francja, Szwajcaria, 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

RYSKALSKI 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
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 AB D

kierownik wyszkolenia: Błażej Tylka-Suleja
kierownik szkoły: Piotr Skupień
34-520 Suche, Suche 102, kom. 600 088 144
Skikuros@gmail.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, 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

SKI PLANET A D

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

SKI-BANDA JAN KALATA A

kierownik wyszkolenia: Tymoteusz Błaszczyk
kierownik szkoły: Jan Kalata
34-405 Białka Tatrzańska, Kaniówka
kom. 798 232 820

SKIACTIVE A D

kierownik wyszkolenia: Łukasz Kuźmiński
kierownik szkoły: Rafał Sionek
52-235 Wrocław, ul. Pawia 20 D
kom. 601 181 398, 601 495 714, 792 622 999, 796 472 930
http://www.skiactive.com, katarzyna@skiactive.com
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, wyjazd weekendowy, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Śląski, Karkonosze, Kotlina Kłodzka, Austria, Francja, Niemcy, Słowacja, Słowenia, Włochy

SKIZY A

kierownik wyszkolenia: Leszek Pilch
kierownik szkoły: Andrzej Cieślar
43-460 Wisła, Malinczanów 6
kom. 504 285 599
http://www.skizy.pl
biuro@skizy.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Śląski

SKOLNITY A

kierownik wyszkolenia: Wojciech Rensz
kierownik szkoły: Janusz Tyszkowski
43-460 Wisła, Przy Skoczni 4
kom. 537 223 809

SNOW DIVISION AB D

kierownik wyszkolenia: Stanisław Czarnota
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
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, Inne, Tatry i Podhale, Austria, Czechy, Słowacja, Włochy

SNOW WAY AB D

kierownik wyszkolenia: Wojciech Bień
kierownik szkoły: Wojciech Bień
45-759 Opole, Gospodarcza 16 lok.4
kom. 603 656 232
http://www.snow-way.pl
info@snow-way.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, 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, szkolenie biegowe (cross-country), szkolenie skitourowe
regiony: Tatry i Podhale, Słowacja

SNOWRIDERS AB

kierownik wyszkolenia: Michał Niedziela
kierownik szkoły: Jarosław Piechota
71-799 Szczecin, Cudowna 2
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

SOBOL SPORT 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

SPORT VITA AB D

kierownik wyszkolenia: Adam Staszkiewicz
kierownik szkoły: Bartłomiej Glomba
44-100 Gliwice, Daszyńskiego 15 B
tel. 32 230 92 90
fax 32 230 92 90
kom. 509 333 202
http://sportvita.pl
biuro@sportvita.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe,
obóz szkoleniowy dla dzieci i młodzieży
kursy kadrowe: kurs na stopień Demonstratora, kurs kwalifikacyjny
regiony: Włochy

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

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, 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, Austria, Włochy

STOK ABCD

kierownik wyszkolenia: Artur Wysocki
kierownik szkoły: Anna Żampa
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 ABC

kierownik wyszkolenia: Krzysztof Horecki
kierownik szkoły: Katarzyna Strama-Chevallier
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 AD

kierownik wyszkolenia: Konrad Drzymała
kierownik szkoły: Tomasz 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

SUN SCHOOL AD

kierownik wyszkolenia: Wojciech Kiszela
kierownik szkoły: Barbara Bargiel
34-512 Witów, WITÓW 205 C
kom. 518 130 130
http://www.sunschool.com.pl/
info@sunschool.com.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Tatry i Podhale

SZCZAWNICA-PALENICA A

kierownik wyszkolenia: Łukasz Wiercioch
kierownik szkoły: Marcin Szczepaniak
34-460 Szczawnica, Główna 7
kom. 695 770 640
gacioski@poczta.onet.pl
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Pieniny

SZCZYRK SKI SCHOOL A D

kierownik wyszkolenia: Ewa Wielopolska
kierownik szkoły: Tomasz Popielewicz
43-370 Szczyrk, Narciarska 10
kom. 788 267 169
prowadzone szkolenia: szkolenie podstawowe, szkolenie snowboardowe
regiony: Beskid Śląski

SZKOŁA NARCIARSKA I SNOWBOARDOWA MIROSŁAW JANDURA A

kierownik wyszkolenia: Mirosław Jandura
kierownik szkoły: Mirosław Jandura
34-440 Kluszkowce, Kamieniarska 30 A
kom. 793 989 389

SZKOŁA ZDROWIA AB

kierownik wyszkolenia: Ewa Wyszkowska
kierownik szkoły: Ewa Wyszkowska
40-881 Katowice, Chrobrego 43/76
kom. 668 160 160
http://www.szkolazdrowia.pl
ewa@szkolazdrowia.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, Tatry i Podhale, Austria, Włochy

SPORT DISTRICT A D

kierownik wyszkolenia: Jacek Kleszyk
kierownik szkoły: Jacek Kleszyk
43-370 Szczyrk, Beskidzka
kom. 792 234 487
http://www.sportdistrict.pl

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 A

kierownik wyszkolenia: Cezary Szeszko
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
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

WROCŁAWSKA SZKOŁA NARCIARSKA AB D

kierownik wyszkolenia: Wojciech Woźnica
kierownik szkoły: Łukasz Szkudlarek
54-206 Wrocław, 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 SKI A

kierownik wyszkolenia: Sebastian Pająk
kierownik szkoły: Andrzej Wygoda
30-547 Kraków, Plac Bohaterów Getta 17/14
tel. 12 430 30 48, 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: Tomasz 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

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: Katarzyna Staszel-Chmiel
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

ZIMOWY RAJ A D

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

ROZJEŻDŻANIE PRZEDSEZONOWE DLA INSTRUKTORÓW

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
11-16.11.2024, 20-25.10.2024	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
9-16.11.2024	Pitztal- Plangeross	Austria	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
23-30.11.2024	Kaunertal / Pitztal	Austria	SNOW WAY	603 656 232	info@snow-way.pl
1-7.12.2024	Stubaital	Austria	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
9-14.12.2024, 2-7.12.2024	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
7-14.12.2024	Val di Sole	Włochy	TIME 4 SKI	518 488 959	
27-29.12.2024, 20-22.12.2024, 13-15.12.2024	Jaworzyna Krynicka	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
14-31.12.2024	Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
19-26.04.2025	Pitztal-Plangeross	Austria	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl

WYJAZDY WEEKENDOWE

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
7.12.2024-23.03.2025	Ustroń, Wisła	Beskid Śląski	BLUES CARV	606 644 345, 698 063 057	bluescarv@wp.pl
14.12.2024-23.03.2025	Bieszczady - Wańkowa, Ustrzyki Dolne, Beskid Sądecki - Krynica, Tylicz, Podhale - Białka Tatrzańska, Beskidy - Szczyrk	Inne	FAN-SPORT	604 935 409	biuro.fansport@gmail.com
14-15.12.2024	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185378	asnakademicka@gmail.com
15.12.2024-16.03.2025	Korbielow, Zwardoń, Szczyrk	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
15.12.2024	Krynica	Beskid Sądecki	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
21-22.12.2024	Chopok / Słowacja	Inne	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl
22.12.2024	Krynica	Beskid Sądecki	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
4.01-23.03.2025	Krynica Słotwiny/ Tylicz / Wierchomla / Czorsztyn / Szczyrk / Czarny Groń / Krynica Jaworzyna	Inne	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl
11-12.01.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com

12.01.2025	Gromadzyń	Bieszczady	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
19.01.2025	Wańkowa	Bieszczady	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
26.01.2025	Krynica	Beskid Sądecki	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
2.02.2025	Wierchomlą	Beskid Sądecki	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
9.02.2025	Krynica	Beskid Sądecki	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
21.03.2025	Kasprowy Wierch (21 i 28.03.2025 r.)	Tatry i Podhale	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
21-23.03.2025	Chopok / Słowacja	Inne	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl

OBOZY SZKOLENIOWE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
15-19.12.2024	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
16-20.12.2024	Jurgów	Tatry i Podhale	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
26.01-1.02.2025, 19-25.01.2025	Małe Ciche	Tatry i Podhale	CAR-TOURIST	52 322 19 45, 601 662227	info@cartourist.com
20-25.01.2025	Czarny Groń	Inne	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
25.01-1.02.2025	Murzasichle, Jurgów	Tatry i Podhale	BLUES CARV	606 644 345, 698 063 057	bluescarv@wp.pl
31.01-9.02.2025	Val di Fiemme	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
1-8.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
1-8.02.2025	Arta Terme-Zancolan	Włochy	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 18 5378	asnakademicka@gmail.com
8-15.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
8-16.02.2025	San Pellegrino - Alpe Lusia	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
14-22.02.2025	Tre Valli - Bellamonte Moena- Alpe Lusia , Falcade	Włochy	FAN-SPORT	604 935 409	biuro.fansport@gmail.com
14-23.02.2025	Val Di Sole / Dimaro	Włochy	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl
15-23.02.2025	San Pellegrino - Alpe Lusia	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
15-22.02.2025	Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
16-22.02.2025	Wańkowa / Bieszczady	Inne	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
17-21.02.2025	Szczyrk/Wisła	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
22.02-1.03.2025	Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
23.02-1.03.2025	Kluszkowce	Pieninny	FAN-SPORT	604 935 409	biuro.fansport@gmail.com
24-28.02.2025	Szczyrk/Wisła	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
24.02-2.03.2025	Poronin	Tatry i Podhale	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl

KURSY NA STOPIEŃ DEMONSTRATORA

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
1-31.10.2024	Capital Ski, Górka Szczęśliwicka	Szczęśliwice - Warszawa	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
11-16.11.2024, 20-25.10.2024	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
10-15.02.2025, 30.12.2024-4.01.2025, 26-31.12.2024, 21-26.12.2024, 16-21.12.2024, 1-8.12.2024	Czarnów, Mala Upa, Harrachov, Mlade Buky, Stubaital	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
9-14.12.2024, 2-7.12.2024	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
2-7.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
8-13.12.2024	Passo Tonale	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
9-14.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
3-8.02.2025, 20-25.01.2025, 26-31.12.2024, 16-21.12.2024	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	MAJER PRO	18 207 70 85, 601 452 345	marekmajerczyk@gmail.com
16-21.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
16-21.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025, 16-21.02.2025, 9-14.02.2025, 2-7.02.2025, 26-31.01.2025, 19-24.01.2025, 12-17.01.2025, 26-31.12.2024, 17-22.12.2024	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
23-28.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
15-20.02.2025, 8-13.02.2025, 1-6.02.2025, 25-30.01.2025, 19-24.01.2025, 13-18.01.2025, 30.12.2024-4.01.2025, 23-28.12.2024	Jaworzyna Krynicka	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
26-31.12.2024	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
26-31.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
17-22.02.2025, 3-8.02.2025, 20-25.01.2025, 27-31.12.2024	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
27.12.2024-1.01.2025	Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
30.12.2024-4.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
2-7.01.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
4-11.01.2025	Gerlitzen	Austria	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
6-11.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
6-11.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
13-18.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
13-18.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
18-25.01.2025	Livigno	Włochy	JAFI SPORT	660 490 355	jafi@jafisport.pl
20-25.01.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
20-25.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
20-25.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
26-31.01.2025	Kluszkowce	Gorce	Multi Sport HASKI	605 949 727	atomicgs@gmail.com
27.01-1.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
27.01-1.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
27.01-1.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
1-8.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 3270 09, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
1-8.02.2025	Arta Terme-Zancolan	Włochy	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
8-15.02.2025, 1-8.02.2025	Falcade- San Pellegrino	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
3-8.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
3-8.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
3-8.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
8-15.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 3270 09, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
10-15.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
10-15.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
10-15.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
16-21.02.2025	San Pellegrino	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
16-21.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
17-22.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
17-21.02.2025	Szczyrk/Wisła	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
17-22.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025	Val di Fiemme	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
23-28.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
24-28.02.2025	Szczyrk/Wisła	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
24.02-1.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
24.02-1.03.2025	Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
3-8.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
8-15.03.2025	Nassfeld	Austria	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	124 216 745	snglosator@sto64.krakow.pl
10-15.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.03.2025	Paganella	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
28.04-3.05.2025	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl

KURSY KWALIFIKACYJNE

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
23-28.09.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
1-31.10.2024	Capital Ski, Górka Szczęśliwicka	Szczęśliwice - Warszawa	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
11-16.11.2024, 20-25.10.2024	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
23-30.11.2024	Kaunertal / Pitztal	Austria	SNOW WAY	603 656 232	info@snow-way.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
10-15.02.2025, 30.12.2024-4.01.2025, 26-31.12.2024, 21-26.12.2024, 16-21.12.2024, 1-8.12.2024	Czarnów, Mala Upa, Harrachov, Mlade Buky	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
9-14.12.2024, 2-7.12.2024	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
2-7.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
7-12.12.2024	BIAŁKA TATRZAŃSKA - LITWINKA/ WISŁA	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
8-13.12.2024	Passo Tonale	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
8-14.12.2024	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
9-14.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
15-21.12.2024	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
15-20.12.2024	Szczyrk	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
3-8.02.2025, 20-25.01.2025, 26-31.12.2024, 16-21.12.2024	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	MAJER PRO	18 207 70 85, 601 452 345	marekmajerczyk@gmail.com
16-21.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
16-21.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025, 16-21.02.2025, 9-14.02.2025, 2-7.02.2025, 26-31.01.2025, 19-24.01.2025, 12-17.01.2025, 26-31.12.2024, 17-22.12.2024	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
10-15.02.2025, 3-8.02.2025, 27.01-1.02.2025, 20-25.01.2025, 13-18.01.2025, 6-11.01.2025, 30.12.2024-5.01.2025, 23-29.12.2024	Jaworzyna Krynicka	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
26-31.12.2024	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
26-31.12.2024	Szczyrk	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
26-31.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
17-22.02.2025, 3-8.02.2025, 20-25.01.2025, 27-31.12.2024	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
27.12.2024-1.01.2025	Zwardoń	Beskid Śląski	SNOW DIVISION	605 732 025	
30.12.2024-4.01.2025	Szczyrk	Beskid Śląski	START-BESKID	602 692 845	biuro@startbeskid.pl
30.12.2024-4.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
2-7.01.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
6-11.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
6-11.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
13-18.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
13-18.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
18-25.01.2025	Livigno	Włochy	JAFI SPORT	660 490 355	jafi@jafisport.pl
20-25.01.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
20-25.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
20-25.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
26-31.01.2025	Kluszkowce	Gorce	Multi Sport HASKI	605 949 727	atomicgs@gmail.com
27.01-1.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
27.01-1.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
27.01-1.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
1-8.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
1-8.02.2025	Arta Terme-Zancolan	Włochy	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
8-15.02.2025, 1-8.02.2025	Falcade- San Pellegrino	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
3-8.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
3-8.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
3-8.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
8-15.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
10-15.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
10-15.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
10-15.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
16-21.02.2025	San Pellegrino	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
16-21.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
17-22.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
17-22.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025	Val di Fiemme	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
23-28.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
24.02-1.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
24.02-1.03.2025	Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
3-8.03.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
3-8.03.2025	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
3-8.03.2025	Szczyrk	Beskid Śląski	START-BESKID	602 692 845	biuro@startbeskid.pl
3-8.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
8-15.03.2025	Nassfeld	Austria	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	124 216 745	snglosator@sto64.krakow.pl
10-15.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.03.2025	Paganella	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
28.04-3.05.2025	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl

KURSY NA STOPIEŃ POMOCNIKA INSTRUKTORA – CZĘŚĆ METODYCZNO-SPORTOWA

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
11-16.11.2024, 20-25.10.2024	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
24.02-2.03.2025, 10-16.02.2025, 30.12.2024-4.01.2025, 26-31.12.2024, 21-26.12.2024, 16-21.12.2024, 1-8.12.2024	Czarnów, Mala Upa, Harrachov, Mlade Buky, Stubaital	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
9-14.12.2024, 2-7.12.2024	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
2-7.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
9-14.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
16-21.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
16-21.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025, 16-21.02.2025, 9-14.02.2025, 2-7.02.2025, 26-31.01.2025, 19-24.01.2025, 12-17.01.2025, 26-31.12.2024, 17-22.12.2024	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
23-28.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
26-31.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
27.12.2024-1.01.2025	Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
30.12.2024-4.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
1-6.02.2025, 18-23.01.2025, 30.12.2024-4.01.2025	Jaworzyna Krynicka	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
1-6.01.2025	Szczyrk/Wisła	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
2-7.01.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
23-28.02.2025, 9-14.02.2025, 26-31.01.2025, 2-7.01.2025	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
6-11.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
6-11.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
16-21.02.2025, 7-12.01.2025	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	MAJER PRO	18 207 70 85, 601 452 345	marekmajerczyk@gmail.com
13-18.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
13-18.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
20-25.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
20-25.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
27.01-1.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
27.01-1.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
27.01-1.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
1-6.02.2025	Kluszkowce	Gorce	Multi Sport HASKI	605 949 727	atomicgs@gmail.com
3-8.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
3-8.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
8-15.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
8-15.02.2025	Falcade- San Pellegrino	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
10-15.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
10-15.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
10-15.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
16-21.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
17-22.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
24.02-1.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
24.02-1.03.2025	Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
3-8.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
10-15.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.03.2025	Paganella	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
27.04-4.05.2025	Pitztal- Plangeross	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
28.04-3.05.2025	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl

KURSY NA STOPIEŃ POMOCNIKA INSTRUKTORA – CZĘŚĆ TECHNICZNA

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
11-16.11.2024, 20-25.10.2024	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
23-30.11.2024	Kaunertal / Pitztal	Austria	SNOW WAY	603 656 232	info@snow-way.pl
24.02-2.03.2025, 10-16.02.2025, 30.12.2024-4.01.2025, 26-31.12.2024, 21-26.12.2024, 16-21.12.2024, 1-8.12.2024	Czarnów, Mala Upa, Harrachov, Mlade Buky,	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
9-14.12.2024, 2-7.12.2024	Kronplatz	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
2-7.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
8-13.12.2024	Passo Tonale	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
9-14.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
15-20.12.2024	Szczyrk	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
16-21.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
16-21.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025, 16-21.02.2025, 9-14.02.2025, 2-7.02.2025, 26-31.01.2025, 19-24.01.2025, 12-17.01.2025, 26-31.12.2024, 17-22.12.2024	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
23-28.12.2024	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
15-20.02.2025, 8-13.02.2025, 1-6.02.2025, 25-30.01.2025, 18-23.01.2025, 11-16.01.2025, 4-9.01.2025, 29.12.2024-3.01.2025, 23-28.12.2024	Jaworzyna Krynicka	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
26-31.12.2024	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
26-31.12.2024	Szczyrk	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
26-31.12.2024	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
17-22.02.2025, 3-8.02.2025, 20-25.01.2025, 27.12.2024-1.01.2025	Szczyrk	Beskid Śląski	ŚMIG	602 776 162	biuro@smig.szczyrk.pl
27.12.2024-1.01.2025	Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
30.12.2024-4.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
10-15.02.2025, 1-6.01.2025	Bukowina Tatrzańska	Tatry i Podhale	MAJER PRO	18 207 70 85, 601 452 345	marekmajerczyk@gmail.com
6-11.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
6-11.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
13-18.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
13-18.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
20-25.01.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
20-25.01.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
20-25.01.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
26-31.01.2025	Kluszkowce	Gorce	Multi Sport HASKI	605 949 727	atomicgs@gmail.com
27.01-1.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
27.01-1.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
1-8.02.2025	Zieleniec Sport Arena	Kotlina Kłodzka	AKADEMICKA SZKOŁA NARCIARSKA	502 327 009, 601 956 919, 693 185 378	asnakademicka@gmail.com
1-8.02.2025	Falcade- San Pellegrino	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
3-8.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
3-8.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
3-8.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
10-15.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
10-15.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
16-21.02.2025	San Pellegrino	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
16-21.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
17-22.02.2025	WISŁA SOSZÓW	Beskid Śląski	NARTUS	508 070 676, 508 070 677	biuro@nartus.pl
17-22.02.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.02.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
23-28.02.2025	Val di Fiemme	Włochy	PAUL ACADEMY	509 989 822	biuro.paul@gmail.com
23-28.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
24.02-1.03.2025	Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-1.03.2025	Bukowina Tatrzańska/Białka Tatrzańska	Tatry i Podhale	TIME 4 SKI	518 488 959	
3-8.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
10-15.03.2025	Harenda Zakopane	Tatry i Podhale	HSKI HARENDA ZAKOPANE	534 140 447	wojtek@hski.pl
17-22.03.2025	Paganella	Włochy	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
27.04-4.05.2025	Pitztal-Plangeross	Austria	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
28.04-3.05.2025	Stubai	Austria	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl

SZKOLENIE PODSTAWOWE

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
21.09.2024-22.06.2025	Capital Ski, Górka Szczęśliwicka	Szczęśliwice - Warszawa	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
7-11.11.2024	Pitztal	Austria	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
26.04-4.05.2025, 9-16.11.2024	Pitztal- Plangeross	Austria	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
23-30.11.2024	Kaunertal / Pitztal	Austria	SNOW WAY	603 656 232	info@snow-way.pl
16-23.03.2025, 2-9.02.2025, 1-7.12.2024	Czarnów, Mala Upa, Harrachov, Mlade Buky, Stubaital, San Martino di Castrozza	Karkonosze	SKI ACADEMY DEMO TEAM POLAND	607 462 038	info@demoteam.eu
1.12.2024-31.03.2025	Szczyrk	Beskid Śląski	STANISŁAW-SKI	696 235 305, 792 618 718	info@stanislawski-sport.com
6-14.12.2024	Grossglockner Resort Kals-Matrei	Austria	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
6-15.12.2024	Skirama Dolomiti Adamello Brenta	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
7.12.2024-22.02.2025	Spytkowice, Kluszkowce, Jurgów	Tatry i Podhale	GLOSATOR SN przy III Społecznym Liceum LO w Krakowie	12 421 67 45	snglosator@sto64.krakow.pl
8-15.12.2024	Alta Badia - Corvara	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
13-21.12.2024	Grossglockner Resort Kals-Matrei	Austria	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
14.12.2024-15.03.2025	Kluszkowce	Gorce	Multi Sport HASKI	605 949 727	atomicgs@gmail.com
14.12.2024-16.03.2025	Koziniec Czarna Góra	Tatry i Podhale	Akademia Białego Misia	534 802 802	
15.12.2024-23.03.2025	Zwardoń	Beskid Żywiecki	SNOW DIVISION	605 732 025	
15.12.2024-20.04.2025	Jaworzyna Krynicka	Beskid Sądecki	JAWORZYNA SKI & SNOWBOARD	512 203 000	info@szkolajaworzyna.pl
20.12.2024-30.03.2025	Poronin Suche	Tatry i Podhale	PTAK-TEAM	601 501 423	szkola@ptak-team.pl
22.02-1.03.2025, 15-22.02.2025, 8-15.02.2025, 1-8.02.2025, 25.01-1.02.2025, 28.12.2024-4.01.2025	Falcade- San Pellegrino	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
26.01-1.02.2025, 19-25.01.2025	Małe Ciche	Tatry i Podhale	CAR-TOURIST	52 322 19 45, 601 662 227	info@cartourist.com
19.01-28.02.2025	Andalo	Włochy	DOLOMITY TOUR	322 598 203	dolomity@dolomity.com.pl
19.01-28.02.2025	Pinzolo	Włochy	DOLOMITY TOUR	322 598 203	dolomity@dolomity.com.pl
19.01-28.02.2025	Falcade	Włochy	DOLOMITY TOUR	322 598 203	dolomity@dolomity.com.pl
19.01-28.02.2025	San Martino di Castrozza	Włochy	DOLOMITY TOUR	322 598 203	dolomity@dolomity.com.pl
19.01-2.02.2025	Murzasichle, Jurgów	Tatry i Podhale	BLUES CARV	606 644 345, 698 063 057	bluescarv@wp.pl
31.01-9.02.2025	Val di Fiemme	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
8-16.02.2025	San Pellegrino - Alpe Lusia	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl

TERMIN	MIEJSCE	REGION	ORGANIZATOR	TELEFON	E-MAIL
14-22.02.2025	Tre Valli - Bellamonte Moena- Alpe Lusia, Falcade	Włochy	FAN-SPORT	604 935 409	biuro.fansport@gmail.com
15-23.02.2025	San Pellegrino - Alpe Lusia	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
15-23.02.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
17-21.02.2025	Chyrowa	Inne	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl
23.02-1.03.2025	Kluszkowce	Pieninny	FAN-SPORT	604 935 409	biuro.fansport@gmail.com
23.02-2.03.2025	Pinzolo	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24.02-2.03.2025	Murzasihle	Tatry i Podhale	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl
24-28.02.2025	Chyrowa	Inne	MAXISPORT	606 141 330	ms@maxisport.com.pl
7-16.03.2025	Civetta	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
9-14.03.2025	Andalo	Włochy	DOLOMITY TOUR	322 598 203	dolomity@dolomity.com.pl
14-23.03.2025	Skirama Dolomiti Adamello Brenta	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
15-22.03.2025	Ser Chevalier	Francja	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
21-30.03.2025	Dolina Aosty	Włochy	WYSOCKI-SKI	91 831 46 46, 607 115 116	biuro@wysocki-ski.pl
22-29.03.2025	Zoldo Alto- Civetta	Włochy	FABRYKA NARCIARZY	506 124 112	info@fabrykanarciarzy.pl
26.04-3.05.2025	Livigno	Włochy	G.B.SPORT	509 751 441, 603 121 020	gbsport@gbsport.pl

Cennik 2024/2025

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.

	CENNIK	2024/2025	UWAGI
	SKŁADKA SITN		
1	pełna	**120**	
2	dla czł. Klubu Instr. SENIORÓW	**60**	
3	dla młodzieży (rocznik 2003 i młodsi w roku 2023; rocznik 2004 i młodsi w 2024)	**90**	do 20 roku życia
	OPŁATY DLA SZKÓŁ NARCIARSKICH		
4	Licencja "SITN+PASS" (dawniej "A+B") + wpis do katalogu SN	**1500**	1300 po udziale w akcji „Bezpiecznie na narty z POL-SKI Instruktorem”
5	Licencja „A” + wpis do katalogu SN	**1400**	1200 po udziale w akcji „Bezpiecznie na narty z POL-SKI Instruktorem”
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)	**60**	
8	Opłata licencyjna uzupełniająca po KK biegowym	**10**	
9	Zgłoszenie kursu kadrowego (zgłoszenie każdej części PI wynosi 80 zł)	**80**	
10	Zgłoszenie kursu kadrowego kwalifikacyjnego biegowego	**50**	
	WYDAWNICTWA		
11	Indeks narciarza (szkolenie kadrowe na stopnie SITN)	**30**	Duplikat z wpisami z bazy danych: 90 zł

	CENNIK	2024/2025	UWAGI
12	Program Nauczania Narciarstwa Zjazdowego + płyta CD	**80**	130 zł dla osób spoza SITN
13	Program Nauczania Telemarku	**70**	90 zł dla osób spoza SITN
14	Program Nauczania Narciarstwa Zjazdowego Dzieci	**90**	120 dla osób spoza SITN
15	Od Ruady do Carvingu	**25**	
16	Bezpieczeństwo w górach	**25**	
	SZKOLENIA		
17	Centralny Kurs Młodszego Instruktora	**2200**	
18	Centralny Kurs Instruktora – cz. techniczno-sportowa	**2100**	
19	Centralny Kurs Instruktora – cz. metodyczna	**2100**	
20	Opłata za każdy dzień szkolenia na CKI	**300/dzień**	
21	Egzamin poprawkowy po CKI i CKMI	**280**	
22	Opłata za każdy dzień szkolenia na CKMI	**360/dzień**	
23	Unifikacja	**700**	dla seniorów 420 zł, tylko podczas unifikacji Klubu Instruktorów Seniorów
24	Unifikacja dla IZ	**900**	
25	Część teoretyczna Centralnego Kursu Instruktora	**1000**	Absolwenci studiów kierunki w.f., sport, kierunki medyczne, zwolnieni są z części zajęć. Wówczas cena: 800 zł.
26	Kurs lawinowy	**1350**	w tym ubezpieczenie od podwyższonego ryzyka
27	Kurs skiturowy	**1600**	w tym ubezpieczenie od podwyższonego ryzyka
28	Centralny Kurs Instruktora Zawodowego	**3200**	w tym ubezpieczenie od podwyższonego ryzyka
29	Kurs Sitnusiowy	**500**	
30	Centralny kurs Instruktora Biegów	**1300**	1500 zł dla osób spoza SITN
31	Unifikacja biegowa na nartach lub nartorolkach	**600**	

	CENNIK	2024/2025	UWAGI
32	Kurs nartorolkowy	**600**	
33	Centralny Kurs Pomocnika Instruktora Telemarku	**1100**	
34	Centralny Kurs Instruktora Telemarku	**1100**	
35	Kurs ustawiania slalomów	**1200**	
	LEGITYMACJE, ODZNAKI		
36	IVSI: Legitymacja IVSI	**140**	
37	IVSI: Legitymacja IVSI (dla kierowanych z SITS)	**210**	
38	IVSI: duplikat legitymacji IVSI	**100**	
39	IVSI: wymiana legitymacji na nową plastikową (od 2010 obowiązują wyłącznie legitymacje plastikowe)	**50**	
40	IVSI: Znaczek prolongujący IVSI	**80**	
41	IVSI: Znaczek prolongujący IVSI (dla członków SITS)	**200**	
42	IVSI: Odznaka duża IVSI	**50**	
43	IVSI: Odznaka mała IVSI	**30**	
44	ISIA: Legitymacja ISIA	**150**	
45	ISIA: duplikat legitymacji ISIA	**100**	
46	ISIA: znaczek prolongujący ISIA	**140**	
47	ISIA: odznaka mała/duża	**30/50**	
48	Legitymacja Demonstratora Szkolnego + odznaka	**40**	
49	Legitymacja Pomocnika Instruktora	**110**	
50	Legitymacja Młodszego Instruktora	**110**	
51	duplikat legitymacji Pomocnika Instruktora	**50**	
52	Legitymacja Instruktora po CKI	**150**	
53	Legitymacja Instruktora po AWF	**250**	
54	duplikat legitymacji Instruktora	**100**	
55	Odznaka SITN, PI, I, IW (każda)	**30**	
56	Naszywka SITN lub prasowanka SITN	**30**	

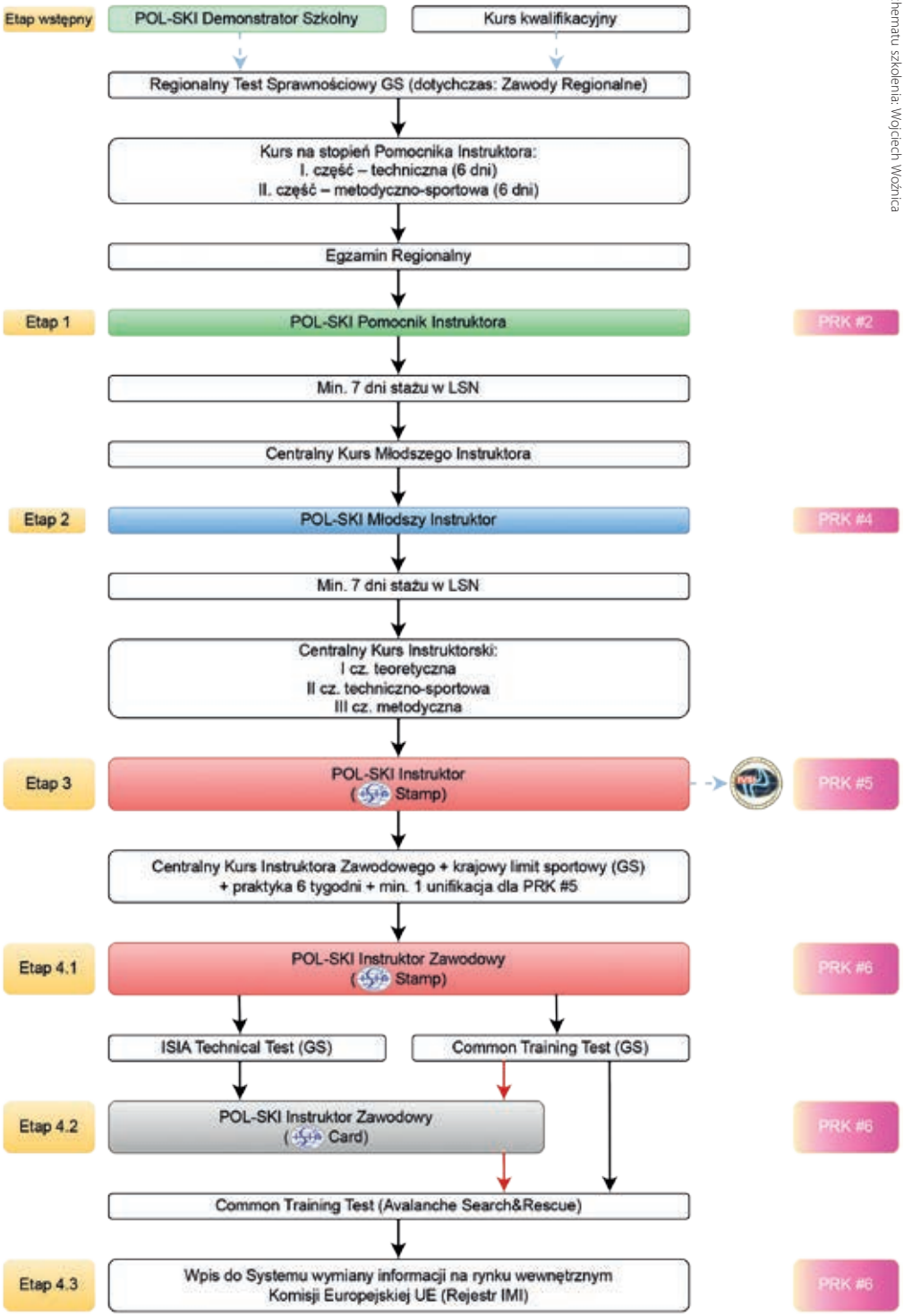
	CENNIK	2024/2025	UWAGI
57	Miniaturka odznaki SITN	**25**	
58	Legitymacja Instruktora Zawodowego	**150**	
59	Legitymacja Instruktora Biegów	**150**	
60	Wydanie nowej legitymacji po unifikacji	**60**	
	ZAWODY, SPRAWDZIANY		
61	Regionalny Test Sprawnościowy GS (kwalifikacja na kurs PI)	**80**	
62	Opłata egzaminacyjna (Egzamin Regionalny dla PI)	**300**	
63	Sprawdzian na współczynniki dla IW oraz zgłoszonych przez SN instruktorów	**60**	
64	Mistrzostwa Demonstratorów	**60**	
65	Zawody o Puchar Prezesa im. Z. Kuci	**60**	
66	61 MPI – Mistrzostwa Polski Instruktorów	**200**	JT – 100 zł oraz GS – 100 zł
	SZKOLENIE SITNUSIOWE		
67	Odznaka pocieszenia Sitnusia	**12**	
68	Indeks Sitnusiowy	**18**	
69	Maskotka Sitnusia	**40**	
70	Wypożyczenie stroju Sitnusia na tydzień	**200**	

ROZPROWADZANE SĄ PRZEZ SZKOŁY 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.

SCHEMAT SZKOLENIA I CERTYFIKACJI **INSTRUKTORÓW NARCIARSTWA ALPEJSKIEGO**
SITN 2024/2025



Projekt schematu szkolenia: Wojciech Woźnica

NOWOŚĆ

HERO ELITE ST

ZAWODNICZA PRECYZJA, KTÓRĄ POCZUJESZ W KAŻDYM ZAKRĘCIE.

Hero Elite ST TI zostały stworzone z myślą o zaawansowanych narciarzach. Inspirowane nartami slalomowymi, są idealnym wyborem dla osób poszukujących szybkich, precyzyjnych skrętów na wymagających trasach.

TECHNOLOGIA PRZYSZŁOŚCI

stworzona dla najlepszych

CYPRIEN SARRAZIN
Kitzbühel Hero

ROSSIGNOL

www.rossignol.com