

Sezon 2005/2006

- 1. W Polsce i Austrii *** Po ostatnich mistrzostwach świata juniorów w skokach, rozegranych w fińskim Rovaniemi na jednym z for internetowych znalazłem następujące pytanie i odpowiedź:
"- Kto to Arthur Pauli?
- A wiecie ze Arthur Pauli jest Polakiem urodzonym w Tyrolu i świetnie mówiącym po polsku?!"
Nie muszę chyba przypominać, że Artur zdobył w tym roku (jako reprezentant Austrii) tytuł wicemistrza świata juniorów właśnie w skokach. Ma 16 lat, mieszka w tyrolskim Erhwaldzie, startuje w barwach klubu SC Ehrwald. >>>>
- 2. Informacje o zapisach *** 16.05.2005. Uprzejmie informujemy, że trwają zapisy dzieci do SN i SKS AESCULAP na sezon 2005/2006. W ramach czesnego oferujemy naszym uczestnikom zajęcia suchej zaprawy na sali gimnastycznej, zajęcia turystyki górskiej, naukę jazdy na nartach, transport na miejsce zajęć. W trakcie sezonu kilkakrotnie organizujemy sprawdziany narciarskie, przeprowadzamy "Zawody Rodzinne" dla dzieci i ich rodziców oraz "Zawody o Puchar Skrzata" dla najmłodszych. Pod koniec zimy bawimy się wszyscy na tradycyjnej "Maskaradzie" (przebierają się dzieci, rodzice, instruktorzy). Członkom Szkoły i Klubu udzielamy między innymi, zniżek na wyciągi w Mikrostacji Sportów Zimowych na Łysej Górze. >>>>
- 3. Ankieta badawcza *** 20.05.2005. Marta Sosnowska jest instruktorką w Szkole Narciarskiej Aesculap i studiuje na Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu na Wydziale Fizjoterapii. W chwili obecnej przygotowuje się do pisania pracy magisterskiej, której tematem są najczęstsze urazy i ich przyczyny w narciarstwie zjazdowym. W związku z tym, Marta zwraca się z prośbą do Gości odwiedzających naszą witrynę o wypełnienie ankiety. >>>>
- 4. 50 lat jeleniogórskiego tenisa *** 21 maja 2005 r. na kortach przy hotelu "Skalny" w Karpaczu odbyło się spotkanie z okazji wydania książki "50 lat jeleniogórskiego tenisa", której autorem jest Roman Prystrom, najlepszy zawodnik naszego miasta w latach 50. i 60 (i jeden z lepszych na Dolnym Śląsku). Na spotkanie przybyli twórcy jeleniogórskiego tenisa, działacze, zawodnicy - osoby zasłużone dla sportu dolnośląskiego, osoby z wielu miast polskich. Honorowymi gośćmi byli Starosta Jeleniogórski Jacek Włodyga oraz Rektor Kolegium Karkonoskiego w Jeleniej Górze Tomasz Winnicki i dr Marian Michalski. >>>>
- 5. Rowerem z Jeleniej na Łysą Górę *** 26.05.2005. Zwiększa się ilość szlaków rowerowych w Górach Kaczawskich. Urząd Gminy Jeżów Sudecki wydał właśnie nową mapę, na której znaleźliśmy ciekawe warianty tras w rejonie Grzbietu Małego i Południowego. Z radością komunikujemy, że jeden z tych szlaków przechodzi przez Łysą Górę i łączy się z istniejącą już od jakiegoś czasu pętlą treningową wytyczoną wokół naszej mikrostacji. Teraz rowerzyści mogą trafić tutaj z Jeżowa, Pilchowic, Czernicy i Chrośnicy a przede wszystkim z jeleniogórskiego Zabobrza. >>>>
- 6. I znowu mamy Łysogórki ! *** 29.05.2005. Ruszyła letnia karuzela na Łysej Górze. Niedawno jeszcze zjeżdżaliśmy tu na nartach, teraz przyszedł czas na zawody rowerowe MTB. Odbyła się już pierwsza edycja Łysogórek 2005. Na starcie pojawili się bikerzy z Jeleniej Góry, Wrocławia, Wojcieszowa, Janowic Wielkich, Karpacza, Piechowic, Legnicy, Kowar, Rzaśnika, Zlotoryi i Bolesławca. Przyszło im dzisiaj walczyć w nieznośnym upale, żar lał się z nieba... Do mety wszyscy dojeżdżali bardzo zmęczeni. Zgromadzona przy schronisku na szczycie góry publiczność nie szczędziła im braw. >>>>
- 7. Korekta trasy rowerowej *** 8.06.2005. Nie tak dawno temu pisaliśmy o nowych trasach rowerowych w Górach Kaczawskich. Po pojawieniu się artykułu w Internecie, odezwali się właściciele, przez których grunty (w okolicach Łysej Góry) przebiega fragment żółtego szlaku - jeden z wariantów dojazdu do schroniska. W związku z tym, że nie wyrazili oni zgody na to turystyczne przedsięwzięcie, trasa musi ulec zmianie. Nadal będzie biegła w kierunku Łysej Góry ale zostanie poprowadzona inaczej, okrąży omawiany teren. Przypominamy, że informację

o trasie podaliśmy (dnia 26.05.2005) na podstawie mapy wydanej w 2005 roku przez Gminę Jeżów Sudecki. Wkrótce przedstawimy Wam tutaj korektę drogi do nas, ale już teraz podpowiadamy, że na Łysą Górę można dojechać od strony Dziwiszowa (drogą przez wieś) lub od Chrośnicy. Jednocześnie informujemy, że tzw. "Trasa treningowa" - zielona (ta, na której odbywają się zawody MTB Łysogórki) będzie czynna w dotychczasowym kształcie tylko do końca br. roku (powód - ten sam). Później również będzie skorygowana. >>>

8. **Wyścigi na hulajnogach** * 11.06.2005. Mamy za sobą pierwsze w historii Łysej Góry wyścigi na hulajnogach. W zjazdach wzięli udział pracownicy biura SN i SKS AESCULAP, Mikrostacji Sportów Zimowych oraz dzierżawcy współpracujący z Aesculapem i Łysą Górą. Rozegrane zostały dwie konkurencje: slalom równoległy oraz jazda na czas. Jak przewidywaliśmy, emocji było wiele, tym bardziej, że ekipy sportowe jeżdżą na hulajnogach nie od dziś, znają swoje rzemiosło znakomicie :) Wszyscy dobrze przygotowali się do zawodów. W trakcie ostrej rywalizacji nie obyło się bez wywrotek na trasie. Jednak lądowania były miękkie a to za sprawą puszystego trawnika na trasie zjazdowej mikrostacji. Startowało 19 zawodników. >>>
9. **Niedziela na dwóch kółkach** * 22.06.2005. W najbliższą niedzielę (26.06) w Mikrostacji Sportów Zimowych na Łysej Górze odbędą się cykliczne zawody rowerowe MTB "Łysogórki 2005" oraz wyścigi w slalomie na hulajnogach - ciekawych pojazdach, na których można zjeżdżać po trawie a także podjeżdżać do góry wyciągiem. Obie imprezy odbędą się jedna po drugiej. Początek zawodów MTB, jak zawsze - godz. 11.00, natomiast start do slalomu na hulajnogach - godz. 13.00. Informacje o "Łysogórkach" (regulamin, wyniki, fotografie) znajdziesz [tutaj](#). Zainteresowanych jazdą na hulajnogach odsyłamy do [fotoreportażu](#) z ostatnich zawodów i [regulaminu](#) (kliknij linki). Zapraszamy.
10. **Na dwóch kółkach we mgle** * 26.06.2005. Ranek był mglisty, od czasu do czasu mżyło nieprzyjemnie. Żadne Łysogórki w swojej historii nie zaczynały się tak nieciekawie. Widoczność na szczycie dostateczna. Spojrzeliśmy po sobie - grozi zero zainteresowania :) naszymi zawodami. A jednak nie... Okazało się, że pogoda nie odstraszyła bikerów, pojawili się prawie wszyscy starzy bywalcy imprezy, nowych postaci także sporo. I choć było dzisiaj dość mokro na ścieżkach wyścig przebiegał bez przeszkód. Jedynie koszulki zawodników szarzały stopniowo... Twarze kolarzy umorusane, rowery zabłocone do ostatnich granic. >>>
11. **Trasy rowerowe w Górach Kaczawskich** * 30.06.2005. Zakończono już prawie znakowanie nowych tras rowerowych na terenie Gminy Jeżów Sudecki. Jak to obiecywaliśmy wcześniej, została także dokonana korekta trasy Jelenia Góra - Łysa Góra. Można już jeździć do nas także przez Chrośnicę szlakiem żółtym i czarnym (czytaj opis znajdujący się [tutaj](#) i obejrz [mapkę](#)). Trasa jest bardzo urozmaicona. Rozpoczynamy jazdę na Zabobrze III (droga do Jeżowa Sudeckiego - tzw. "zabobrzeński skrót"). Początkowo jedziemy przez poligon (z nazwy - już nie istnieje), kierując się do dawnego basenu. Następnie mała pętla pod Szybowiskiem i "skok" przez las i szosę legnicką do Dziwiszowa przez przypałacowy park krajobrazowy, a raczej jego wspomnienie - wraca bowiem do stanu naturalnego, co nie umniejsza wcale uroków tego miejsca. W okolicy dawnych stawów hodowlanych są zachwycające aleje dębowe, cisza i spokój! >>>
12. **Międzyparafialne zawody w zjeździe na hulajnodze** * 9 lipca 2005 roku w naszej mikrostacji odbyły się kolejne wyścigi w zjeździe na hulajnogach. Powoli przyzwyczajamy się już do widoku żółtych kolobieżek (z czeskiego: "kolo" →rower) mknących w slalomowym rytmie po trawnikach Łysej Góry. W tej rywalizacji udział wzięły drużyny parafialne. Zawodnicy musieli pokonać trzy razy specjalnie przygotowany tor slalomowy (nieco przypominający narciarski slalom gigant - łącznie z oprawą zawodów, pomiarem czasu itp.). W rozgrywce decydowała suma dwóch lepszych czasów z trzech przejazdów. Na wynik drużyny złożyła się suma czasów trzech zawodników. >>>
13. **Lipcowe Łysogórki** * 31 lipca 2005 roku odbędą się na Łysej Górze kolejne zawody rowerowe MTB z cyklu "Łysogórki 2005". Bikerzy spotkają się w Górach Kaczawskich już po raz trzeci w

tym roku. Aktualna punktacja "open" po dwóch wyścigach dostępna jest na stronie [Łysogórek](#). Przypominamy, że kto zbierze przez całe lato największą ilość punktów ten zdobędzie główną nagrodę w postaci bezpłatnego biletu na wyciągi w Mikrostacji Sportów Zimowych. Zaraz po zakończeniu tej kolarskiej imprezy zostanie rozegrany wyścig na czeskich kolobieżkach, czyli zjazdowych hulajnogach na czas. Zapraszamy wszystkich do spróbowania tego ciekawego sportu. Po zjeździe na [torze slalomowym](#) podjazd na hulajnodze odbywa się wyciągiem narciarskim. Na uczestników czekają nagrody niespodzianki.

14. **III edycja Łysogórek za nami** * 31.07.2005. Wczesnym rankiem Łysa Góra tonęła we mgle. Po godzinie dziewiątej rozpozodziło się. Po nocnym deszczu trasa była jednak mokra i podobnie jak miesiąc temu sprawiała pewne kłopoty zawodnikom. A w szczególności podjazdy, na których koła rowerów ślizgały się i momentami bikerzy byli zmuszeni podbiegać pod górę. Woda i błoto znowu "okrasily" wyścigi. Jak się okazało, niektórzy górale lubią takie warunki - błotne kąpiele im nie strasze :) W każdym razie na mecie nikt nie narzekał. Z przyjemnością odnotowujemy fakt pojawienia się na naszych zawodach nowych uczestników. Dzisiaj po raz pierwszy w historii "Łysogórek" wystartowali sympatyczni reprezentanci Wrocławskiego Klubu Kolarskiego. >>>
15. **Łysa Góra Morska** * 22.08.2005. Mamy jeszcze lato, do sezonu zimowego daleko... Ale o nartach można marzyć już teraz. Jako dowód przytaczamy list od Przema, który wypoczywał nad Bałtykiem; biegał po plaży, pływał ale myślami błędził cały czas po zboczach Łysej Góry. Oto co napisał do nas sympatyczny FAN kaczańskich tras: *"Na początku sierpnia byłem z rodziną w Niechorzu, nad morzem. Wraz z ojcem wpadliśmy na pomysł żeby zbudować "MORSKĄ ŁYSĄ GÓRĘ". Zbudowaliśmy ją z morskiego piasku i z patyczków z pobliskich drzew. Wszystko - ze szczegółami, tylko że: na stoku z morskiego piasku zmieściły się trzy wyciągi a nie 5, jak jest w rzeczywistości. Zrobiliśmy nawet mały spad który znajduje się przy 1/3 stoku przy barze na dole. Zresztą... proszę tylko spojrzeć na zdjęcia".* >>>
16. **Czwarte Łysogórki** * 23.08.2005. Zbliży się termin kolejnych zawodów rowerowych MTB. Kolarze górscy spotkają się na Łysogórskim crossie już po raz czwarty w tym roku. Rywalizacja w klasyfikacji "open" nabrała rumienców - w chwili obecnej na prowadzeniu znajduje się Joanna Bacior (Jelenia Góra) z 60 punktami. Tuż za nią, z dorobkiem 55 pkt. znajdują się: Karolina Repczyńska (Wojcieszów) i Kamil Drąg (Jelenia Góra). W rywalizacji tej punkty zdobyło do tej pory 70 osób (szczegóły [tutaj](#)). Zapisy w dniu zawodów - 28.08.2005, na Łysej Górze (przy kawiarni na szczycie) od godz. 9.00 do 10.30. Start pierwszej grupy jak zawsze - o godz. 11.00. Zaraz po zakończeniu tej kolarskiej imprezy zostanie rozegrany wyścig na czeskich kolobieżkach, czyli zjazdowych hulajnogach, na czas. Weź w nim udział. Zapraszamy! >>>
17. **Łysa Góra w historycznych obrazach** * 27.08.2005. Mikrostacja Sportów Zimowych Łysa Góra - Dziwiszów budowana jest i prowadzona przez Szkołę Narciarską i Sudecki Klub Sportowy Aesculap. To piękne miejsce w Górach Kaczawskich jest bazą zimową i letnią stowarzyszenia a jednocześnie służy społeczeństwu jeleniogórskiemu. Przyjeżdżają tu również turyści z całej Polski a także z zagranicy. Począwszy od lat 80-tych Szkoła i Klub własnymi siłami przeprowadza kolejne inwestycje, stopniowo poszerzając ofertę mikrostacji. W 1982 roku, kiedy zrodził się pomysł utworzenia ośrodka (twórcą jest Stanisław Raźniewski a kontynuatorką jego dzieła - Teresa Raźniewska), Łysa Góra była zarośnięta wysoką trawą, krzakami i chwastami. Tereny dziewicze, dzikie i nietknięte ludzką stopą. >>>
18. **Wyścig w słońcu** * 28.08.2005. Pogoda dopisała wreszcie. Nad Górami Kaczawskimi niebo było błękitne, trawa sucha, powietrze czyste jak kryształ, wiatru brak. Ciepło - temperatura 20 C, a więc idealne warunki do przeprowadzenia zawodów. Na starcie stanęło 50 zawodników, pojawiło się również sporo kibiców, którzy okrzykami zachęcali kolarzy do wysiłku. Wyścigi odbywały się na znanej już wszystkim trasie. Wszystko rozstrzygnęło się jak zwykle na podjazdach, które stanowią tutaj nie lada wyzwanie dla bikerów. Większość z nich nie schodziła z rowerów - świadczy to o tym, że na Łysogórskiej trasie walczyli dzisiaj "sami mocni". >>>

19. **Maja zdobyła srebrny medal** * 4.09.2005. Jeleniogórzanka - Maja Włoszczowska zdobyła we włoskim Livigno srebrny medal mistrzostw świata w kolarstwie górskim. Gratulujemy! Maja pisze na swojej stronie internetowej: *"Od kiedy pamiętam sport był moim hobby. Tego bakcyła zaszczerpiła we mnie moja mama, dla której wszelkie formy ruchu są nieodłącznym elementem życia. W czasach swojej edukacji uprawiała wszystkie dostępne dyscypliny sportu i oczywiście w każdej z nich była najlepsza J. Gdy pojawiły się dwa diabelki, czyli mój brat Michał i ja, nie miała innego wyjścia jak zabierać nas ze sobą na wszystkie sportowe eskapady. I tak, zimą jeździliśmy na nartach..." >>>*

20. **A teraz do Turynu** * 13.09.2005. Po minionym udanym sezonie i zdobyciu Pucharu Europy w slalomie Katarzyna Karasińska szykuje się do olimpiady zimowej w Turynie. Wraz koleżankami z kadry pracownicy spędziła lato, biorąc udział w zgrupowaniach, którymi kierowali trenerzy Roland Bair i Jan Bisaga. Między innymi w Kaunertalu, gdzie trenowała konkurencje szybkościowe a w ramach treningu uzupełniającego grała w hokej na rolkach. Ciekawy etap przygotowań stanowiły zajęcia na sztucznym śniegu w Holandii. Można tam uprawiać narciarstwo w środku lata w wielkich halach, gdzie na stokach o kilkusetmetrowej długości możliwe jest ustawienie nawet slalomu giganta. >>>

21. **Zapowiedź finału Łysogórek** * 15.09.2005. W ostatnią niedzielę września (**25.09.2005**) odbędzie się na Łysej Górze piąty z kolei wyścig rowerowy MTB z cyklu "Łysogorki 2005". Tego dnia zostanie podsumowana klasyfikacja w kategorii "open" (do tej pory punkty zdobyło 85 osób). Zawody zostaną rozegrane na znanej już trasie - zamkniętej pętli poprowadzonej na terenie stacji narciarskiej oraz leśnymi ścieżkami masywu Łysej Góry w Górach Kaczawskich. Zapraszamy bywalców tej imprezy oraz wszystkich entuzjastów roweru górskiego. Zapisy jak zwykle - od godz. 9.30, start pierwszej grupy o 11.00. Szczegóły oraz galeria z setką fotografii znajduje się pod tym [linkiem](#). Zaraz po zakończeniu tej kolarskiej imprezy zostanie rozegrany wyścig na zjazdowych hulajnogach na czas. >>>

22. **Zatrudnimy instruktora w sezonie 2005/2006** * 4.07.2005. Szkoła Narciarska i Sudecki Klub Sportowy Aesculap zatrudni instruktora narciarstwa w nowym sezonie 2005/2006. Wymagania: posiadanie stopnia instruktora PZN z uprawnieniami do szkolenia (od ostatniej unifikacji okres ważności legitymacji instruktora PZN wynosi 3 lata) oraz opłacone składki członkowskie SITN za rok 2005 i 2006. Również instruktorów i wychowanków, z którymi dotychczas współpracowaliśmy prosimy o kontakt. Informacje o najbliższych unifikacjach znajdziesz [tutaj](#).

23. **Łysa Góra w historycznych obrazach** * 2005-08-27 21:56



Mikrostanja Sportów Zimowych Łysa Góra - Dziwiszów budowana jest i prowadzona przez Szkołę Narciarską i Sudecki Klub Sportowy Aesculap. To piękne miejsce w Górach Kaczawskich jest bazą zimową i letnią stowarzyszenia a jednocześnie służy społeczeństwu jeleniogórzkiemu. Przyjeżdżają tu również turyści z całej Polski a także z zagranicy. Począwszy od lat 80-tych Szkoła i Klub własnymi siłami przeprowadza kolejne inwestycje, stopniowo poszerzając ofertę mikrostanji. W 1982 roku, kiedy zrodził się pomysł utworzenia ośrodka (twórcą jest Stanisław Raźniewski a kontynuatką jego dzieła - Teresa Raźniewska), Łysa Góra była zarośnięta wysoką trawą, krzakami i chwastami. Tereny dziewicze, dzikie i nietknięte ludzką stopą. Istniejący od 1970 roku Aesculap, którego uczestnicy przez lata błakali się po trasach Karkonoszy, znalazł dobre i bezpieczne stoki - świetnie nadające się do szkoleń narciarskich. Od momentu postawienia pierwszego wyciągu orczykowego wychowało się tutaj kilka pokoleń młodych narciarzy z tej szkoły. Teraz trasy są szerokie, idealnie równe (trawniki są regularnie koszone), oświetlone i sztucznie naśnieżane; jest zaplecze sanitarne i gastronomiczne. >>>

24. **Maja zdobyła srebrny medal** * 2005-09-04 22:20

Jeleniogórzanka - Maja Włoszczowska zdobyła we włoskim Livigno srebrny medal mistrzostw świata w kolarstwie górskim. Gratulujemy! Maja pisze na swojej stronie internetowej: *"Od kiedy*



pamiętam sport był moim hobby. Tego bakcyła zaszczepiła we mnie moja mama, dla której wszelkie formy ruchu są nieodłącznym elementem życia. W czasach swojej edukacji uprawiała wszystkie dostępne dyscypliny sportu i oczywiście w każdej z nich była najlepsza J. Gdy pojawiły się dwa diabełki, czyli mój brat Michał i ja, nie miała innego wyjścia jak zabierać nas ze sobą na wszystkie sportowe eskapady. I tak, zimą jeździliśmy na nartach..." >>>

25. **A teraz do Turynu** * 2005-09-13 23:18



Po minionym udanym sezonie i zdobyciu Pucharu Europy w slalomie Katarzyna Karasińska szykuje się do olimpiady zimowej w Turynie. Wraz koleżankami z kadry pracownice spędziła lato, biorąc udział w zgrupowaniach, którymi kierowali trenerzy Roland Bair i Jan Bisaga. Między innymi w Kaunertalu, gdzie trenowała konkurencje szybkościowe a w ramach treningu uzupełniającego grała w hokej na rolkach. Ciekawy etap przygotowań stanowiły zajęcia na sztuczным śniegu w Holandii. Można tam uprawiać narciarstwo w środku lata w wielkich halach, gdzie na stokach o kilkusetmetrowej długości możliwe jest ustawienie nawet slalomu giganta. Po wjazdach zagranicznych dziewczyny (Katarzyna Karasińska, Dagmara Krzyżyńska, Agnieszka Gąsienica-Daniel i Aleksandra Kluś) przeniosły się do Cetineva gdzie odbyło się zgrupowanie kondycyjne. Teraz przyszła kolej na następne zgrupowania: w Austrii i Szwajcarii. Tydzień temu w Warszawie oficjalnie zaprezentowano kadrę alpejczyków na przyszłoroczne zimowe igrzyska olimpijskie w Turynie (reprezentacja zabrała się tam także z powodu spotkania z przedstawicielami Euromark Polska, który od dwóch sezonów współpracuje z Polskim Związkiem Narciarskim). Kasia, która obecnie jest najlepszą alpejką w kraju tak mówi o najbliższej przyszłości: *"W minionym sezonie dwa razy awansowałam do Pucharu Świata, przełamalam się. Teraz liczę na regularne starty w PŚ. Ściganie się z najlepszymi ma zaprocentować w Turynie. Miejsce między 15 a 20 byłoby sukcesem. Przecież od 20 lat i czasów siostr Tlalek żadna polska alpejka nie zbliżyła się do takiego wyniku"* Na podstawie: PAP/Onet.pl/PZN.pl

26. **Zapowiedź finału Łysogórek** * 2005-09-15 23:36



W ostatnią niedzielę września (25.09.2005) odbędzie się na Łysej Górze piąty z kolei wyścig rowerowy MTB z cyklu "Łysogorki 2005". Tego dnia zostanie podsumowana klasyfikacja w kategorii "open" (do tej pory punkty zdobyło 85 osób). Zawody zostaną rozegrane na znanej już trasie - zamkniętej pętli poprowadzonej na terenie stacji narciarskiej oraz leśnymi ścieżkami masywu Łysej Góry w Górach Kaczawskich. Zapraszamy bywalców tej imprezy oraz wszystkich entuzjastów roweru górskiego. Zapisy jak zwykle - od godz. 9.30, start pierwszej grupy o 11.00. Zaraz po zakończeniu tej kolarskiej imprezy zostanie rozegrany wyścig na zjazdowych hulajnogach na czas. >>>

27. **Instruktorzy i uczestnicy** * 2005-09-20 06:32



Szkoła Narciarska i Sudecki Klub Sportowy Aesculap zatrudni instruktorów narciarstwa w nowym sezonie 2005/2006. Wymagania: posiadanie stopnia instruktora PZN z uprawnieniami do szkolenia (od ostatniej unifikacji okres ważności legitymacji instruktora PZN wynosi 3 lata) oraz opłacone składki członkowskie SITN za rok 2005 i 2006. Również instruktorów i wychowanków, z którymi dotychczas współpracowaliśmy prosimy o kontakt. Informacje o najbliższych unifikacjach znajdziesz na stronie [SITN](#). Informujemy również, że trwają jeszcze zapisy dzieci do SN i SKS AESCULAP. Temat zapisy - [tutaj](#).

28. **Inauguracja sezonu** * 2005-09-21 12:41



Już wkrótce zaczniemy chodzić na piesze wycieczki po górach i dolinach. Zapraszamy naszych uczestników zapisanych na sezon 2005/2006 na inaugurację sezonu, która odbędzie się w pierwszą niedzielę października (2.10.2005 r.). Członkowie Szkoły i Klubu zbiorą się tradycyjnie na Placu Ratuszowym o godz. 8.00, gdzie nastąpi podział na zespoły biorące udział w jesiennych wędrówkach. Po tym pierwszym ważnym spotkaniu dzieci wraz ze swoimi instruktorami pojedą autokarem do Mikrostacji Sportów Zimowych na Łysej Górze a tam zostaną przeprowadzone pierwsze zajęcia. W programie dnia:

Msza Święta, ognisko, gry i zabawy.

Uwaga! Informacja dla instruktorów. W dniu 28.09.2005 r. w biurze SN i SKS AESCULAP przy ul. Wojska Polskiego 18 o godz.17.00 odbędzie się zebranie instruktorów, którzy złożyli podania o pracę i podpisanie umów na nowy sezon.

29.Łysogórki 2005 dobiegły końca * 2005-09-26 03:25



Wczoraj odbyły się ostatnie w sezonie zawody. Cykl wyścigów MTB cieszył się sporym zainteresowaniem - przyjeżdżali na nie mieszkańcy wielu dolnośląskich miast i nie tylko, bo nawet z dalekiej Gdyni czy z... Calgary w Kanadzie :). Finałowa impreza była równie udana jak cztery poprzednie. Szczęśliwie obyło się bez poważniejszych kraks czy jakichś organizacyjnych problemów. Był piękny słoneczny dzień, temperatura ok. 20 C. Ani za zimno, ani za ciepło - w sam raz (wcześniej bywało różnie, mieliśmy upał, mgłę lub deszcz na zmianę). Na starcie pojawili się prawie wszyscy zawodnicy, którzy uzbierali przez całe lato największą ilość punktów liczących się do klasyfikacji "open" (w sumie zapunktowało w Łysogórkach 91 osób). >>

30.Tour de Pologne * 2005-09-28 14:52



[Galeria fotografii sportowej] W dniach 16 - 18 września 2005 roku Tour de Pologne pokonywał strome podjazdy w Górach Kaczawskich i Karkonoszach. Jedną z górskich premii miała miejsce na Przełęczy Widok, która usytuowana jest w bezpośrednim sąsiedztwie jednego z wyższych szczytów Gór Kaczawskich - Łysej Góry, 708 m n.p.m. (i znajdującej się tam Mikrostacji Sportów Zimowych Łysa Góra - Dziwiszów). Później kolarze musieli przejechać przez malowniczą Kotlinę Jeleniogórską, by w końcu wyścigu zmagać się wielokrotnie ze sławnym już, trudnym podjazdem pod "Orlinek". Trasa



wyścigu wiedzie przez urokliwe okolice Jeleniej Góry, jest niezwykle ciekawa, urozmaicona. >>>

31.Informacje klubowe * 2005-09-30 14:42



Przypominamy naszym członkom, że na stronie "Aesculap i Łysa Góra" znajduje się dział poświęcony organizacyjnym sprawom SN i SKS AESCULAP. Link do tej podstrony - [Informacje klubowe](#) - znajduje się na stronie głównej, poniżej Aktualności. Zapraszamy zainteresowanych do zapoznania się z planem zajęć, kalendarzem imprez itp.



32.Sezon 2005/2006 otwarty! * 2005-10-02 16:39



2 października rozpoczęliśmy kolejny rok szkolny i sportowy. Na początku odbyło się spotkanie na Placu Ratuszowym. Poranne zbiórki przeprowadzamy w tym miejscu od wielu lat. Najpierw instruktorzy mieli piętnastominutową odprawę a później nasi uczestnicy zostali podzieleni na grupy, w których będą jesienią wędrować po górach (jak zwykle planujemy niedzielne wycieczki po Sudetach). Po sprawdzeniu listy obecności cały

Aesculap pojechał autobusami na Łysą Górę, gdzie odbyła się Msza Święta a następnie tradycyjne ognisko. Instruktorzy przeprowadzili swoje pierwsze zajęcia. Nie wszystko wyszło jak należy - plany zabaw na świeżym powietrzu pokrzyżował deszcz :). W tej sytuacji przydała się sala z telewizją, gdzie dzieci spędziły część mglistego przedpołudnia. Odbyły się także badania lekarskie dzieci z wszystkich grup szkoleniowych.

33. Zmiany na łysogórskiej MTB * 2005-10-07 10:44



Nie tak dawno temu pisaliśmy o nowych trasach rowerowych w Górach Kaczawskich. Po pojawieniu się artykułu w Internecie, odezwali się właściciele, przez których grunty przebiegał fragment żółtego szlaku (posiadają oni prywatny parking - pierwszy od strony Kapelli - i tereny w okolicy szczytu Łysej Góry graniczące z mikrostacją) - jeden z wariantów dojazdu do schroniska. W związku z tym, że właściciele ci nie wyrazili zgody na to turystyczne przedsięwzięcie, trasa musiała ulec zmianie (artykuł na ten temat umieściliśmy na witrynie w dniu 8.06.2005 r. - kliknij na ten [link](#)). Musimy również zmienić dotychczasowy szlak - tzw. "Trasę treningową MTB" (również przebiegającej przez szczyt), na której używanie została przez nich cofnięta zgoda (w dniu 6.10.2005 r. otrzymaliśmy oficjalne pismo z prośbą o niezwłoczne usunięcie znaków oraz informacji w Internecie, że trasa jest czynna). Pomimo zaistniałej sytuacji chcieliśmy wszystkich miłośników kolarstwa górskiego i Gór Kaczawskich zapewnić, że łysogórska trasa MTB będzie istniała nadal. Tylko w nieco innym miejscu. Prosimy o cierpliwość i przepraszamy za niedogodności! Tymczasem zapraszamy na przepiękne szlaki rowerowe znajdujące się na terenie Gminy Jeżów Sudecki. A jeden z nich prowadzi do naszego schroniska :). Więcej - fotografie, opisy, mapa szlaków. >>>

34. Informator SITN * 2005-10-11 09:40



Otrzymaliśmy przed chwilą nowy Informator Przedsezonowy Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN. Tegoroczne wydanie liczy ponad 150 stron i zawiera pakiet szczegółowych informacji dla instruktorów, kandydatów na szkolenia i kursy kadrowe SITN lub amatorów nauki podstaw jazdy na nartach. Ponadto w książeczce tej znajduje się szereg bogato ilustrowanych artykułów na tematy narciarskie. Interesujący jest dział pt.: "Kronika - Miniony Sezon w Stowarzyszeniu", w którym można znaleźć między innymi relację z Kongresu IVSI w Lech. Informator opatrzony jest słowem wstępnym *Lech / Arlberg* Józefa Wojciecha Gajewicza (*SŁOWO PREZESA SITN*). Zachęcamy wszystkich naszych instruktorów i nie tylko do zapoznania się z treścią tego ciekawego wydawnictwa.

35. Narada na Łysej Górze * 2005-10-12 19:30



W sali konferencyjnej SN i SKS Aesculap na Łysej Górze odbyła się narada konsultacyjna w sprawach dotyczących wspólnej promocji Powiatu Jeleniogórskiego. W spotkaniu, które przygotowało Starostwo Powiatowe i Urząd Gminy Jeżów Sudecki brali udział przedstawiciele gmin i urzędów miejskich Jeleniej Góry, Mysłakowic, Podgórzyna, Jeżowa Sudeckiego, Kowar, Karpacza, Szklarskiej Poręby i Piechowic. Gości powitał Wójt Gminy Jeżów Sudecki - p. Edward Dudek.



Jednym z ważniejszych omawianych wątków był stan realizacji umowy o współpracy a przedstawił

go p. Wiesław Dzierżba - Dyrektor Wydziału Promocji, Turystyki i Sportu. Góry Kaczawskie, pięknie oświetlone dzisiaj jesiennym słońcem, urzekły uczestników spotkania. Wszyscy odbyli krótką wycieczkę na szczyt Łysej Góry, aby podziwiać popołudniową panoramą Karkonoszy i Gór Izerskich - jest to jeden z najwspanialszych punktów widokowych w Sudetach.

36. Handłówka na spacerze * 2005-10-13 14:28



Gościliśmy dzisiaj sympatyczną grupę młodzieży z Zespołu Szkół Licealnych i Zawodowych nr 2 w Jeleniej Górze - popularnej "Handłówki". Wycieczkę na Łysą Górę urządziła sobie klasa III HZ pod przewodnictwem pani Anny Pasternak i siostry Ewy Cyganek. Cała grupa (osiemnaście dziewcząt i dwóch chłopców) przywędrowała pieszo z Dziwiszowa (dojazd odbył się autobusem linii miejskich). Nasi goście zapoznali się z mikrostacją a Teresa Raźniewska - prezes SN i SKS AESCULAP - przedstawiła im historię tego miejsca i klubu.



Zdjęciom nie było końca. Każda uczestniczka, zdaje się, miała "cyfrowkę" w kieszeni :). Była to - o ile nas pamięć nie myli - pierwsza jesienna wycieczka szkolna na Łysej Górze. Odnotowaliśmy ten fakt z wielką satysfakcją! Dziękujemy Wam bardzo za przemiłą wizytę. Zapraszamy jeszcze...


37. Galeria tygodnia - wycieczki * 2005-10-16 17:15



Trwają przygotowania do sezonu narciarskiego. Uczestnicy SN i SKS Aesculap biorą udział w niedzielnych górskich wycieczkach. Dzisiaj dzieci wędrowały z Karpacza do Strzephy Akademickiej i Samotni. Pozowaliśmy do rodzinnego zdjęcia - co staje się już tradycją :). Dziękujemy wszystkim Aesculapiakom za miłe spotkanie w Karkonoszach. Uwaga! "[Galeria tygodnia](#)" ruszyła pełną parą. Odtąd co tydzień będą w niej zdjęcia z tych wycieczek a później z zajęć narciarskich.

38. Wyścig na hulajnogach * 2005-10-18 10:40



W najbliższą sobotę (22.10.2005) odbędzie się w naszej mikrostacji kolejny wyścig na hulajnogach (z elektronicznym pomiarem czasu). Podobnie jak to było w poprzednich zawodach (rozgrywane były one podczas lata w tych samych dniach co rowerowe "Łysogórki) zawodnicy będą rywalizować w kategorii "open" - bez podziału na płeć i wiek. Slalom przeprowadza się w ten sposób, że każdy z zawodników przejeżdża trasę trzy razy, a o wyniku decyduje suma dwóch lepszych czasów z trzech przejazdów. Start pierwszego zawodnika o godz. 11.00 (zapisy faksem lub w dniu zawodów do godz. 10.50). Szczegóły - regulamin - tutaj:  (PDF 96 KB). Informujemy również, że podobne zawody odbędą się jeszcze w dniu 5.11.2005 r. Zapraszamy do wspólnej zabawy!

39. I po zawodach * 2005-10-22 14:22



Wyścigi przeprowadzono sprawnie, pogoda dopisała, urządzenia do pomiaru czasu nie zawiodły, trawniki były zielone jak zwykle :). Zawodnicy walczyli z pasją, popisywali się szybkimi, dynamicznymi skrętami. Nie obyło się bez wywrotek. Zwycięzcą został Przemek Wesołowski. Dziękujemy wszystkim uczestnikom za udział w zawodach. 5 listopada odbędzie



się jeszcze jedna taka impreza - zamknie ona bogaty letni sezon na Łysej Górze. Zapraszamy.

40. Teren niebezpieczny * 2005-10-23 00:18



Z przyjemnością komunikuję, że dwa moje zdjęcia zostały opublikowane w jednym z największych zachodnich magazynów kolarskich. MR :). *"Francja od dawna była postrzegana przez Polaków jako ziemia obiecana. Kiedy na początku Rewolucji Francuskiej odkryto złoża węglowe, tysiące ubogich polskich robotników osiedliło się w miastach i wioskach na północy Francji aby go wydobywać. Życie ich nie rozpieszczało, lecz Polacy są dumni ambitni a to było lepszym rozwiązaniem niż umieranie z głodu w Ojczyźnie. Emigranci doczekali się własnego mistrza kolarstwa w postaci Jana Stablińskiego, który to zdobył Puchar Francji w roku 1962 i zawsze ze wzruszeniem opowiada o swym dzieciństwie i dorastaniu w polskiej społeczności w Valenciennes, gdzie to przebywa do dnia dzisiejszego"*. Tak rozpoczyna się artykuł Chrisa Sidwells'a zamieszczony w listopadowym numerze angielskiego magazynu kolarskiego CYCLE SPORT. >>>

41. Obchody 35-lecia * 2005-10-26 13:09



Istniejemy od 1970 roku. A więc "stuknęło" nam 35 lat :). Obchody tej okrągłej rocznicy odbędą się w maju 2006 roku. Ale już teraz... Drodzy Uczestnicy! Serdecznie zapraszamy Was na Łysą Górę w nowym sezonie 2005/2006 - wszystkich narciarzy z naszej Szkoły i Klubu z tego 35-lecia. Może uda nam się spotykać na nartach częściej niż do tej pory? Komitet Organizacyjny majowego spotkania już rozpoczął swoją pracę. Zapraszamy także do uwiecznienia Waszego wpisu w KSIĘDZE PAMIĄTKOWEJ SN i SKS AESCULAP (refleksji na temat pobytu w Aesculapie). Księga ta dostępna jest [tutaj](#) a także na podstronie [Kontakt](#) i [Informacje klubowe](#).

42. Hulajnogi - ostatnie zawody * 2005-11-06 20:35



Hulajnogi przyjęły się dobrze w Mikrostacji Sportów Zimowych. Przybywa entuzjastów tego nowego sportu. Podczas lata i jesieni Łysą Górę odwiedziło wielu turystów. Większość z nich po raz pierwszy zetknęła się z dziwnymi rowerami bez pedałów. Zabawa "wciąga". Już po kilku zjazdach slalomem po trawiastych stokach sprawnie i odważnie posługiwali się nieznanym sprzętem. A podjazd wyciągiem stanowił (oprócz wypoczynku) dodatkową atrakcję. Aby było ciekawiej Aesculap wprowadził do letniego kalendarza imprez całą serię zjazdów na hulajnodze na czas. Wyścigi wyzwalały wiele emocji. Mamy fanów dwóch kółek, którzy regularnie trenują przed każdymi zawodami. Jednak hulajnogowy sezon dobiega już końca. Wkrótce przypomniemy narty... 5 listopada odbyły się ostatnie zawody. Tradycyjnie - na torze wytyczonym za pomocą starych opon samochodowych. Czas mierzony elektronicznie, trzy przejazdy (o wyniku decydowała suma dwóch najlepszych czasów). Pogoda dopisała, choć jesienny chłód dawał się we znaki.



Gratulujemy zwycięzcom i dziękujemy za start wszystkim uczestnikom.

Wyniki:

1. Przemek Wesołowski 58,39
2. Krzysztof Cegliński 59, 61
3. Aleksander Krupa 63,50
4. Piotr Trojanowski 66,29
5. Bartosz Wesołowski 71,95

1. Adrian Wojtkiewicz 59,51
2. Adam Krupa 65,67
3. Bartosz Pelo 75,11 Tekst: Michał Raźniewski, *foto: Alek Krupa*

43.100 zdjęć z Zakopanego * 2005-11-16 22:20



Zima zbliża się wielkimi krokami. Już wkrótce będziemy jeździć na nartach. Choć na Łysej Górze trawa jest jeszcze zielona to na razie proponuję obejrzenie 100 zimowych krajobrazów. Galerię 100 fotografii z Zakopanego dedykuję wszystkim naszym UCZESTNIKOM aby podgrzać atmosferę tuż przed sezonem, aby zachęcić do wspólnej zabawy w białym puchu. Wreszcie aby przypomnieć o pięknych chwilach spędzonych w stolicy Tatr w 2001 roku. Zgodnie z naszą tradycją podejmuję po raz kolejny historyczny temat na stronie. Dzięki postępowi w elektronice mogłem szybko zeskanować z negatywów stare zdjęcia i dużą część archiwum zaprezentować tu po raz pierwszy (do tej pory było na stronie ok. 20 zdjęć nie najlepszej jakości, skanowanych kiedyś z odbitek). W Kongresie IVSI z Zakopanem brała udział reprezentacja Aesculapa w ilości ponad 40 osób. Zapraszam do galerii. >>> MR

44.Polscy instruktorzy w Kaprun * 2005-11-27 21:28



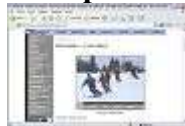
W dniach 23-26. listopada 2005 roku w austriackim Fusch oraz Kaprun odbyło się spotkanie członków Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN. Na lodowcu Kitzsteinhorn przeprowadzono unifikację instruktorów a także doszkolenie instruktorów wykładowców. Przeprowadzono sprawdzian jazdy technicznej. Komisja Egzaminacyjna miała tu swoje wyjazdowe posiedzenie poświęcone sprawom związanym z organizacją Zawodów i Egzaminów Regionalnych. Dużym zainteresowaniem cieszyła się pokazowa lekcja, którą przygotował i poprowadził Austriak Peter Scheruga. Zapraszam do obejrzenia 50 fotografii z tego wyjazdu. >>> MR.

45.Olimpijka * 2005-11-30 11:54



W portalu INTERIA.PL ukazał się wywiad z zawodniczką naszego klubu, olimpijką Katarzyną Karasińską. Interia na swoich łamach umieszcza serię artykułów o sportowcach, którzy będą reprezentowali nasz kraj na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich w Turynie w 2006 roku. Ponadto internauci mogą wziąć udział w czatach z olimpijczykami. Katarzyna Karasińska to nasza młoda (wczoraj skończyła 23 lata) alpejka, która w ubiegłym sezonie wygrała klasyfikację generalną Pucharu Europy w slalomie. Jest zawodniczką SN i SKS Aesculap Jelenia Góra. Wychowała się na stokach Karkonoszy i Gór Kaczawskich. Oto wywiad z Kasią. >>>

46.Popularna Łysa Góra * 2005-12-07 10:06



Zdjęcie pogodowe, które ukazuje się codziennie na naszej witrynie jest pobierane przez najrozmaitsze serwisy zajmujące się tematem warunków narciarskich w polskich stacjach i nie tylko. Ciekawostkę tą przekazujemy z przyjemnością wszystkim sympatykom mikrostacji. Oto adresy wybranych stron cieszących się wysoką oglądalnością, których redaktorzy uznali za wskazane umieszczać info o pogodzie na

Łysej Górze: www.onet.pl, www.eturystyka.pl, www.snowboard.pl,
www.skionline.pl, www.wp.pl. Więcej >>>

47. Włochy - slalom FIS * 2005-12-14 12:07



Przygotowująca się do poważniejszych startów w Pucharze Świata i na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich w Turynie w 2006 roku, nasza zawodniczka Katarzyna Karasińska wygrała wczoraj slalom FIS we włoskiej miejscowości Racines/Ratschings (jedyna z Polek, która ukończyła konkurencję). W zawodach tych brało udział blisko 100 młodych alpejek z Włoch, Austrii, Hiszpanii, Czech, Rosji i innych krajów. Na podium stanęły jeszcze Austriaczki: Aleksandra Daum oraz Anna Kappler. Był to dla Kasi dobry trening przed czekającą ją najbliższą imprezą PŚ w Spindlerowym Młynie w Czechach (SL i GS), która odbędzie się tuż przed Świętami Bożego Narodzenia - 21 i 22.12.2005.

48. Piąta w slalomie * 2005-12-19 13:01



Katarzyna Karasińska znowu dobrze pojechała slalom. Tym razem wystartowała w St. Sebastian (Austria) w zawodach o Puchar Europy i zajęła tam piąte miejsce. Wygrała Francuzka Sandrine Aubert, druga była Słowaczka Veronika Zuzulova a trzecia Słowenka Ana Kopal. Kasia miała do zwyciężczyni 0,41 sekundy straty.

49. Nasi instruktorzy już po unifikacji * 2005-12-19 15:04



W dniach 15-18 grudnia br. instruktorzy z Aesculapa brali udział w kolejnej unifikacji, która przedłużyła im uprawnienia do prowadzenia nauki jazdy na nartach. Szkolenia takie przechodzą (zgodnie z wymogami Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN) co trzy lata. W unifikacjach regularnie uczestniczą instruktorzy z całego kraju. Podczas czterodniowych spotkań w górach doskonalą się w narciarstwie, wzbogacają swoją wiedzę z zakresu nowości programowych. Ta unifikacja odbyła się w Szczyrku. Nasi wychowankowie zakwaterowani byli w pensjonacie "Harnaś". Tam też odbywały się wykłady, których przewodnim tematem była analiza zagadnień z nowego Programu Nauczania PZN oraz projekcja filmów szkoleniowych. Sporo uwagi poświęcono nowościom z dziedziny sprzętu narciarskiego oraz sposobom bezpiecznego prowadzenia zajęć w górach. Zajęcia praktyczne prowadzone były w rejonie Małego Skrzycznego. Na zakończenie pobytu w Beskidach Aesculapiacy musieli jeszcze zaliczyć sprawdzian z jazdy technicznej. Miło mi zakomunikować, że Joasia Ceglińska, Monika Cieślak, Marta Sosnowska, Dominika Dworska, Marta Maciejewska, Piotr Wądołowski oraz Szymon Kempisty przeszli przez tą próbę zwycięsko :). Gratulacje! W uzupełnieniu informuję, że w spotkaniu wzięło udział ok. 80 instruktorów z różnych stron Polski.



Michał Raźniewski

50. Agnieszka Iwanicka na podium * 2005-12-23 22:07



Ruszyła karuzela narciarska dla młodzików i juniorów młodszych - czyli nowa edycja Pucharu Polski. Na początek odbyła się seria zawodów w Kluszkowcach. Dobrze tam wystartowała nasza druga zawodniczka Agnieszka Iwanicka (juniora młodsza). W rozegranych slalomach w ramach Mistrzostw Małopolski (19-20.12.2005) dwukrotnie stanęła na podium - była druga oraz trzecia. Natomiast w slalomie gigancie w Pucharze KN Gondola (21.12.2005) uplasowała się na piątym miejscu. Gratulujemy i życzymy następnych, równie udanych startów.

51. Fotoreportaż z Pucharu Świata * 2005-12-23 23:05

W dniach 21-22 grudnia br. za miedzą - po drugiej stronie Karkonoszy, w miejscowości Spindlerowy Młyn odbyły się zawody o Puchar Świata. Drugiego dnia startowała w slalomie



Katarzyna Karasińska (SN i SKS AESCULAP). Niezwykła możliwość kibicowania Kasi oraz obejrzenia gwiazd światowego narciarstwa alpejskiego w akcji skłoniła nas do wyjazdu do tego czeskiego kurortu zimowego. Konkurencja została perfekcyjnie przeprowadzona; gospodarze dołożyli wszelkich starań, aby wszystkie zawodniczki mogły ścigać się w identycznych warunkach. Trasa, mimo dużych ostatnio opadów śniegu była twarda i idealnie równa. Pola, na których odbywały się oba przejazdy, były bezpieczne - ogrodzone klikoma rzędami siatek ochronnych, miejsca startu i mety (zgodnie z zaleceniami NRS) były odizolowane od publiczności, która zresztą dopisała. Pojawiła się wielka liczba czeskiej młodzieży, która dopingowała swoim pupilkom - do zawodów zgłoszono aż sześć Czeszek. Oprawa całej imprezy zrobiła na nas duże wrażenie. Katarzyna Karasińska poprawnie pokonała trasę pierwszego przejazdu. Jej jazda podobała nam się bardzo. Nasza zawodniczka wraca do formy po okresie rekonwalescencji (odniosła tego lata kontuzję). I choć jej rezultat nie wystarczył do zakwalifikowania się do drugiego przejazdu (z czasem 52,16, straciła do zwyciężczyni Anji Pearson 4,11 sekundy i zajęła 43 miejsce), to nadal mocno trzymamy kciuki. Trzymaj się Kasiu!!! Do igrzysk w Turynie jeszcze sporo czasu... W slalomie tym wystartowała jeszcze druga reprezentantka Polski - Dagmara Krzyżyńska, która uzyskała czas 54,06. Szczegółowe wyniki - jak zwykle na stronie FIS. >>>. Galeria fotografii ze Szpindla (32 zdjęcia w ruchu :) - [TUTAJ](#).

Michał Raźniewski

52. **Zabrakło 0,23 sekundy** * 2005-12-29 20:43



Katarzyna Karasińska startowała dzisiaj w kolejnym slalomie Pucharu Świata, który odbył się w austriackiej miejscowości Lienz. Do zakwalifikowania się do pierwszej trzydziestki zabrakło jej tylko 0,23 sekundy - zajęła 31 miejsce. Zawodniczka z Liechtensteinu - Jessica Walter, do której Kasia miała właśnie tą stratę w pierwszym przejeździe, uplasowała się ostatecznie po dwóch przejazdach na 22. miejscu. W zawodach brało udział 73 alpejki. Wygrała Austriaczka Marlies Schild przed swoją rodaczką Nicole Hosp i Chorwatką Janicą Kostelic. Wyniki z zawodów na stronie [FIS](#).

53. **Do Turynu przez Góry Kaczawskie** * 2005-12-30 22:43



Reprezentantki Polski na Zimowe Igrzyska Olimpijskie w Turynie w 2006 roku Katarzyna Karasińska (SN i SKS AESCULAP) oraz Dagmara Krzyżyńska (AZS AWF Zakopane Kraków) trenowały dzisiaj na Łysej Górze! Slalom ustawiono na nartostradzie nr 2. Nasze alpejki dały prawdziwy koncert jazdy na oczach tłumów narciarzy, którzy znajdowali się w tym czasie na terenie mikrostacji. Ich popisy rejestrowała kamera Regionalnej Telewizji Wrocław. Telewizja ta przyjechała tu specjalnie w tym celu - przeprowadzono wywiady z zawodniczkami a także nagrano lekcje nauki jazdy na nartach z ich udziałem. Czynny udział w tym telewizyjnym spotkaniu brali udział ojcowie Kasi i Dagmary, panowie Andrzej Karasiński (obecny menadżer kadry Polski) i Marek Krzyżyński (tata i trener w jednej osobie) a także Teresa Raźniewska. W 1987 roku była ona pierwszą instruktorką Kasi (uczył ją także Mieczysław Bogdaszewski) oraz Piotr Wądołowski, który był trenerem Kasi. Zapraszam do obejrzenia [fotoreportażu](#) (59 zdjęć) z treningu na stoku i sesji nagraniowej przeprowadzonej w sali konferencyjnej w klubowym budynku Aesculapa. >>>

Podziękowania dla UCZESTNIKÓW I AUTORÓW programu TV z Łysej Góry za pracę i cierpliwe pozowanie do niepozowanych fotografii :).

54. **Komunikat narciarski - dziś także w newsach** * 2006-01-07 16:08



Dzisiejszy komunikat piszę z ogromnym opóźnieniem bo telefony i internet na Łysej Górze nie działają (używam w tym momencie komputera znajdującego się w Jeleniej Górze). Sprawcą zamieszania okazała się **SZADŹ**, której jest w Górach Kaczawskich ponad miarę. Połamane gałęzie drzew, awaria linii elektrycznej (trzeba było przerwać nocne naśnieżanie). W związku z brakiem energii nastąpiło opóźnienie w uruchomieniu wyciągów. Telefony są głuche nadal. Oto krótki bilans strat spowodowanych białą "dekoracją" NATURY.

Wyciągi na Łysej Górze są czynne - sytuacja jest już opanowana. Stan tras określamy jako **bardzo dobry**. Temperatura - minus trzy stopnie Celsjusza. Jedynym mankamentem jest mgła, która przytłacza nas już swoją obecnością (wisi nad mikrostacją od tygodnia). Uwaga! Jutro rano nie będzie komunikatu - czekamy na naprawę internetu. Cierpliwości, mamy nadzieję, że uda nam się szybko sprowadzić ekipę Telekomunikacji na Łysą i wszystko będzie dobrze :). Serię zdjęć o SZADZI umieściłem na stronie „Fotoreportaże”.


55. Paraolimpijczycy na Łysej Górze * 2006-01-09 18:10



Gościliśmy na Łysej Górze znakomitych narciarzy - członków polskiej kadry alpejczyków na Zimowe Igrzyska Paraolimpijskie Turyn 2006: Jarosława Rolę i Andrzeja Szczęsnego ze Startu Poznań; (w jej skład wchodzi również Bogdan Mirski i Łukasz Szeliga). Zawodnicy ci są w trakcie przygotowań do tej olimpiady i dzisiaj odbyli krótki trening w naszej mikrostacji. Ich zjazdy filmowała ekipa Regionalnej Telewizji Wrocław przygotowująca program pt.: "Tacy Sami". W zawodach dla sprawnych inaczej obowiązują reguły FIS, a medale rozdawane są w trzech kategoriach - dla narciarzy niewidzących, stojących i siedzących. Mają oni wysokiej klasy sprzęt - narty wyczynowe. Na zdjęciach można zobaczyć z jakim kunsztem posługują się nimi nasi zawodnicy. Jarosław Rola jeździ na aparacie o skomplikowanej budowie, tzw. mono-ski z amortyzatorem.


56. Puchar Łysej Góry * 2006-01-14 17:15



W dniu 14 stycznia 2005 roku odbyły się w naszej mikrostacji pierwsze w tym roku zawody w narciarstwie alpejskim dla młodzików i juniorów młodszych - Puchar Łysej Góry. Przeprowadzono jedną konkurencję - slalom gigant, a startowało 50 zawodników z pięciu dolnośląskich klubów. Pogoda dopisała, trasa była doskonale przygotowana - wszyscy mogli jechać w podobnych warunkach. W poszczególnych kategoriach wiekowych zwyciężyli: Sonia Gach (UKS "ORLICA" Duszniki), Michał Makowski (AS-SKI Jelenia Góra), Paulina Kowalik (UKS "ORLICA" Duszniki) oraz Maciej Kozera (AS-SKI Jelenia Góra). Wyniki tutaj:  (PDF, 60 KB).

57. Puchar SN i SKS AESCULAP * 2006-01-21 19:16



Łysa Góra gościła dzisiaj najmłodszych alpejczyków. Na nartostradzie nr 2 przeprowadzono zawody o "Puchar SN i SKS AESCULAP" w konkurencji slalomu giganta. Pogoda nie dopisała zbyt, padał mokry śnieg, wiał nieprzyjemny wietrzyk, ale dzieci dzielnie zniosły trudy wyścigów. Ustawiono 22 bramki. Trasa była równa jak stół i mali zawodnicy świetnie radzili sobie na wirażach :). W poszczególnych kategoriach wiekowych zwyciężyli: Ola Szymkiewicz (UKS "Orlica"), Patryk Jamrozy (UKS "Orlica"), Małgorzata Osuch (SN i SKS "Aesculap") oraz Robert Chłodzik (UKS "Orlica"). Wyniki zawodów tutaj:  (PDF)

58. Kurs kwalifikacyjny SITN-PZN * 2006-01-22 16:05



Członkowie Szkoły Narciarskiej i Sudeckiego Klubu Sportowego Aesculap mają możliwość zdobywania na miejscu stopni kadrowych SITN-PZN. Szkolenie jest zgodne z programem IVSI (Międzynarodowa Organizacja Instruktorów Amatorów), tryb uzyskiwania uprawnień instruktorskich jest trzyetapowy: etap I - kurs kwalifikacyjny, etap II - kurs na stopień pomocnika instruktora (oba te kursy organizowane są przez licencjonowane szkoły narciarskie), Etap III kurs instruktorski (ten kurs - centralny - organizowany jest przez SITN). W dniach 16.01 - 22.01.2006 odbył się na Łysej Górze jeden z tych kursów - kwalifikacyjny. Uczestnicy Aesculapa zaliczyli obowiązkowe treningi slalomów, wykłady z teorii narciarstwa, egzamin z jazdy stylowej oraz sprawdzian ze slalomu giganta. Zdało 9 osób. Gratulujemy tej kwalifikacji na stopień pomocnika, życzymy dalszej udanej nauki i w przyszłości uzyskania patentu instruktorskiego. Zdjęcia z kursu. [>>>](#)

59. Dymienie armatek * 2006-01-23 17:46



W niedzielę, 22 stycznia 2006 na podstronie naszego serwisu - 'Łysa Góra' umieściłem pogodowego newsa o następującej treści: "Słońce, mróz i armatki tworzyły dzisiaj, niczym artyści malarze, krajobraz Łysej Góry. Z paszcz maszyn śnieżących leciały w mroźną przestrzeń kłęby białego pyłu, który w niewiarygodny sposób wirował nad górną stacją wyciągów narciarskich. Zastępował jakby naturalną mgłę. Narciarze z zachwytem obserwowali to sztucznie wywołane zjawisko, widoczne najlepiej z dolnych partii naszej góry. Piękny dzień! Jakoś nie pomarziłmy dzisiaj w złotych promieniach słońca :)). Koniec weekendu, ale ferie dolnośląskie trwają nadal. Jutro znowu na narty!"

Jeszcze tego samego dnia, wieczorem, otrzymałem miłego e-maila od inż. **Kazimierza Tarsy** (Z.W.U. MECHANIKA MASZYN - jego specjalnością są prace rozwojowe, wytwórcze i usługowe związane z techniką sztucznego naśnieżania stoków narciarskich), w którym pisze co następuje... Więcej; fotografie. >>>>

60. Nowy folder Aesculapa * 2006-01-27 17:40



Z przyjemnością informujemy, że właśnie dzisiaj - 27 stycznia 2006 roku otrzymaliśmy nowy, pachnący jeszcze farbą drukarską, folder szkolny! Szkoła Narciarska Aesculap, oprócz nieustannej prezentacji swoich działań na niniejszej witrynie internetowej wydaje, w miarę swoich sił i środków, foldery i inne drobiazgi wydawnicze, które mają za zadanie informować o szkole i kreować jej wizerunek. Ponadto zamysłem ich autorów jest promocja tonących w cieniu Karkonoszy - pięknych Gór Kaczawskich, gdzie znajduje się baza szkoleniowa Aesculapa. Zapraszamy do zapoznania się z treścią nowego i archiwum innych naszych wydawnictw. >>>>


61. Kurs na stopień demonstratora * 2006-01-29 14:16



Na Łysej Górze odbyło się kolejne narciarskie szkolenie kadrowe. Tygodniowy kurs na stopień demonstratora szkolnego zakończył się egzaminem z jazdy stylowej w dniu 29.01.2006 roku. Jego uczestnicy doskonalili technikę jazdy oraz brali udział w treningu slalomu i slalomu giganta, podobnie jak to robili ich starsi koledzy w pierwszym tygodniu ferii dolnośląskich, kiedy to odbył się kurs kwalifikacyjny. Wszyscy zdali egzamin. Uzyskany stopień ma ich zachęcić (takie są założenia SITN) do dalszego podnoszenia kwalifikacji narciarskich i popularyzacji tego sportu. Na zdjęciach: Paulina Dziedzicka, Przemysław Jazienicki, Maja Karska, Waleria Kudera, Dorota Ostrowska, Dominika Szczęśniak i Karolina Włodarczyk. >>>>

62. Gimnazjaliści i licealiści ścigali się na Łysej * 2006-02-02 15:43





W Górach Kaczawskich odbywają się zawody dla uczniów różnych szkół. Najczęściej z Wrocławia oraz z Jeleniej Góry. Dzisiaj gościliśmy na stokach Łysej Góry uczniów z jeleniogórskiego I LO im. Stefana Żeromskiego. Nauczyciele wraz ze swoimi wychowankami sprawnie przeprowadzili dwie konkurencje zaliczane do sportów śnieżnych. Na tej samej trasie slalomu giganta ścigali się alpejczycy i snowboardziści. Zawodnicy podzieleni byli na grupy wiekowe (gimnazjum i liceum, chłopcy, dziewczęta). Pogoda dopisała - było słonecznie, wiał niewielki wietrzyk. Młodzi sportowcy (w dużej mierze byli... bądź aktualni zawodnicy okolicznych klubów narciarskich) bez specjalnych kłopotów pokonali "szybki" gigant - tor był twardy i równy jak stół, doskonale przygotowany; wszyscy uczestnicy mistrzostw startowali w podobnych warunkach. Oto wyniki przygotowane przez uczennice liceum - na liście znajdują się osoby, które stanęły dzisiaj na podium -  (PDF, 107 KB).

63. Agnieszka Iwanicka piąta w Trofeo Borrufa * 2006-02-04 21:04



Reprezentantka Polski i zawodniczka SN i SKS AESCULAP - Agnieszka Iwanicka (juniorka młodsza) w dniach 2 i 3 lutego 2006 roku brała udział w młodzieżowych zawodach w narciarstwie alpejskim pod patronatem FIS w Andorze. W zawodach

tych startowało ponad 20 reprezentacji z całego świata. Trofeo Borrufa jest imprezą dla młodzików i juniorów młodszych podobnie jak kilka innych, w rodzaju włoskiego Trofeo Topolino, słoweńskiego Skofja Loka, czy Air Canada Whistler Cup. Cały cykl wyścigów stanowiących przedśmerek do mistrzostwa sportowego. Tu ścigają się ci, których nazwiska zobaczymy później na listach startowych Pucharu Świata i Igrzysk Olimpijskich.

Agnieszka Iwanicka zajęła w Andorze 5. miejsce w slalomie oraz 10. w slalomie gigancie. Gratulujemy Agnieszko serdecznie dobrych wyników! Więcej...   - wyniki ze slalomu i slalomu giganta. O aktualnych startach i planach na przyszłość poinformował nas tata i trener Agnieszki, Pan Jarosław Iwanicki, który przesłał nam e-maila następującej treści:

"Agnieszka z Ricek pojechała na zawody FIS do Andorry, a jutro pojawi się na kolejnych zawodach w Hiszpanii w Furmigal. Również będą to zawody FIS. Pomimo że zakwalifikowała się na następne zawody w Skofja Loka (SLO) wraca do Polski aby na Czarnej Górze przygotowywać się do OOM. Taki mamy plan.



Te dwa dni spędzone na Łysej Górze przed zawodami w Rickach upewniły mnie że drobna korekta techniczna krawędzi narty i zmiana techniki jazdy zaczęły przynosić dobre rezultaty. Jeszcze raz bardzo dziękujemy za idealne warunki treningowe. Serdecznie pozdrawiam. Jarek Iwanicki"

Bardzo dziękujemy Panie Jarku za wiadomości. Do zobaczenia. Trzymamy kciuki!

64. Kasia sportowcem 2005 roku * 2006-02-07 16:30



Katarzyna Karasińska zwyciężyła w dorocznym sportowym plebiscycie organizowanym przez Nowiny Jeleniogórskie - dzisiaj właśnie opublikowano wyniki na łamach tego popularnego na Dolnym Śląsku tygodnika. Gratulujemy Kasiu! Teraz trzymamy mocno kciuki - Zimowe Igrzyska Olimpijskie tuż, tuż. Przypomnijmy, że nasza zawodniczka będzie reprezentowała Polskę w tej wielkiej imprezie w konkurencjach alpejskich. Kasia specjalizuje się w slalomie. W ubiegłym roku zdobyła Kryształową Kulę - Puchar Europy, właśnie w slalomie. "NJ" piszą między innymi:

"Kibice różnych dyscyplin i konkurencji z 46 miejscowości, głównie Jeleniogórskiego, ale również z Warszawy, Szczecina, Włocławka, nawet z Białegostoku, nadesłali łącznie aż 16. 594 kupony plebiscytowe. Na łamach „NJ” były one publikowane dziesięć razy. Rok temu od fanów sportu otrzymaliśmy mniej, 15.010 typowań. Cieszy kolejny rekord w regionalnej historii wyborów mistrzów i ich trenerów. Zwycięzcy 31. edycji sportowego plebiscytu „NJ” «2005 zebrali łącznie 625.755 punktów, w tym szkoleniowcy 156.935 pkt.

Wybrani spośród 60 oficjalnie nominowanych zawodników i zawodniczek, reprezentantów 20 dyscyplin.

1. KATARZYNA KARASIŃSKA (Aesculap Jelenia Góra) - narciarstwo alpejskie - 65.110 punktów.
2. IZABELA BOGDAN (AZS Kolegium Karkonoskie Jelenia Góra) - koszykówka - 56.773 pkt.
3. ADRIAN CZERWONKA (BOT Turów Zgorzelec) - koszykówka - 55.200 pkt.
4. DAWID KUPCZYK (KS Śnieżka Karpacz) - bobsleje - 50.334 pkt.
5. MICHAŁ BURZYŃSKI (Śnieżka) - narciarstwo alpejskie - 46.004 pkt.
6. ŁUKASZ DUDZIŃSKI (UKS Kwisa Leśna) - kajakarstwo górskie i kajak polo - 45.500 pkt.
7. MARTA ORESZCZUK (MKS Vitaral Jelfa Jelenia Góra) - 41.609 pkt.
8. PIOTR PŁOŃSKI (JSS Gwardia Jelenia Góra) - dżudo - 40.778 pkt.
9. EWELINA STASZULONEK (MKS Karkonosze JG - Sporty Zimowe) - saneczkarstwo na torach lodowych - 35.002 pkt.
10. SABINA KOBZAR (KS Biofactor Jelenia Góra) - piłka ręczna - 32.510 pkt."

Więcej "NJ" - <http://www.nowiny.jgora.pl/>


65. Dwa zwycięskie slalomy Kasi * 2006-02-08 20:43



Przygotowująca się do Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Turynie Katarzyna Karasińska w ostatnich dniach wystartowała w kilku slalomach. Między innymi w Pucharze Świata w niemieckim Ofterschwang (5.02.2006), gdzie do zakwalifikowania się do pierwszej trzydziestki zabrakło jej 0,86 sek. Natomiast dwa dni później (7 i 8.02.2006), w miejscowości Ruhpolding, dwukrotnie wygrała zawody FIS (jeden z tych slalomów rozgrywany był w ramach międzynarodowych mistrzostw Niemiec juniorów). Godnym odnotowania jest fakt wygranej Kasi z kilkoma zawodniczkami, które w obecnym sezonie kilkakrotnie już wchodziły do "trzydziestki" PŚ. Między innymi: Amerykankę Resi Stiegler oraz Niemkę Kathrin Hoelzl. Świadczy to o sporych potencjalnych możliwościach naszej zawodniczki i skłania nas ta sytuacja do optymizmu przed Turynem. Cały czas trzymamy kciuki! Oto Katarzyna Karasińska na trasie slalomu.

66. Zawody o Puchar Stanisława Rażniewskiego * 2006-02-11 17:56



W dniu 11.02.2006 r. odbyły się na Łysej Górze zawody w narciarstwie alpejskim dla dzieci o Puchar Stanisława Rażniewskiego. Przeprowadzono jedną konkurencję - slalom gigant. Warunki atmosferyczne nie sprzyjały nam zbyt, jednak zawody, w których brało udział 43 młodych alpejczyków, przebiegły sprawnie. Ciągłe padający śnieg nie zasypał trasy, była ona równa i w miarę twarda, wszystkie dzieci miały podobne warunki do jazdy. Wyścigom przyglądała się duża liczba rodziców, którzy nie mniej przeżywali start niż ich pociechy. Po zakończeniu konkurencji, koło schroniska na szczycie góry odbyło się wręczenie pucharów i medali. Pierwsze miejsca w poszczególnych grupach wiekowych zajęli: Magdalena Gutowska (Aesculap), Bartosz Bieńkowski (SN "Irena Szklarska Poręba"), Małgorzata Osuch (Aesculap) i Michał Sabiniarz (Aesculap). Wyniki . Fotografie z dzisiejszego dnia. >>>

67. Ski Stacje dla Lecha * 2006-02-17 01:53



Na Łysej Górze odbyła się duża impreza, którą zorganizowała firma Ski Stacje dla Lecha. Były to zawody w narciarstwie alpejskim połączone ze świetną muzyką, tańcem pięknych dziewcząt i piknikiem w ogóle :). Startować mogły osoby powyżej 18-go roku życia. Narciarze, zakosztowali przejazdu profesjonalnie ustawionego slalomu giganta z elektronicznym pomiarem czasu. Zabawa na sto dwa! Tym bardziej, że odbywała się prawie równoległe z konkurencjami Igrzysk Olimpijskich. Uczestnicy łysogórskiej zabawy zamienili się na chwilę w olimpijczyków ;). Ale tak naprawdę z przyjemnością obserwowaliśmy ich popisy - wykazali się przyzwoitym poziomem jazdy. Wygrał te zawody Remigiusz Tobera. Drugą była Marta Filipowicz a na trzecim miejscu uplasował się Łukasz Bościak. Gratulujemy! Wyniki tutaj. >>>

68. Demonstratorzy startowali w Szczyrku * 2006-02-19 00:43



Dnia 18 lutego 2006 roku w Szczyrku odbyły się I Ogólnopolskie Zawody Demonstratorów SITN-PZN. Organizatorem tej imprezy było Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa. Na trasie zjazdowej FIS przeprowadzono slalom gigant oraz jazdę stylową (skręt równoległy i śmig). Pogoda dopisała i młodzi alpejczycy (szczególnie ci, którzy byli tam po raz pierwszy) mogli podziwiać piękne widoki ze zboczy Skrzycznego. Zawody cieszyły się dużym zainteresowaniem - startowało prawie osiemdziesiąt osób z całej Polski. Wśród uczestników dało się zauważyć sporą grupę zawodników jeżdżących na codzien w klubach, mających spory staż w jeździe na bramkach. To oni dominowali w gigancie i w efekcie stanęli na podium. Niestety nie otrzymaliśmy jeszcze oficjalnych wyników. Organizator zapewnił nas, że już wkrótce zobaczymy je w Internecie. Do Szczyrku pojechaliśmy z dziewięcioosobową ekipą demonstratorów z Aesculapa. Na zdjęciach poniżej zobaczycie: Maję Karską, Dorotę Ostrowską, Karolinę Włodarczyk, Paulinę Dziedzicką, Wojciecha Mazura, Dominikę Szczęśniak, Przemka Jazienickiego, Michała Barcisia i Katarzynę Korman.

69. Kasia wygrała slalom Pucharu Europy * 2006-02-19 22:54



Katarzyna Karasińska (SN i SKS AESCULAP) wygrała dzisiaj slalom Pucharu Europy w Garmisch (Niemcy) z czasami: 54.21 + 53.03 = 1:46.24. Drugie miejsce zajęła Norweżka Nina Loeseth (54.30 + 52.11 = 1:46.41) a trzecie Francuzka Sandrine Aubert (54.93 + 52.00 = 1:46.93). Do występu Kasi w slalomie na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich pozostało już niewiele czasu. Trzymajmy mocno kciuki. Konkurencja ta odbędzie się 22.02.2006 r. (pierwszy przejazd o godz. 14:45). Wyniki na stronie FIS. >>>



70. Maskarada na Łysej Górze * 2006-02-20 18:21



W dniu 19.02.2006 r. na Łysej Górze odbyła się maskarada dla narciarzy. Dzieci, młodzież i rodzice - członkowie Szkoły Narciarskiej Aesculap wzięli udział w zabawie, która polegała na fantazyjnym połączeniu popisów jazdy synchronicznej w narciarskich zespołach z prezentacją ubiorów z bajkowego świata ludzi i zwierząt. Na specjalnie wydzielonym i ogrodzonym fragmencie nartostrady poszczególne grupy szkoleniowe wykonywały pokazy pięknej jazdy. Nasi uczestnicy z wdziękiem pozowali przy tym do zdjęć. Śmiechu było co niemiara, bo niektórzy mieli poważne kłopoty z rozpoznaniem swoich dobrych, znanych od dawna, przyjaciół. Cieszyły oko pomysłowe kreacje, często subtelnie zgodne z charakterem ich prezydentów. Na stoku zaroilo się od kolorowo poprzebieranych narciarzy. Fruwały czarownice na miotłach, królowy zachwycaly urodą, królowie dumnie nosili swoje złote korony. Na nartach zjeżdżały lisy i tygrysy... Nie zabrakło na Łysej tego dnia przedstawicieli różnych zawodów; wyjątkowo obrodzili lekarze i pielęgniarki. Nie zabrakło policjantów a nawet przedstawicieli sycylijskiej mafii :). Po zakończeniu popisów wszyscy zebrali się na szczycie góry aby uśmiechnąć się do obiektywu naszego aparatu. Maskarada ta stała się w ciągu ostatnich lat nieodzownym punktem programu zajęć Aesculapa. Dzieci niecierpliwie czekają na nią przez cały rok. I chociaż zawsze miło spędzają czas na nartach, to tego dnia bawią się najlepiej. Zresztą proszę tylko spojrzeć na fotografie, oto galeria. >>>

71. Srebro i złoto dla Agnieszki Iwanickiej na OOM * 2006-02-22 16:52



Agnieszka Iwanicka (SN i SKS AESCULAP) znakomicie spisuje się w konkurencjach alpejskich Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w Siennej k/Stronia Śląskiego (czyli w Ośrodku Górskim "Czarna Góra"). Odbywa się ona w cieniu Zimowych Igrzysk Olimpijskich. Zawody trwają od 20 lutego a zakończenie przewiduje się na 24 lutego 2006. Do tej pory przeprowadzono dwa slalomy giganty - nr I i nr II (ten drugi jest zaliczany do dwuboju) - jako dwie odrębne konkurencje. Dlatego zawodnicy mogli walczyć o medale w sl. gigancie dwukrotnie. Pierwszego dnia (21.02) po opadach śniegu trasa była miękka i gospodarze mieli trochę problemów z jej przygotowaniem. Dzisiaj było twardo na trasie, ale za to występowała mgła utrudniająca jazdę. W tych dość niesprzyjających warunkach start Agnieszki był bardzo udany. Zdobyła ona srebrny i złoty medal. Serdecznie gratulujemy! Jutro i pojutrze odbędą się slalomy (jeden z nich do dwuboju). Wyniki: 1. , 2. .

72. Ładny drugi przejazd Katarzyny Karasińskiej w Sestriere * 2006-02-22 19:25



Kasia Karasińska (SN i SKS AESCULAP) ma już za sobą trudny start w olimpijskim slalomie. Po kontuzji na początku sezonu baliśmy się trochę o nią. Biorąc udział w kolejnych zawodach FIS, w Pucharze Świata i Europy systematycznie powracała do formy. A tuż przed Igrzyskami wygrała nawet slalom PE (zrobiła 6.30 FIS-punktów!!). Dzisiaj z zapartym tchem patrzyliśmy jak, stremowana trochę, pokonywała górną część trasy. Zapewne pojechała wolniej niż planowała to sobie. Musiała zapłacić frycowe za debiut w tej wielkiej imprezie (być może zaważył fakt, że zabrano jej cztery lata temu możliwość startu w [Salt Lake City](#) - teraz po doświadczeniach na pewno było by jej łatwiej). Natomiast drugi przejazd pojechała już jakby rozluźniona, widać było werwę i animusz w jeździe, wiarę w siebie. Do złotej medalistki Anji Pearson Kasia straciła w tym drugim niewiele ponad dwie sekundy. Jechała na

poziomie wielu zawodniczek ze środkowej grupy czasowej. Po analizie czasów przejazdu poszczególnych alpejek można stwierdzić, że Kasia ma duże możliwości i może nam w najbliższym czasie sprawić niejedną, miłą niespodziankę, nawet w Pucharze Świata. Dzisiaj ostatecznie zajęła 30 miejsce. Dziękujemy Kasiu za start w Igrzyskach! Wyniki z dzisiejszych zawodów tutaj. >>>

Michał Razniewski



Pocztówka z Turynu. Na zdjęciu: Roland Bair, Katarzyna Karasińska, Jan Bisaga, Dagmara Krzyżyńska, Zbigniew Kamiński

73. Kolejny medal Agnieszki Iwanickiej * 2006-02-24 14:27



Nasza zawodniczka odniosła kolejny sukces (czytaj niżej) na Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży w Czarnej Górze. Dzisiaj, w ostatnim dniu zawodów rozegrano slalom. Agnieszka pojechała znakomicie - wywalczyła srebrny medal. A więc może poszczycić się niezłą kolekcją: dwa srebrne i jeden złoty medal; krążków jest właściwie sześć, bo w ramach olimpiady rozegrano również mistrzostwa Polski. Z przyjemnością przedstawiamy Państwu mistrzynię Polski - poniżej na zdjęciu. Dzisiejszy slalom rozgrywany był podczas wspaniałej pogody, w idealnych warunkach (pełne słońce, mróz - 6 C), trasa była równa i szybka. Miłą niespodzianką podczas zakończenia imprezy było wręczenie czołowej grupie alpejek i alpejczyków pięknych wyróżnień - kół olimpijskich przyznanych przez Polski Komitet Olimpijski.

74. Zawody Rodzinne 2006 * 2006-02-26 19:08



Łysa Góra. Kolejny dzień zajęć Szkoły Narciarskiej Aesculap. W naszej galerii tym razem obejrzyć można zdjęcia z corocznych Zawodów Rodzinnych i Skrzata, a także z treningu jazdy synchronicznej, jaki odbyli nasi demonstratorzy. Zawody rozegrano w konkurencji slalomu giganta. O kolejności na mecie decydowała suma czasów przejazdów członków zespołu: dziecka i rodzica. Jak zwykle w takich wypadkach rywalizacja była duża, a wyścigi wyzwały wiele emocji. Frekwencja dopisała, startowali prawie wszyscy liczący się w stawce :) alpejczycy, w sumie zawody ukończyło 78 osób. W poszczególnych kategoriach zwyciężyły rodziny: Zięcików, Klinów, Osuchów, Szczęśniaków, Jazienickich i Gwoździewiczów. Zapraszam do obejrzenia galerii: * [Zawody Rodzinne](#) * [Demonstratorzy](#) *. Wyniki. >>>

75. Bergson Winter Challenge na Łysej Górze * 2006-03-01 16:07



Na Łysą Górę zawitał słynny wyścig Bergson Winter Challenge. Pierwsi uczestnicy pojawili się na szczycie już wczoraj, o godz. 21.30. Rano (koło 9.00) obserwowaliśmy przejazd ekipy Finlandii i Polski. Ostatni zespół (Czesi) pojawił się dzisiaj koło południa. Na Łysej mieścił się punkt kontrolny nr 22. Narciarze, którzy przyjechali pojeździć na trasach mikrostacji mieli okazję przypatrzeć się z bliska zawodnikom Masters Race, którzy w tym momencie pokonywali trasę na rowerach górskich. Rowerzyści z

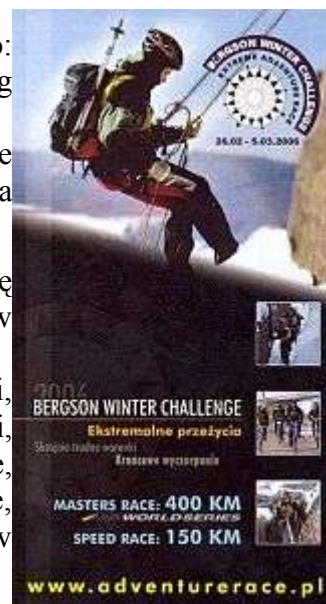
wysiłkiem pokonywali stromą górę od strony Kapelli do schroniska na Łysej Górze. Przyjechali do nas z Pilchowic (start i meta całego rajdu zlokalizowana jest w Karpaczu). Czteroosobowe zespoły mają do zaliczenia podczas rajdu kolejno: 5 kilometrowy bieg na orientację, 36 kilometrowy trekking, 49 kilometrową jazdę na rowerze górskim, 42 kilometrowy bieg na nartach, znowu 103 kilometrowy rajd na rowerze, znowu 65 km trekking; dalej 37 km na nartach biegowych, 16 km na rowerze, 18 km trekking i na koniec 44 km na rowerze górskim. **Razem 415 km!!!** Bergson Winter Challenge to jedyne na świecie zimowe zawody zaliczane do Adventure Race World Series.

Krótko cytujemy fragment opisu rajdu ze strony Organizatora:

BERGSON WINTER CHALLENGE to:
- ekstremalne zimowe zawody klasy adventure racing
- dynamiczne i widowiskowe konkurencje i zadania specjalne
- wytrzymałość, rywalizacja, krańcowe wycieńczenie
- ekstremalne przeżycia
- prawdziwe sportowe emocje. (www.adventurerace.pl)

Z każdą kolejną edycją **BERGSON WINTER CHALLENGE** stawał się coraz bardziej prestiżowymi zawodami. Obecnie wśród zawodów adventure racing jest to:

- jedna z najlepszych imprez w Europie pod względem atrakcyjności, trudności i medialności,
- największa zimowa impreza w Europie, a druga na świecie,
- największa i najbardziej popularna i prestiżowa impreza w Polsce,
- jedna z grona prestiżowych imprez zaliczanych do Pucharu Świata w 2006 roku (Adventure Race World Series). (www.adventurerace.pl)



Zapraszam do obejrzenia [fotoreportażu](#) z przejazdu zawodników przez Łysą Górę. >>>

76. Zawody dla najmłodszych * 2006-03-03 12:58

SKRZAT W dniu 12 marca 2006 roku na Łysej Górze organizujemy otwarte zawody w narciarstwie alpejskim dla najmłodszych dzieci - z rocznika 98 i młodszych (dla zrzeszonych i niezrzeszonych). W programie zawodów jest jedna konkurencja - slalom gigant, który zostanie przeprowadzony w górnej części nartostrady nr 2. Zgłoszenia przyjmujemy w biurze SN i SKS AESCULAP do dnia 10.03.2006 r. godz. 15.00 lub w dniu zawodów do godz. 9.45. Telefon: 075 76456 04. E-mail: aesculap@interia.pl.

77. Nowe galerie Łysej Góry * 2006-03-05 18:20



Zapraszam do nowych galerii Łysej Góry (w Górach Kaczawskich). Prezentuję w nich zdjęcia wykonane w Mikrostacji Sportów Zimowych na przestrzeni minionego roku (1) i ostatnich dwóch miesięcy obecnego sezonu (2) - plon wycieczek na szczyt, czy codziennych spacerów drogą dojazdową oraz zjazdów trasami narciarskimi. Zasięg tych mini wędrówek jest zaiste niewielki - w promieniu dwóch kilometrów zaledwie. Ale za to obiektyw aparatu mgłem kierować na cztery strony świata o rozmaitych porach dnia :). Widoki z Łysej Góry na Karkonosze, Góry Izerskie oraz Rudawy Janowickie są wspaniałe i nieraz zapierają dech w piersi. Często spotykane tutaj zjawisko inwersji a także występująca szadź upiększają krajobraz. Mgły wypełniają Kotlinę Jeleniogórską, przelewają się przez Przełęcz Widok, a ponad tym wszystkim ośnieżone szczyty otaczających nas gór... I jeszcze mikrostacja z jej wyciągami i narciarzami. Ratraki, sieć lin i krążków, siatki i płotki, armatki ziejące białym pyłem... Technologia i przyroda - niekoniecznie w konflikcie. Po naszymu to dobrodziejstwo, dłuższa zima na mikrej wysokości (tylko 700 m n.p.m.), białe szaleństwo jest możliwe tuż obok bloków jeleniogórskiego Zabobrza - 15 minut jazdy samochodem... Półtorej godziny marszu piechotą przez las, 40 minut jazdy rowerem! Proszę popatrzeć na nasze kaczawskie, podmiejskie Alpy w zimowej szacie. [Galeria 1](#), [Galeria 2](#). Ponadto polecam jeszcze inną ciekawą galerię - [Skrzaty i](#)

[demonstratorzy](#) - o uczestnikach Szkoły Narciarskiej Aesculap.

78. **Katarzyna Karasińska wygrała slalom FIS** * 2006-03-06 18:02



...w szwajcarskiej miejscowości Wildhaus (pierwszego dnia zawodów - 4.03.2006). Pokonała ona między innymi: Włoszkę Emmi Pezzedi oraz zawodniczkę z Liechtensteinu Marinę Nigg i Jessicę Walter. Druga Polka - Dagmara Krzyżyńska zajęła siódme miejsce. Startowało ponad sto zawodniczek. Podczas następnego dnia zawodów Kasia nie ukończyła drugiego slalomu a Dagmara zajęła trzecie miejsce. Zimowe Igrzyska Olimpijskie polska reprezentacja ma już dawno za sobą, ale teraz dopiero dotarła do Jeleniej pocztówki, którą [Kasia](#) wysłała do nas z Włoch, z pozdrowieniami od alpejek i ich trenerów. Przekazujemy pozdrowienia z dużą przyjemnością wszystkim naszym czytelnikom. Poniżej - na zdjęciu - zawodniczki wraz z trenerami. Wyniki na stronie FIS. >>>

79. **O włos od trzydziestki** * 2006-03-11 14:49



Katarzyna Karasińska startowała w dwóch slalomach Pucharu Świata, które rozegrane zostały w miejscowości [Levi](#) (znany fiński w kurort; PŚ był już tu rozgrywany dwa lata temu, na początku obecnego sezonu przeprowadzono w Levi także [Mistrzostwa Świata](#) Instruktorów Narciarskich). Kolejna tegoroczna próba (w zeszłym roku powiodła się) wdarcia się do trzydziestki czołowych alpejek świata (i szansy na jazdę z pierwszym numerem startowym w drugim przejeździe) zakończyła niepowodzeniem. Jednak Kasia była tym razem dosłownie o włos od szczęścia... Wczoraj, pierwszy przejazd ukończyła na 31 miejscu, a do trzydziestej zawodniczki dnia, Szwedki Kristiny Huldtin zabrakło jej tylko 8 setnych sekundy. Dzisiaj zakończyła slalom na 32 pozycji ze stratą 24 setnych sekundy do trzydziestej zawodniczki, Francuzki Sandrine Aubert, a 2,93 sekundy do zwyciężczyni slalomu Anji Paerson. [Nasza alpejka](#) walczy, pracowicie zbiera punkty w zawodach FIS - w slalomie ma ich w tej chwili 6.76 i zajmuje na tej światowej liście 34 pozycję w gronie kilku tysięcy zawodniczek. Wyniki z 10 i 11.03 na stronie FIS. >>>

80. **Skrzat 2006** * 2006-03-12 18:35



Na Łysej Górze odbyła się otwarta narciarska impreza dla dzieci pod nazwą "Skrzat 2006". Szkoła Narciarska Aesculap już od wielu lat organizuje sprawdziany i zawody dla swoich najmłodszych uczestników. W tym roku postanowiono, że ten tradycyjny, rozgrywany zawsze pod koniec sezonu, slalom gigant dla maluszków, będzie ustawiony dla wszystkich zainteresowanych. I tak się stało, wystartowało sporo skrzatów - zawodników niezrzeszonych (nawet z dalekiego Wrocławia); niektórzy po raz pierwszy w życiu brali udział w tak poważnych zawodach :). Pojawiła się także silna ekipa krasnali z klubu Śnieżka Karpacz, no i oczywiście Aesculapiacy - gospodarze. Pomimo sporych opadów śniegu, trasa była dobrze przygotowana, równa i bezpieczna. Wszystko przebiegało sprawnie, fotocela nie zawiodła; choć pogoda nie rozpieszczała zbytnio - było zimno. Zawodnicy pokonali wszelkie trudności, dzielnie radzili sobie na trasie, dokładnie i szybko pokonując kolejne bramki giganta. Ich poczynania śledzili bacznie rodzice, głośnymi okrzykami zachęcając swoje pociechy do walki. Inni narciarze z niedowierzaniem przypatrywali się małym alpejczykom. -Jak to możliwe, takie małe, a tak pięknie prują w dół, nie bojąc się wcale... Dzieci otrzymały medale i śliczne misie w nagrodę za piękną jazdę. W poszczególnych kategoriach wiekowych zwyciężyli: Kinga Szenajch (Śnieżka Karpacz), Sara Koper (Aesculap) i Laura Gadomska (Śnieżka Karpacz). Komplet wyników [tutaj](#). Obszerny reportaż - pod tym linkiem. >>>

81. **Katarzyna Karasińska mistrzynią Polski** * 2006-03-18 16:30





W dniach 16 - 17.03.2006 w Szczyrku odbyły się Mistrzostwa Polski w konkurencjach alpejskich. Rozegrano slalomy i slalomy giganty w konkurencji kobiet i mężczyzn. Katarzyna Karasińska (SN i SKS Aesculap) wygrała w tych mistrzostwach slalom (z czasami 55.66 + 56.59 = 1:52.25), wyprzedzając swoją koleżankę z kadry Polski Agnieszkę Daniel Gąsienicę (56.13 + 57.22 = 1:53.35). Kasia i Agnieszka



wygrały wyraźnie z pozostałymi zawodniczkami, z których trzecia na mecie, Anna Berezik miała po 5 sekund straty do zwyciężczyni w każdym przejeździe. Natomiast w slalomie gigancie czasy czołwki były już bardziej wyrównane. Najlepiej pojechała Agnieszka Daniel Gąsienica (1:00.10 + 1:00.15 = 2:00.25), druga była Dagmara Krzyżyńska (59.98 + 1:00.76 = 2:00.74) a trzecia Katarzyna Karasińska (1:01.14 + 1:00.88 = 2:02.02). Miłym akcentem zawodów jest dobry wynik drugiej reprezentantki z Dolnego Śląska - Doroty Kaczmarek (Śnieżka Karpacz), która zajęła 5. i 7. miejsce. Wśród mężczyzn dwukrotnie triumfował Michał Kałwa. Szczegółowe wyniki na stronie FIS. >>>


82. 100 zdjęć z Ogólnopolskich Zawodów Instruktorów i Trenerów SITN-PZN! 2006-03-25 17:53



SITN zorganizował dla swoich członków blok imprez, w skład którego wchodzi: Ogólnopolskie Zawody Instruktorów i Trenerów Narciarstwa, Mistrzostwa Licencjonowanych Szkół Narciarskich oraz Posezonowa Kursokonferencja Instruktorów Wykładowców. Było to w dniach 21-24.03.2006 r. Imprezy odbywają się każdego roku w okresie wiosennym - na zakończenie sezonu, przeważnie w Zakopanem i okolicznych ośrodkach, które oferują znakomicie przygotowane trasy; między innymi w Białce Tatrzańskiej, na Długiej Polanie i w Kluszkowcach (czekamy na inne propozycje - na kursokonferencji rozmawialiśmy o różnych możliwościach, ciekawie by było na przykład w Czarnej Górze k/Lądka Zdroju). Są to dość wygodne alternatywy, bo "schodząc" z Kasprowego, organizatorzy nie są zależni od kaprysów pogody, częstych wiatrów unieruchamiających kolejkę. Niewielkie stacje narciarskie zaspokajają oczekiwania nawet najbardziej wybrednych narciarzy i stanowią (przy swojej ilości - pojawiają się, rosną szybko jak grzyby po deszczu) dużą konkurencję dla "świętej góry". SITN zaprosił w tym roku instruktorów do Kluszkowiec, miejscowości malowniczo położonej nad Zalewem Czorsztyńskim. Stacja narciarska położona jest na zboczach góry Wdżar. Jest to niezwykle urokliwe miejsce, rozpościera się stąd piękny widok na okolicę - możliwy jest rzut oka na cztery strony świata i... na cztery parki narodowe (Pieniński, Gorczański, Tatrzański, Babiogórski), Jezioro Czorsztyńskie, Tatry i Kotlinę Nowotarską. Uczestnicy zawodów mieli dużo szczęścia, trafili na piękną pogodę. Nocne i poranne przymrozki pomogły przy utrzymaniu tras. Jazdę stylową i slalomy giganty rozegrano na tzw. "betonie". Było idealnie - pierwszy i ostatni zawodnik jechał naprawdę w podobnych warunkach. Do Kluszkowiec przybyło wielu instruktorów z całej Polski. W jeździe technicznej brało udział 113 osób a w slalomie gigancie 183. Reprezentowane były wszystkie liczące się w stawce krajowe szkoły narciarskie. Pierwszego dnia odbyła się jazda stylowa; uczestnicy konkursu mieli do wykonania cztery ewolucje: łuki płużne, skręt równoległy, śmig oraz krystianię NW (skala ocen: od 0 do 10 pkt). Ich popisy oceniały cztery komisje składające się z trzech osób każda. Największą ilość punktów zebrali Aleksandra Libera, Magdalena Rumińska, Agata Siudak, Agnieszka Jaśkiewicz, Katarzyna Strama, Dominika Dworska oraz Zbigniew Polański, Rafał Rydrych, Andrzej Marasek, Bartosz Stypa, Andrzej Pietrzyk (wyniki jazdy technicznej -  PDF, 100 KB) . Należy nadmienić, że poziom jazdy instruktorów jest bardzo, bardzo wysoki; szczególnie w slalomie gigancie. W ostatnim czasie obserwujemy pozytywne zjawisko wstępowania w szeregi instruktorów byłych zawodników (kwalifikacje zdobywają oczywiście na Centralnym Kursie Instruktorskim). Z jednej strony podwyższają oni "poprzeczkę", jednak z drugiej, stanowią atrakcję przez duże "A", i motywują swoim mistrzostwem pozostałych do wytężonej pracy - doskonalenia się w narciarstwie.


Z [SITN](#) otrzymaliśmy oficjalne wyniki w slalomie gigancie. W poszczególnych kategoriach wiekowych zwyciężyli: Krzysztof Sobczyk, Aleksandra Libera, Katarzyna Strama, Stefan Marek, Zbigniew Sokalski, Tadeusz Makuch, Bartłomiej Ptak i Wojciech Podgórnny. Wyniki GS  (PDF, 100 KB). W klasyfikacji TOTAL pierwsze miejsce zajęła Aleksandra Libera, drugie Katarzyna Strama a trzecie Magdalena Kamika Rumińska. Nasza instruktorka - Dominika Dworska uplasowała się na 4. miejscu. Okazała się najlepszą zawodniczką teamu Aesculapa. Gratulujemy. Wyniki TOTAL  (PDF, 100 KB). W mężczyznach triumfował

Mirosław Niedzielski, drugie miejsce zajął Kasper Leonowicz a trzecie Andrzej Marasek. Wyniki TOTAL  (PDF, 100 KB). Zespół Aesculapa wystawił regulaminową "piątkę" zawodników i ostatecznie zajął 9. miejsce w II Mistrzostwach Licencjonowanych Szkół Narciarskich (wyniki drużynowe  PDF, 80 KB). Jeleniogórzanie spisali się w Kluszkowcach nieźle. Na uwagę zasługują dobre wyniki w jeździe technicznej Dominiki Dworskiej, 5-6 miejsce (z taką samą ilością pkt co Katarzyna Strama - 33) i Piotra Wądołowskiego - 6 miejsce (33,5 pkt) oraz 14 miejsce Marty Maciejewskiej w (31 pkt), a także 13 miejsce Szymona Kempistego w TOTALU. Przy tej okazji dziękuję całemu TEAMOWI SN AESCULAP za udział w zawodach i walkę na trasie - naprawdę nie było łatwo zjechać... Podziękowania dla Joanny Ceglińskiej za wkład pracy w organizację wyjazdu i pilotowanie ekipy na miejscu. Zapraszam do obejrzenia galerii zdjęć z tej pięknej imprezy. Proszę kliknąć na ten link. [KLUSZKOWCE 2006](#)

Należy się jeszcze kilka słów naszym Czytelnikom na temat idei kursokonferencji IW. Co roku ok. 100 osób posiadających stopnie funkcyjne stowarzyszenia tzw. instruktorów wykładowców, spotyka się w celach szkoleniowych. Są to duże zebrania, dodatkowe, organizowane niezależnie od obowiązkowych, statutowych zgromadzeń. W programie każdej kursokonferencji są zajęcia z zakresu teorii i organizacji narciarstwa, nowinek technicznych, dyskusje - "wolne trybuny". Omawia się tu aktualne wydarzenia ze świata instruktorów - omawiane są kongresy nauczania (IVSI, ISIA...), przedstawiane relacje, sprawozdania z wyjazdów reprezentantów SITN, poruszane są sprawy kadrowe. Odbywają się robocze posiedzenia poszczególnych komisji (Szkolenia, Szkół itp.), a także obrony prac kandydackich IW. Uczestnicy tegorocznej kursokonferencji zakwaterowani byli w zakopiańskim ośrodku wypoczynkowym "Wanta" (również w innych, pobliskich domach wypoczynkowych). Mocnym punktem programu spotkania IW była prezentacja maszyny diagnostycznej i wykład Andrzeja Małysy na temat obowiązku dokonywania kontroli wiązań narciarskich (o standardach wynikających z całej treści normy ISO 11088). Andrzej Milewski omówił swój wyjazd na Mistrzostwa Świata Instruktorów Zawodowych w fińskim Levi, a Kuba Grzymała przedstawił plany wyjazdu na kongres IVSI 2007 w Korei. Odbyły się również obrony prac kandydackich Anny Klepackiej, Katarzyny Górskiej oraz Wojciecha Podgórnego (szczegóły na stronie SITN). Wszyscy wymienieni obronili prace i zostali przyjęci do grona instruktorów wykładowców. Gratulujemy! Do zobaczenia w przyszłym sezonie! Wersja do druku, pobierz:  (PDF, 140 KB).

83. Zakończenie sezonu 2005/2006 * 2006-04-07 11:32



W dniu 14.05.2006 r. spotykamy się na tradycyjnym ognisku. Oficjalnie kończymy sezon narciarski. Czas na podsumowania, ogłoszone zostaną wyniki współzawodnictwa. Czas na towarzyskie spotkania... Czas na wspólne pogawędki o nadchodzących wakacjach... Przed wyjazdem na Łysą Górę, zbiórka na Placu Ratuszowym w Jeleniej Górze o godz. 8.00. Przy okazji informuję, że są już dostępne na stronie wyniki, przeprowadzanego każdego roku, sprawdzianu z jazdy stylowej dla uczestników naszej szkoły narciarskiej (w tym sezonie było to w dniach 11, 12, 18 i 19 marca). Ewolucje (w zależności od grup wiekowych): łuki płużne, skręt równoległy i śmig, skręt z półpługu, skręt równoległy NW. Oto wyniki:  (dokument PDF, 90 KB).

84. Akcja zbierania śmieci 2006-04-07 11:56



Zapraszamy naszych członków i uczestników a także wszystkich sympatyków Łysej Góry do wspólnego wykonania prac porządkowych. Akcję zbierania śmieci musimy organizować po każdym zakończeniu sezonu, podobnie jak to się dzieje w całym kraju. Po lasach i stadionach krążą ochotnicy z workami w rękach i "odśmiecają" nasze środowisko. Kiedy wyciągi stanęły a śnieg spłynął do Chrośnickiego Potoku, na stokach mikrostacji zostały odsłonięte różne "drobiazgi" (w stylu plastikowych butelek czy foliowych woreczków śniadaniowych), które psują piękny krajobraz Gór Kaczawskich. Osoby, które zdecydują się nam pomóc, proszone są o zgłoszenie i odbiór worków na śmieci przy schronisku na szczycie góry w dniu 23.04.2006 i 30.04.2006 oraz 13.05.2006 r. o godz. 10.00. A przy

okazji sprzątania mamy spacer na świeżym powietrzu :).

85. **Nowe archiwalne zdjęcia Aesculapa** * 2006-05-05 21:07



Dzisiaj zakończyłem realizację archiwalnej galerii Aesculapa składającej się z trzech części. I - okres 1970 do 1986, II - 1987 do 1997, III - 1998 do 2006 roku. Teraz obchodzimy 35-lecie działalności, dobra okazja do pokazania przynajmniej reprezentatywnych, wyselekcjonowanych fotografii (archiwum jest ogromne - nie sposób wysłać do Internetu tych wszystkich). Latami uczestnicy naszej szkoły poznawali tajniki narciarstwa, uczyli się technik jazdy na nartach. Przez kolejne soboty i niedziele aktywnie brali udział we wspólnych śnieżnych zabawach. Mowa tu o pokoleniach... O małych, młodych i tych starszych narciarzach... "Wychowywanych przez góry i dla gór". Mowa tu o rodzinach, których członkowie najpierw w dzieciństwie pobierali w Aesculapie lekcje, a później przyprowadzili do nas swoje dzieci... Cała historia Szkoły i Klubu - kalendarium jest dostępna na tej stronie. Archiwalne zdjęcia, które teraz umieściłem ilustrują ją lepiej. Zdjęcia, zdjęcia... Lata spotkań wyjazdów. Obozy letnie i zimowiska... Góry... Niezapomniane Odrodzenie, wypad pod Łabski Szczyt... Niezawodna Wiciarka... Aesculapiacy - absolwenci... Spotykamy się z nimi nieustannie. Nauka nie poszła w las... Tego się nie zapomina. Do tej pory wszyscy jeżdżą na nartach! Niektórzy wyjechali, mieszkają daleko od Jeleniej Góry... Ale myślami są zawsze z nami. Internet także pomaga... Obejrzcie te stare zdjęcia. Łezka w oku się kręci... Galerie:

Część pierwsza (1970 - 1986). [>>>](#)

Część druga (1987 - 1997). [>>>](#)

Część trzecia (1998 - 2006) [>>>](#)

86. **Już w najbliższą niedzielę...** * 2006-05-09 10:30



... spotykamy się na Łysej Górze na zakończeniu sezonu 2005/2006! Przypominamy, że zbiórka (członków Aesculapa) przed wyjazdem odbędzie się jak zwykle na Placu Ratuszowym w Jeleniej Górze o godz. 8.00. Zapraszamy w Góry Kaczawskie naszych uczestników, ale i nie tylko. Wszyscy sympatycy Łysej Góry są mile widziani; także miłośnicy koni. Oprócz bowiem tradycyjnej, oficjalnej części, z podsumowaniem wyników rocznego współzawodnictwa szkolnego, na terenie mikrostacji odbędzie się pokaz jazdy konnej w stylu western. Poprowadzi go Pan Ireneusz Grobelny. Oto kilka składowych tego pokazu: elementy traila, praca z koniem z ziemi, naturalne metody układania. Zapraszamy.

87. **750-lecie Dziwiszowa** * 2006-05-12 14:05



Zmotoryzowani turyści a także rowerzyści kierujący się z Jeleniej Góry na Przełęcz Widok i Łysą Górę muszą przejechać przez malowniczo położoną w dolinie potoku Złotucha, piękną łańcuchową wieś Dziwiszów. Jest to urokliwe miejsce, a wieś obecnie zmienia się wyraźnie w kurort (dzięki sąsiedztwu stacji narciarskiej). Kiedy mijamy ostatnie bloki jeleniogórskiego "Zabobrza", nic nie zapowiada większych wrażeń. Nagle wędramy się w las, góry schowane są za koronami drzew. Ale już po kilku minutach jazdy otwiera się ładny widok na ślicznie położoną miejscowość. Zabudowania ułożone są po obu stronach Złotuchy - w dolinie. Jednak na sąsiednich zboczach i pagórkach istnieje jeszcze wiele ciekawie położonych domostw, starych, przedwojennych gospodarstw rolnych, a także zupełnie nowych domków jednorodzinnych i pensjonatów. Mieszkańcy każdego z nich mają na co dzień niezwykle piękny widok na okoliczne góry, a w szczególności na Karkonosze. Spacerując po wsi można dostać zadyszki - aby dostać się do niektórych posesji trzeba się wspinać ostro :). Poruszamy się tutaj z górki, i pod górkę. Ale naprawdę warto pochodzić po Dziwiszowie. Ukształtowanie terenu pozwala na podziwianie doliny i zabudowań z najrozmaitszych stron. A w tle... wszędzie lasy... Wieś jest stara. Właśnie w tym roku obchodzi swoje 750-lecie. Włodarze Gminy Jeżów Sudecki zaplanowali rozpoczęcie obchodów na dzień 29 lipca, a koniec na 10 sierpnia 2006 roku. Odbędzie się już kilka spotkań z mieszkańcami w sprawie przygotowań i organizacji szeregu imprez i uroczystości. Niejako wyprzedzając te miłe najpewniej

dla wszystkich chwile, zapraszam do obejrzenia galerii fotografii pięknego Dziwiszowa. >>>

88. **Zakończenie sezonu 2005/2006** * 2006-05-15 14:27



Wczoraj, na Łysej Górze odbyła się uroczystość zakończenia sezonu Szkoły Narciarskiej i Sudeckiego Klubu Sportowego Aesculap. Jak co roku ogłoszono wyniki współzawodnictwa szkolnego, rozdano uczestnikom puchary i nagrody. Spotkanie przebiegało w niezwykle miłej atmosferze. Podczas tradycyjnej prezentacji instruktorów i ich wychowanków publiczność nie szczędziła ciepłych braw. Nasze alpejki, reprezentujące klub na arenach krajowych i międzynarodowych - Katarzyna Karasińska i Agnieszka Iwanicka - zostały powitane ze szczególną serdecznością. Obecni zapoznali się z ich tegorocznymi sukcesami. Między innymi: Agnieszka jest aktualną złotą i podwójnie srebrną medalistką Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w Czarnej Górze, Kasia - mistrzynią Polski w slalomie i uczestniczką Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Turynie. Rozdawaniu autografów nie było końca... Honorowymi gośćmi na tej uroczystości byli: przedstawiciel Prezydenta Miasta, Pani Grażyna Malczuk, Wójt Gminy Jeżów Sudecki, Pan Edward Dudek, przedstawiciel Tygodnika ANGORA, Pan Marian Sajnog oraz prezes Dolnośląskiego Związku Narciarskiego, Pan Andrzej Karasiński.

Po części oficjalnej odbyło się ognisko oraz dawno już zapowiadany pokaz jazdy konnej w stylu western. Wykonał go Pan Ireneusz Grobelny na klaczy Krewa. Oto kilka składowych tego pokazu: elementy traila, praca z koniem z ziemi, naturalne metody układania. Pokaz komentował z mikrofonem w ręku syn pana Irka, Radek. Nasi goście i członkowie Szkoły i Klubu zgromadzili się przy nowo wybudowanym padoku, aby podziwiać popisy znakomitego jeźdźca i jego wspianego konia. Pan Ireneusz odniósł wiele sukcesów w wymienionych konkurencjach. Ciekawostką jest fakt, że Krewa słucha tylko jego. Jemu tylko pozwala się czyścić, siodłać i jeździć. Innych nie toleruje i może być niebezpieczna dla tych śmiałków, którzy zechcą do niej podejść lub dosiąść. Galeria. >>>

89. **Łysogórki 2006 - zmieniona trasa** * 2006-05-21 15:30



Już w najbliższą niedzielę, 28.05.2006 r. odbędą się pierwsze w tym roku "Łysogórki". Wszystkich bikerów zapraszamy na trasy rowerowe w Górach Kaczawskich. Na terenie Gminy Jeżów Sudecki oddano ostatnio do użytku kilka ciekawych wariantów o różnym stopniu trudności. Są [oznakowane](#), a w węzłowych punktach dróg znajdują się mapy. Można się też pościgać. Szkoła Narciarska i Sudecki Klub Sportowy "Aesculap" organizuje podczas lata cykl zawodów rowerowych w formule otwartej. Rozgrywa się pięć wyścigów MTB. Miejscem zawodów jest teren Mikrostacji Sportów Zimowych "Łysa Góra" w Dziwiszowie. Kolejne imprezy odbędą się w dniach: 28.05.2006, 25.06.2006, 30.07.2006, 27.08.2006 i 24.09.2006. Głównymi nagrodami są: bilet wolnej jazdy wyciągami narciarskimi na "Łysej Górze" na cały sezon 2006/2007 oraz bezpłatny pobyt w SN i SKS AESCULAP. Poszczególne wyścigi cyklu rozpoczynają się zawsze o godz. 11.00 (najpierw startują grupy młodsze). Zapisy odbywają się w dniu zawodów, na Łysej Górze (przy kawiarni na szczycie) od godz. 9.00 do 10.30. Zgodnie z zapowiedziami została zmieniona trasa, jest urozmaicona, dużo ciekawsza niż w ubiegłym roku. Różnica wzniesień pomiędzy najwyższym punktem trasy, a najniższym wynosi 200 m. Więcej informacji, regulamin, galerie. >>>

Uwaga! Impreza extra! Po każdych "Łysogórkach" rozgrywane będą zawody na [hulajnogach](#) zjazdowych w slalomie. Zawodnik przejeżdża trasę na czas (3 razy), a o wyniku decyduje suma dwóch lepszych przejazdów. Regulamin OTWARTYCH ZAWODÓW W ZJEŹDZIE NA HULAJNODZE.

90. **I edycja Łysogórek za nami** * 2006-05-28 20:38



W dniu 28.05.2006 r. odbyły się pierwsze tegoroczne zawody naszego [cyklu](#). Rozegrane zostały na nowo wytyczonej 5300-metrowej pętli (młodsze grupy ścigały się na małej pętli w okolicach schroniska na szczycie góry). Zawodnicy, którzy pojawili się na Łysej Górze i zdecydowali na start w wyścigu mieli nie lada orzech do

zgrzyzenia. Jak utrzymać się na śliskiej nawierzchni (i to niezależnie od rodzaju, czy to na szutrze, trawie, leśnym igliwiu czy gliniastych odcinkach drogi). Wszystko bowiem ociekało dosłownie wodą, po nocnych i rannych opadach deszczu. Słońce, które wyszło zza chmur tuż po starcie pierwszej grupy, niewiele mogło zmienić, a silny wiatr zaczął poważniej suszyć trasę już po zakończeniu imprezy. Tak więc, było trudno... Jednak bikerzy okazali się "odporni" na przeciwności losu i pokonali odważnie, i co najważniejsze skutecznie, naprawdę trudną tego dnia, wymagającą trasę. Trudną technicznie na zjazdach, pełną zakrętów - zawodnicy wykazali się tutaj umiejętnościami iście akrobatycznymi, bo było jak na lodzie. Więcej, wyniki, galeria 73 zdjęć. >>>

91. Konie. Otwarcie sezonu jeździeckiego * 2006-06-07 11:45



Mikrostacja Sportów Zimowych Łysa Góra w Dziwiszowie kojarzy się wszystkim z narciarstwem zjazdowym. I nic w tym dziwnego, bo jeszcze niedawno temu, tylko zimą tętniło tu życie. Stacja znana jest z przyjaznych i dobrze utrzymanych stoków. Gwarantowane są piękne widoki na Góry Kaczawskie, Kotlinę Jeleniogórską i Karkonosze. Rozwija się baza... Przybywa wyciągów... Po wybudowaniu schroniska-kawiarni na szczycie, wzmógł się ruch turystyczny w okolicach mikrostacji także w lecie. Zaczęli zaglądać tu górcy rowerzyści - dla nich organizowane są cykliczne zawody "[Łysogórki](#)". Funkcjonuje również wypożyczalnia hulajnóg zjazdowych - jest okazja do wypróbowania nowego sportu (pojazdy te zadomowiły się na Łysej Górze jako pierwsze w Polsce dwa lata temu). Nowością i przebojem łysogórskiego lata są konie. Wiosną br. ukończono, rozpoczętą w roku ubiegłym, budowę stajni i obecnie na łąkach (w zimie - terenach narciarskich) pasie się sześć koni, ujeżdżonych, gotowych do rekreacyjnych jazd. Stado składające się z sympatycznych klaczy (Awista, Ampera, Gala, Krewa) oraz wałachów (Dragon, Apacz) i małego, ślicznego źrebaczka (Agat), ożywia zbocza, ich ruchliwe sylwetki można zobaczyć z legnickiej szosy i przełęczy Widok. Chów tej końskiej czeredki ma solidne podstawy. Rośnie tu dużo trawy a trasy narciarskie są regularnie koszone. Łączy się przyjemne z pożytecznym... Nowa kaczawska stadnina rekreacyjna funkcjonuje już od trzech miesięcy, ale jej oficjalne otwarcie odbędzie się w dniu 10 czerwca. A ściślej - nauka jazdy konnej. Na miejscu dostępny jest instruktor. Nauki mogą pobierać osoby początkujące i zaawansowane, a jazda odbywa się w stylu klasycznym i western. Zajęcia odbywają się na terenie mikrostacji, z urokliwym widokiem na... Śnieżkę. Tak jak na naszych [fotkach](#), zresztą trzeba to zobaczyć samemu. Zapraszamy. Szczegóły i galeria zdjęć koni - na nowej, końskiej podstronie serwisu "Aesculap i Łysa Góra". >>>

92. II edycja Łysogórek - już w najbliższą niedzielę * 2006-06-19 15:02



Kolarze górcy, szykujcie się! W niedzielę - 25 czerwca - odbędzie się II edycja Łysogórek 2006. Zawody zostaną przeprowadzone w tym samym miejscu co miesiąc temu. Po majowej imprezie usłyszeliśmy od uczestników pozytywne zdania na temat urozmaicenia i stopnia trudności trasy (różnica wzniesień pomiędzy najwyższym punktem a najniższym wynosi 200 m). Mapka dostępna jest na podstronie naszego serwisu - 'Łysogórki'. Przypominamy, że zawody rozgrywane są w formule otwartej. Na terenie Mikrostacji Sportów Zimowych "Łysa Góra" w Dziwiszowie rozgrywa się każdego roku pięć wyścigów. Pozostałe cztery imprezy odbędą się w dniach: 25.06.2006, 30.07.2006, 27.08.2006 i 24.09.2006. Głównymi nagrodami są: bilet wolnej jazdy wyciągami narciarskimi na "Łysej Górze" na cały sezon 2006/2007 oraz bezpłatny pobyt w SN i SKS AESCULAP. Poszczególne wyścigi cyklu rozpoczynają się zawsze o godz. 11.00 (najpierw startują grupy młodsze). Zapisy odbywają się w dniu zawodów, na Łysej Górze (przy kawiarni na szczycie) od godz. 9.00 do 10.30. Więcej informacji, regulamin, galerie. >>>

93. Czerwcowe Łysogórki odbyły się w pełnym słońcu * 2006-06-25 20:15



Ani się obejrzelśmy, a już II Łysogórki za nami. Czas leci, mamy lato... Pamiętamy dobrze poprzednie, wiosenne, "błotne zawody". Było trudno z powodu śliskiego gruntu. Dzisiaj, dla odmiany górcy kolarze kąpali się w słońcu. Na drodze było sucho, przyczepność opon dobra, na wirażach można się było mocniej pochylić, bez

obawy o wywrotkę. Trasa została dobrze przygotowana i oznaczona. Zawodnicy pokonywali ją dzisiaj bezbłędnie, i na wysokich obrotach. Zdawali się cieszyć każdym zakrętem, zjazdem czy podjazdem :). Fakt częstego uczestnictwa w naszych zawodach bikerów z licencjami (Łysogórki to wyścigi otwarte) to dowód na to, że trasa im odpowiada, jest wymagająca... Znakomicie nadaje się do treningu przed poważniejszymi zawodami. Jej konfiguracja, parametry (różnica wzniesień 200 m.), różnorodne nawierzchnie, techniczne zjazdy, a także (co może być istotne dla wielu estetów i miłośników gór)... niezwykle ciekawe plenery Gór Kaczawskich... Wszystko to jest nie bez znaczenia w tym sporcie. >>>>

94. Rowery w Kotlinie Jeleniogórskiej - szlaki rowerowe w Górach Kaczawskich * 2006-06-27 14:13



Lato, lato! Co roku wsiadamy na rowery i szalejemy na nich, kiedy mamy tylko wolną chwilę. Czasami po prostu dojeżdżamy na nich do pracy, czy załatwiamy sprawy na mieście i zakupy. Tak czy inaczej, liczy się każda chwila w ruchu. Rower to genialny wynalazek, jest dostępny teraz dla każdego, a jego utrzymanie kosztuje naprawdę niewiele. Nie mówiąc już o tym, że odpadają wydatki na komunikację... Jeleniogórzanie docenili ostatnio ten środek lokomocji. Objawia się to w postaci sporej liczby rowerzystów na naszych drogach, którzy wypełniają piękną Kotlinę Jeleniogórską, a coraz większa ich część zaczyna wypływać na zbocza okolicznych gór, nie mieszcząc się na miejskich i podmiejskich ścieżkach ;). Mieszkamy na jednych z najpiękniej położonych terenach naszego kraju. Cieszy fakt, że w weekendy na drogach i szosach pedałują w zgodnym rytmie dziesiątki kolorowo ubranych kolarzy. Ładnych, zgrabnych, wysportowanych. Dążymy do ideału? -A czemu by nie. Przykład idzie z góry. Co roku gościmy Tour de Pologne. Bike Maratony wciągają w swój kierat coraz większą ilość młodszych i starszych zapaleńców. Wypada jakoś wyglądać i jechać w niezłym tempie... A dalej już samo zdrowie, świeże powietrze, cudny krajobraz Sudetów. "Cudze chwalicie, swego nie znacie" - ta maksyma powoli odchodzi do lamusa. Uroki Karkonoszy... Znamy je wszyscy doskonale. Włodarze regionu zrobili te góry eksportowym towarem. Są oczkiem w głowie, perełką... Ja natomiast dzisiaj chciałem przypomnieć o tym, że rowerem można jeździć nie tylko na południe od Jeleniej Góry. Z północy naszą kotlinę ograniczają przepiękne Góry Kaczawskie. Wielu turystów w urlopowym pędzie na Śnieżkę, nie zauważa po prostu tych "niskich gór", nie ma czasu wjechać w nie głębiej. A szkoda... Bo przecież piękna dolina Chrośnickiego Potoku jedna z dłuższych w Sudetach... bo malownicze grzbiety... bo głębokie jary... bo wspaniałe wreszcie widoki na inne pasma. Starzy górale kaczawscy wiedzą... Panoramy z Barańca, Okoła, Łysej Góry... Widoki na Karkonosze, Rudawy Janowickie, Góry Izerskie... To wszystko goście z centrum Polski, północy, południa, mogą przecież zobaczyć. W dużej mierze od nas to zależy. Duży krok do przodu zrobiła Gmina Jeżów Sudecki wykonując sieć szlaków rowerowych w Górach Kaczawskich w części zachodniej i wydając w zeszłym roku znakomitą mapę. Mapę, według której można zwiedzać ciekawe miejsca - znajdziemy na jej odwrocie opisy miejscowości, zabytków kulturowych i przyrodniczych. Efekt jest taki, że w Chrośnicy, nieznanym Janówku, schowanej głęboko w górach Płuszczynie, już pojawiają się bikerzy. Zadowoleni, miło zadziwieni. Ruch samochodowy jest tu niemalże zerowy, występuje cisza... Góry Kaczawskie leżą o rzut kamieniem od Jeleniej Góry. Przecież z okien wieżowców jeleniogórskiego Zabobrza widać doskonale wszystkie wyższe szczyty. Leżą tak blisko, że aż niemożliwe, aby to była prawda ;). Ciężko znaleźć je w jeleniogórskich turystycznych prospektach. Ale trochę optymizmu potrzeba... Kaczawskie promują się po prostu same. Cichutko, bez ryku reklam. Znają je doskonale Legnicanie, Lubinianie, Złotoryjanie. Znają je mieszkańcy Kalisza, Poznania czy Szczecina. Dla nich (po nizinach) nie są to niskie góry, niewarte świeczki. Przyjeżdżają tu, aby odpocząć od zgiełku miast i kropka. A gospodarze? Już zrozumieli... Szykują pokoje na zimę i lato... Mapa powinna być dostępna w Gminie. A na razie zapraszam na stronę naszego serwisu, gdzie jest cokolwiek więcej jeszcze... >>>>

95. III edycja Łysogórek - relacja * 2006-07-30 21:14

Kolarze startujący w III edycji Łysogórek mieli trochę szczęścia. Tego dnia upał zelżał wreszcie.



Było normalnie. Eh! Słoneczko czasami chowało się za chmury. W porównaniu z czerwcową edycją, frekwencja wyraźnie poprawiła się. I pomimo, że w sobotę odbywał się wyścig MTB na Śnieżkę, a także maraton w Świeradowie, to na łysogórskiej trasie pojawiło się sporo bikerów i publiczności. Na zdjęciach w naszej galerii zobaczycie ładny kolorowy peleton rowerzystów. Nie zawodzą starzy bywalcy tej imprezy. Cieszymy się bardzo, że nasza pętla spodobała się... To takie zwykłe zawody (ale, ale... uwaga, 200 m różnicy wzniesień!). Osoby, które często tu startują, mówią: - to doskonale miejsce do zrobienia treningu. I tak jest w istocie... A więc, uтарыło się: "zawody-trening". Trening przed jakimś ważnym startem. Nie znaczy to, że Łysogórki to "nieważne" wyścigi. Wręcz przeciwnie. Open, a więc wystartować może każdy. >>>

96. Z lnem po Europie * 2006-08-05 13:50



Z redakcji [portalu](#) Chełmska Śląskiego otrzymaliśmy informację o IV JARMARKU TKACZY ŚLĄSKICH, który odbędzie się w dniach 19-20 sierpnia 2006. Jarmark jest przede wszystkim inicjatywą kulturalną mającą na celu zachowanie tradycji oraz rozpowszechnianie dziedzictwa kulturowego Chełmska Śląskiego oraz jego okolic.

Jarmark Tkaczy Śląskich to impreza, która w zamyśle organizatorów ma promować kilka cennych wartości. Przede wszystkim bogate tradycje regionu, którego przeszłość, okres największego rozkwitu i świetności oparte były o rozwój produkcji płótna lnianego, odzieży, wyrobów lnianych i sztuk lnianych w ogóle, stąd myślą przewodnią Jarmarku jest organizacja „święta lnu” oraz odnowienie tradycji naszego przygranicznego regionu, jak i mieszkających tutaj w przeszłości tkaczy i cystersów. Poprzez imprezę pragniemy edukować kulturalnie społeczność lokalną, wykazać, że nasze tradycje, kultura i zwyczaje powinny stanowić dla każdego mieszkańca wartość najcenniejszą, którą należy pielęgnować i przekazywać kolejnym pokoleniom oraz przybywającym do Chełmska Śląskiego coraz tłumniejszym turystom. W sobotę, 19 sierpnia, od godz. 21 wystąpi zespół "LESZCZE". W niedzielę, 20 sierpnia, o tej samej porze wystąpi zespół "PAPA DANCE". Więcej informacji na stronie www.jarmark.chelmsko.pl

97. Wyprawa w Sudety Wschodnie * 2006-08-05 14:07



Kiedy w [2004](#) roku wędrowałem drogami i ścieżkami masywu Śnieżnika postanowiłem sobie, że będę wracać tam jeszcze nie raz. Tamtejsze okolice są bowiem piękne, góry olbrzymie, pokryte wspaniałymi lasami i nie zdeptane przez ludzi. Nie ma mowy o "turystycznych korkach" i sytuacjach, w których czeka się na swoją kolej, aby wejść na jakiś szczyt. Pisałem już wcześniej o sporej ilości wygodnych i dobrze utrzymanych górskich szlaków, które w większości można pokonać rowerem. Jednak rowerzysta musi dysponować dobrą formą, sprawdzonym sprzętem i dużym zapasem wody. Góry są rozległe, odległości do pokonania duże i zdarzają się naprawdę strome podjazdy. Oczywiście nie tylko Śnieżnik i Śnieżnicki Park Krajobrazowy... Więcej informacji, galeria wyprawy 2006. >>>

98. Fotografie z powodzi 2006-08-08 22:43



Uporczywe deszcze zamieniły niektóre ulice w Jeleniej Górze w stawy. Wezbrały i wystąpiły z brzegów rzeki Bóbr i Kamienna, a nawet strumyki zamieniały się w rwące potoki. Ulica Wiejska była dzisiaj nieprzejezdna. W Kotlinie Jeleniogórskiej spotyka się zalane gospodarstwa, pola uprawne, łąki. Olbrzymie szkody w Cieplicach, Piechowicach; droga z Piechowic do Szklarskiej Poręby została zamknięta, jest bardzo zniszczona, i nie do użytku w ciągu najbliższych miesięcy. Przy tamie i wałach przeciwpowodziowych w Sobieszowie utworzyło się gigantyczne jezioro... Fotografie opowiedzą lepiej... Reportaż dostępny [tutaj](#).

99. Góry i Kotlina Jeleniogórska - nowa galeria * 2006-08-15 16:07



Kotlina Jeleniogórska i otaczające ją góry to prawdziwa perła Sudetów. Jelenia Góra jest bodaj najładniej położonym miastem w Polsce a jego mieszkańcy należą do szczęśliwców. Mają bowiem na co dzień to, co wielkiej rzeszy turystów dostępne jest

tylko podczas urlopu. Piękne krajobrazy, masywy górskie widoczne jak na dłoni prawie z każdego domu. Ze szczytów wspaniałe panoramy. Z Karkonoszy na przykład świetnie widać kotlinę oraz Góry Kaczawskie czy Rudawy Janowickie. I odwrotnie z Gór Kaczawskich - Góry Olbrzymie... Malownicze przełomy Bobru i Kamiennej. Niezliczona ilość tras rowerowych i szlaków pieszych. Pole do działania trampów, bikerów a także dla fotografów. Zapraszam do obejrzenia moich najnowszych zdjęć tych najpiękniejszych terenów pod słońcem :) Galeria Kotliny Jeleniogórskiej i okolic. >>>