



NR 3 LISTOPAD 2009

BEZCENNY MAGAZYN

TURNIEJ

TENISA STOŁOWEGO

ISSN 2080-1965



Nasz Minister
Adam
Gielisz



Szymański



Praha & Gąsiorowski



p. Basia



Puznówka



Fomin

Dodatek



Ulica 4
Terespolska
Grochów

Partyka Kucharski Bąk
Barański Grycan

ada sport



WSTĘP

Fot. Rowka Szczekowska



Nie potrzeba dużo pisać. Optymistycznie i z nadzieją patrzę na przemiany w PZTS. Kiedyś doczekamy (jak nie my, to nasze dzieci). **FESTIWAL** – to naprawdę super pomysł.

Najbardziej cieszę się na kolejną akcję pt. **100 TURNIEJÓW TENISA STOŁOWEGO DLA JERZEGO**.

10 stycznia kolejny raz zbieramy dla dzieci z chorobami nowotworowymi.

Tym razem już, dwa miesiące wcześniej, ludziska dzwonią i przysyłają fantastyczne e-maile.

Jest pięknie. Nalęgamy kolejną listę organizatorów.

W Ślubieszowie zapowiadają, np. pobicie rekordu ilości uczestników (rok temu grało 384 osoby i nie było to najwięcej).

Nasz (szczegółowo przepytany) minister sportu objął patronatem akcję i obiecał zwołać specjalną konferencję prasową dla przedstawicieli innych dyscyplin, które (mamy nadzieję) zrobią podobne zadymy u siebie.

Non stop prosimy o pomoc. Bardzo bym chciał, żeby wysyłane do organizatorów imprez paczki, były w tym roku jak największe.

Nawet 1zł pomnożony przez 100 robi się większy. Naprawdę misja poszukiwania nagród jest to zadanie nie dla jednej osoby. Bardzo proszę o wsparcie.

OTWARTE GRAND PRIX to kolejna akcja, do której warto się przyłączyć. Cel - to porządny turniej z nagrodami, popularyzujący dyscyplinę, pokazujący jej piękno.

Odpowiedź na oczekiwania sponsorów, władz lokalnych i mediów.

W ubiegłym sezonie wspólnie rozdaliśmy nagrody za 110 000 zł.

Zrobiliśmy to wspólnie razem. Pięknie.

Grajcie z nami.

Waldemar Czapski



SPIS

- 4 Zarząd PZTS cz. 3 - Pani Barbara Stach-Taraszkiewicz - opowie o swojej działalności w zarządzie i pracy na rzecz dzieci.
- PARA TT mini wywiad ze "srebrną" Natalią Partyką
- 5 FELIETONOWO - **NATALIA BĄK** Ilość czy jakość (podczas treningu)?
- 6 Wywiad z naszym ministrem **ADAMEM GIERSZEM**
- 10 Dlaczego w Puźnówce jest najwięcej zdolnych dzieci?
- 12 Jurij Fomin – wywiad z trenerem i turniejowym miłośnikiem
- 13 **DODATEK - HISTORIA** – stół z powyłamywanymi nogami
- 17 Wywiad z Filipem Szymańskim
- 19 Fotopopularyzacja Grodzisk
- 20 Jan Targosiński - nie mam wielu osiągnięć, oprócz wytrwałości
- 21 Dobre rady trenerów: Jerzego Grycana, Roberta Barańskiego, Grzegorza Nurzyńskiego
- 22 Ciąg dalszy opowieści o cyklu turniejowym – ul Terespolska, lata: 1984-1985
- 23 Kolejna Ciekawa Historia Leszka Kucharskiego
- 25 Zakochany w Czechach Paweł Gąsiorowski zrelacjonuje turniej Praha Open
- 26 Co jeść – Michał Sawicki
- Organizacja i finanse** – Marek Zalewski

Redaktor naczelny:
Waldemar Czapski

Dyrektor artystyczny:
Marek Przybyłowicz

Współpracownicy:
Natalia Bąk

Natalia Partyka

Jerzy Grycan

Leszek Kucharski

Tomasz Krzeszewski

Elżbieta Madejska

Michał Markowski

Michał Sawicki

Zbigniew Stefański

Urszula Szafranska

Dawid Szajna

Marek Zalewski

Foto:
Rafał Suszycki

Ireneusz Stosik

Maciej Stosik

Teresa Safaryn

Chuck Honey -

Curator ITTF Museum

Romualda Szczekowska

Wojciech Krosnowski

Waldemar Czapski

Redakcja techniczna
Agnieszka Chodowska

Piotr Sękała

Druk: KOMPAS II

infokompas@o2.pl

www.spts.com.pl

Wydawca: Stowarzyszenie Popularyzacji Tenisa Stołowego „Pro Futuro”, 05-092 Łomianki, ul. Staszica 2, w.czapski@op.pl, tel. 502-379-512.

PS. Magazyn **TURNIĘJ** jest rozdawany przez organizatorów imprez (2000 egz.), oraz obecny w wersji pdf na wszystkich dobrych stronach internetowych.



NASZA PANI BASIA

Waldemar Czapski



Barbara Stach Taraszkiewicz – to osoba instytucja.

Poznałem Panią Basię podczas pracy nad turniejami WOŚP. Mega wielka hala w Rzeszowie i TŁUMY DZIECI – to wynik działań bardzo dobrej organizacji i dopięcia wszystkiego na ostatni guzik. Jednocześnie najkrótsza charakterystyka osoby.

Plakaty, komunikaty, regulaminy zrobione są zawsze na niespotykanym w kraju poziomie.

Wiem jedno, niewiele znajdziemy w ping pongowym piekielku podobnych osób, które z taką miłością i pasją robią coś dla dzieci.

Fajnie, że jest ktoś taki w PZTS.

Oto najnowsze owoce pracy Pani Basi:

- Sport dzieci i młodzieży nie zrzeszonej w klubach sportowych w bieżącym roku 2 turnieje dla dzieci finansowane ze środków Ministerstwa Sportu tj. Festiwal Tenisa Stołowego o puchar ministra przy współudziale wszystkich

Marszałków Województw, Kuratorów Oświaty oraz Fundacji Zachowaj Trzeźwy Umysł. Finał tej imprezy w grudniu w Rzeszowie.

W przyszłym roku planujemy rozszerzyć Festiwal Tenisa Stołowego na wszystkie kategorie wiekowe, łącznie z niepełnosprawnymi ok. 12 konkurencji kobiet i mężczyzn z finałem w grudniu.

Będę zabiegać w Ministerstwie, aby były to imprezy cyklicznie rozgrywane przez wiele lat.

Planujemy zorganizować, począwszy od września przyszłego roku, międzynarodowy turniej dla młodzików i żaków z umieszczeniem go w kalendarzu ETTU

- Druga impreza tego typu to Liga Szkolna, której finał zaplanowany jest na koniec maja również w Rzeszowie przy współudziale tych samych osób. Rozpoczyna się we wrześniu.

- Od bieżącego sezonu postaramy się bardziej aktywnie uczestniczyć w

turniejach dla weteranów.

O ile mi czas pozwoli, chcę w nich brać udział.

Bardzo mocno zaangażowaliśmy się w zgłoszenie Częstochowy jako organizatora Mistrzostw Europy Weteranów w 2013 roku. Jest to wielkie wyzwanie, które sobie wyznaczaliśmy. Pragnę turnieje, które organizujemy od lat dla dzieci (PS, MOG oraz UKS), uczynić bardziej atrakcyjnymi (fajne nagrody), tak, by dzieci wiedziały, że wysiłek i start się opłaca.

- Sportowe wakacje zorganizujemy w 3 lub 4 ośrodkach wybranych w ramach konkursu (INTERESUJE NAS JAKOŚĆ USŁUGI, niska cena).

W tę formę wypoczynku dla dzieci będziemy chcieli zaangażować zawodników kadry Polski (pokazy, treningi) oraz trenerów.

- W bieżącym roku dla najlepszych ośmiu dziewcząt i chłopców, finalistów Finału Turnieju o Puchar PS, ufundowaliśmy warsztaty szkoleniowe w ramach Sportowych wakacji w Gdańsku, które poprowadzili trenerzy kadry Polski. Będziemy chcieli kontynuować ten pomysł w przyszłości.

PARA TT



Czytając Twojego bloga wyraźnie widać, że obóz w Chinach był wyjątkowym doświadczeniem.

Pierwszy raz brałam udział w takim przedsięwzięciu, z tak różnorodnymi sparingpartnerami, w takich warunkach... same plusy

Oczekiwałaś, że ciężka praca szybko przyniesie rezultaty. Czy Twoje wyniki w Tianjinie i na Mistrzostwach Europy są dla Ciebie satysfakcjonujące?

Wyniki w Chinach były naprawdę zadawalające. Był to pierwszy turniej po wakacyjnej przerwie i po bardzo ciężkim treningu, a mimo wszystko grałam dobrze.

Natomiast co do Mistrzostw Europy, to nie jestem w pełni zadowolona z siebie, bo wiem, że stać mnie na zdecydowanie lepszą dyspozycję. Grałam dobrze, ale nie na tyle, abym była w pełni szczęśliwa.

Niedosyt jest bardzo mobilizujący. Jak Cię znam będziesz jeszcze bardziej zdeterminowana, żeby osiągnąć sukces.

Jasne, że tak. Kto wie, może nawet już na przyszłorocznych mistrzostwach w czeskiej Ostrawie będziemy święcić triumf. Złoty medal to główny cel, który będziemy chcieli osiągnąć i wierzę, że jest on realny.

Wracając do Twoich chińskich doświadczeń treningowych, powiedz, proszę, czy widzisz, czujesz w sobie różnicę po tych wielogodzinnych treningach?

Na pewno jestem trochę szybsza, ja sama też zaczęłam grać nieco dynamiczniej...

Trenowałyśmy tam tylko 2 tygodnie, więc w tak krótkim czasie nie byłam w stanie poprawić wszystkich elementów gry. Na pewno mam teraz jeszcze większą wiedzę o swoich silnych stronach oraz o tych

ślabszych. Zdaje sobie sprawę z tego, co powinnam poprawić i wiem też, w jaki sposób to zrobić.

Czy w związku z tym zmieniłaś objętość treningową i teraz, tak jak w Chinach, będziesz trenowała 6-8 godzin dziennie?

Na pewno nie będę pracowała aż tyle. W Polsce nikt by nie podjął się tak intensywnych treningów. Myślę, że bardzo dobrym posunięciem byłoby uzupełnienie moich ćwiczeń w Gdańsku systematycznymi wyjazdami do Chin, np. raz bądź minimum miesiąc.

Czy rozmawiałaś o tym z trenerami?

Tak, ale to nie takie proste, bo znów będą trenera kadry, więc na nowo trzeba będzie treningowe oraz zasady współpracy pomiędzy kadry.

Ale możliwa jest realizacja tego pomysłu?

Raczej tak, przynajmniej mam taką nadzieję

Czyli, w przyszłym roku trenujesz miesiąc, albo Myślę, że na miesiąc pojedę na pewno...mam będzie kontynuować program przygotowań do

POGA- DUCHY Z

NATALIĄ

Elżbieta Madejska



ILOŚĆ CZY JAKOŚĆ

Natalia Bąk

Pracuj z głową

W Polsce mamy wiele miejsc, w których można by wykonywać dobrą pracę i

szkolić młodych zawodników. Dlaczego, kiedy słyszymy nazwiska osób zajmujących czołowe miejsca w ogólnopolskich rankingach, przewijają się wciąż te same kluby?

Jedną z głównych przyczyn jest, według mnie, oczywista. W naszym kraju niewiele osób zdaje sobie sprawę z tego, jak powinna wyglądać praca z młodym sportowcem. Zazwyczaj szkoleniowcom wydaje się, że tylko oni mają rację i wzorują się wyłącznie na swoich przekonaniach zdobytych wiele lat temu. Są bardzo konserwatywni w poglądach i niechętni na współpracę z innymi. To, co „nie moje”, wydaje się złe. Liczy się tylko ilość, a nie jakość wykonywanej pracy. Jak najwięcej godzin spędzonych przy stole, monotonne odbijanie piłeczki ma zagwarantować rezultaty, a w razie niepowodzenia właśnie zawodnik obarczany jest winą. On też ponosi różnego rodzaju konsekwencje. Główną z nich jest to, że z biegiem czasu zaczyna

królować właśnie zniechęcenie. Młodzież po prostu decyduje się zakończyć swoją przygodę ze sportem. Do tej pory współpracowałam z wieloma trenerami i wiem, że nie tędy droga. Wszystkie elementy treningu powinny być przemyślane i indywidualnie dopasowane do poszczególnych zawodników. Każdy z nas jest inny. Trening fizyczny, mentalny, trening techniczny oraz gry na punkty to główne, ale nie wszystkie elementy wpływające na rozwój zawodnika. Na przykład kiedy mówimy o treningu ogólnorozwojowym, mamy do czynienia z siłownią, bieganiem, ćwiczeniami zwinnościowymi, dynamicznymi i szybkościowymi, ale także z odnową, regeneracją organizmu. Ta z kolei to nic innego, jak mądry odpoczynek między kolejnymi fazami treningu. Zdarza się bardzo często, że zawodnicy, którzy prezentują wysoki poziom sportowy na treningach, nie potrafią wykorzystać tego w najważniejszych momentach, czyli w turniejach. Przeciętny trener pomyśli wtedy, że jego podopieczny powinien spędzać na hali jeszcze więcej godzin, skoro nie widać efektów jego dotychczasowej pracy. Nie mogę się z tym zgodzić. Wtedy mamy do czynienia z 'głową'. No właśnie, więc gdzie ten pies pogrzebany?

Odpowiedź wydaje się prosta: rozmowa, czyli złapanie wspólnego języka między mistrzem, a uczniem (oczywiście w granicach przyzwoitości). Na hali sportowej, czy boisku trener ma być przykładem i wzorem do naśladowania, ma być osobą, która narzuca swojemu zawodnikowi określony styl ćwiczeń i musi pokazać, że zależy mu na dobrym kontakcie. Ma być tytanem pracy, ale i nauczycielem. Natomiast w momencie, kiedy mówi 'na dzisiaj koniec' staje się przyjacielem, a nie znika z życia zawodnika do następnej rozgrzewki. To nieprawda, że na pewnym etapie młody człowiek nie potrzebuje już osoby obok, bo sam dla siebie powinien być szkoleniowcem (jeśli chce być profesjonalistą). Oczywiście, nadchodzi taki czas, kiedy sportowiec posiada już pewne doświadczenie i zdaje sobie sprawę z tego, co jest dla niego priorytetem. Nigdy jednak nie dowiemy się o sobie tyle, ile mogłaby nam powiedzieć osoba stojąca przy nas blisko, ale jednak posiadająca pewien dystans. Szczególnie w tak technicznym sporcie, jakim jest tenis stołowy.

Pracujmy z głową - to rada nie tylko dla trenerów, ale przede wszystkim dla zawodników w każdym wieku, bo nie zawsze więcej oznacza lepiej. ☞



Leszek Kucharski, Natalia Partyka, Natalia Bąk.

Fot. Ireneusz Stosiak

dwa razy w roku na

zmiany na stanowisku
ustalać plany
trenerami Ośrodka i

dwa w Chinach i ...
nadzieję, że ETTU
Igrzysk Olimpijskich

2012 oraz, że cały czas będę nim objęta. Jeśli ETTU nie będzie w stanie zagwarantować mi treningów w Chinach, to, być może, w realizacji tego planu będę mogła liczyć na PZTS, a może PZSN „Start”, szczególnie, że przyszłoroczne Mistrzostwa Świata Niepełnosprawnych będą w Azji (w Korei).

Koniecznie muszę tam wyjeżdżać, bo trening w Chinach na pewno jest mi bardzo potrzebny. Czerpię z niego wiele korzyści. Tylko i wyłącznie na tym zyskuję.

... i czego oczekujesz po tak skonstruowanym treningu?

Tego, że będę grała coraz pewniej, dokładniej, poprawię jakość, czyli że będę coraz lepsza.

A jak poprawisz to, co jest do poprawienia, to wyniki przyjdą same...
czego Tobie i nam wszystkim SERDECZNIE ŻYCZĘ. ☞

WYWIAD Z MINISTREM SPORTU

ADAMEM GIERSZEM cz. I

OSOBOWOŚCI

Marek Przybyłowicz
 Waldemar Czapski



» Wypada zacząć od historycznego srebrnego medalu polskiej reprezentacji kobiecej podczas turnieju drużynowego Mistrzostw Europy rozgrywanych w Stuttgarcie. Jak pan minister ocenia ten wielki sukces?

Gratuluję. Ten srebrny medal, to osobista zasługa trenera Nęcka, który ma własną koncepcję rozwoju tenisa stołowego opartą na zawodniczkach chińskich. Stanowią one główną siłę tego sportu. Jest w tej drużynie Natalia Partyka, gra razem z dobrymi zawodniczkami chińskimi. Stanowi to ważny element w rozwoju jej indywidualnej kariery. Mam nadzieję, że doskonały wynik, ten srebrny medal, będzie impulsem do rozwoju kobiecego tenisa stołowego, który w naszej historii zawsze był w cieniu męskiej dominacji.

Środowisko tenisa stołowego w Polsce wiązało ogromne nadzieje z faktem objęcia przez pana ministra stanowiska sekretarza stanu w Ministerstwie Sportu i Turystyki. Oczekiwania te dotyczyły przede wszystkim (jak zwykle w takich sytuacjach) zwiększenia środków publicznych, jakie wpływają na konto Polskiego Związku Tenisa Stołowego w związku z realizacją umów wiążących PZTS z Ministerstwem Sportu i Turystyki. Jak pan minister ocenia wielkość środków kwotą 1,6 mln złotych, jakie w tym roku otrzyma tenis stołowy w porównaniu ze środkami kierowanymi do innych dyscyplin sportowych?

Pojawiły się zarzuty, że np. badminton lub karate otrzymały większe nakłady niż ukochany przez pana

ministra tenis stołowy. Jak by Pan się odniósł do takich w cudzysłowie zarzutów?

Po pierwsze w praktyce finansowania związków największą rolę odgrywa budżet historyczny czyli wysokość dotacji w latach wcześniejszych. Trudno z roku na rok gwałtownie ją zmniejszyć lub zwiększyć. Przyjmujemy zasadę, żeby to robić elastycznie. W Słowenii mają taką dobrą zasadę, że z roku na rok, związkowi może zwiększyć dotację nie więcej niż 20%, ale też można mu jej zmniejszyć nie więcej niż 10%.

Bardzo dobry pomysł.

Zmieniamy system generalnie. W strukturze finansowania Polskich Związków Sportowych 90% środków przeznaczamy na dyscypliny olimpijskie, 10% na nieolimpijskie, mimo że liczba związków jest zbliżona. To wyraz priorytetu sportów olimpijskich.

Głównym celem jest wynik sportowy na Igrzyskach Olimpijskich. Teraz przygotowujemy nową koncepcję finansowania programu treningów olimpijskich. Będą one wyłącznie indywidualnymi projektami (indywidualnymi grantami), o które mogą ubiegać się ci zawodnicy, którzy zajęli miejsca 1-3 w Pekinie i 1-3 na MŚ w roku 2009. Takich sportowców mamy w tej chwili trzydziestu kilku, ale są jeszcze MŚ w szermierce, podnoszenie ciężarów – będzie to ok. czterdziestu uczestników. Kreślimy dla nich, indywidualny budżet, pełne wsparcie naukowe, medyczne. Jednocześnie stawiamy wymóg kwartalnego raportowania realizacji tego zadania z uwzględnieniem jego punktów kontrolnych: zadania wynikowe, badania wydolnościowe, medyczne.

Od jakiego momentu i czy zajmujemy się najmłodszymi i najzdolniejszymi?

Rozwijamy programy upowszechniania sportu i szkolenia młodzieży uzdolnionej sportowo finansowane z Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej z myślą o IO 2016 i 2020. (sportowe wakacje, kadry wojewódzkie, szkoły mistrzostwa sportowego, ośrodki polskich związków sportowych)

A co z takimi przypadkami, jak ostatnich MŚ w skoku wzwyż. Facet znikąd zdobywa medal, czyli w tej drodze i określonej wcześniej elicie nie ma miejsca na finansowanie takich przypadków?

Program Elita nie jest zamknięty. Jest otwarty dla zawodników, którzy spełnią kryteria czyli zdobędą medal na imprezie głównej, w latach 2010 i 2011. Pozostali, potencjalni reprezentanci na IO będą finansowani w programach przygotowań do mistrzostw świata i Europy. Jednocześnie zawodnicy, którzy nie spełnią zadań mogą zostać pozbawieni indywidualnego grantu.

O tym właśnie chciałem powiedzieć, o głębszym spojrzeniu w przyszłość. Do tego samego Magazynu Turniej jest przygotowany materiał o małej miejscowości Puznówka. Jak się okazuje jest tam fantastyczne szkolenie, na skalę całego Mazowsza. Bardzo potrzebna by była pomoc (rozlatujące się stoły itd.). Jakim programem objąć takie dzieciaki?

- Są inne programy – sport dzieci i młodzieży,

Ale co z grupą dzieci wybitnie uzdolnionych, przyszłych olimpijczyków?

Wybitnie uzdolnione dzieci mają szanse szkolenia w szkołach mistrzostwa sportowego i ośrodkach polskich związków sportowych. Niestety minister sportu nie finansuje bezpośrednio klubów sportowych. To zadanie przede wszystkim samorządów terytorialnych. Stworzyliśmy jednak nowy program „Talent” – adresowany do zawodników wybitnie uzdolnionych, którzy trenują w klubach. Ich kluby macierzyste mogą otrzymać indywidualny grant szkoleniowy w wysokości 10 000 zł. 30% tej kwoty może być przeznaczony na wynagrodzenie trenera prowadzącego, reszta na pokrycie kosztów szkolenia... Sport stoi indywidualnościami. Jeśli w danym sporcie nie potrafimy wymienić żadnego nazwiska, to znaczy że nie funkcjonuje on w społecznym odbiorze.

Przykład: słaba (jak się okazuje) drużyna koszykówek z wielkim nazwiskiem Gordat.

Wierzę, że w polskim tenisie stołowym w perspektywie IO 2016 doczekamy się wielkich nazwisk. Oczekuję, że PZTS przedstawi nam taki program z perspektywą na 2016.

Od objęcia sterów polskiego tenisa stołowego przez Wicedyrektora Centralnego Ośrodka Sportu Pana

Andrzeja Kawę minęło 7 miesięcy. Jako aktywny uczestnik walnego zebrania delegatów PZTS był pan minister świadkiem zmiany warty w Polskim Związku Tenisa Stołowego. Jaka jest pana ocena pierwszych 7 miesięcy nowych władz? Jak pan minister ocenia fiasko prac nowych władz w zakresie uporządkowania wydziału szkolenia oraz znalezienia sponsora strategicznego Związku? Jak pan minister widzi pracę w ośrodkach szkoleniowych Polskiego Związku Tenisa Stołowego?

Choć może to ostatnie niepotrzebnie (bo gdyby pan minister miał oceniać ośrodki we wszystkich związkach...to by było bez sensu). Jaka jest Pana opinia, bo wiemy wszyscy, że z kłopotami boryka się sponsoring (na razie nie znamy możliwości związku) i druga rzecz: mamy całą epopeję związaną z wyborem dyrektora sportowego. Do dnia dzisiejszego jest zawieszony postępowanie kwalifikacyjne z udziałem Jana Pośnika (czyli przedstawiciela ministra) nie wiemy, co dalej zarząd z tym fantem zrobi. Mówię tu oczywiście o jedynym – jak się okazało kandydacie Jurku Grycanie.

Problem jest szerszy – nie ma uporządkowanego wydziału szkolenia. Dopiero całkiem niedawno dwóch trenerów taki kontrakt ze związkiem



podpisało (przy czym Nęcek tylko do grudnia 2009 r.) Z nieoficjalnych informacji wynika, że uczynił to tylko dlatego, że zastrzegł sobie i nie wyraził zgody na możliwości zmiany w składach reprezentacji, jakie zarząd sobie zachował. Mamy problem ze szkoleniem w polskim związku. Z uwagi, że na to z ministerstwa płyną środki, umowa zostaje podpisana, występuje narzut administracyjny, jest kierownik wyszkolenia – mamy problem. Z jednej strony to są oszczędności związku, bo nie wydaje na szefa szkolenia – ale jest kłopot – bo nikt tego do końca nie ogarnia.

Tak. Uważałem, że potrzebne są zmiany w PZTS, ale oczekiwałem, że w ciągu tych kilku miesięcy zostanie sporządzony bilans otwarcia. Taki audyt całej sfery działalności: finansowej, szkoleniowej, będzie przedstawiony do publicznej dyskusji całemu środowisku, a na końcu popłyną z niego wreszcie konstruktywne wnioski. Widzę jednak, że czekamy bardzo długo.

O tym mówił pan prezes wcześniej w programie.

Powinniśmy działać transparentnie i myśleć o przyszłości. Tu nie chodzi o szukanie innych przyczyn, ale przedstawienie jasno sytuacji finansowej i szkoleniowej związku – żeby sprecyzować strategię rozwoju. Może trzeba wrócić do dobrych doświadczeń, które przyniosły nam tyle sukcesów w przeszłości. Dobrze funkcjonujących ośrodków szkolenia centralnego skupiających najzdolniejszych polskich zawodników i pracujących z najlepszymi trenerami. Musi być jednak na to zgoda całego środowiska, wyjście poza partykularne interesy klubowe. Zbyt wiele talentów zgubiliśmy w ciągu ostatnich lat. Trzeba to zmienić w polskim tenisie stołowym...

Niestety w 100% należy się zgodzić z tym.

Wybiera się Pan na ME do Stuttgartu. Życzymy miłych wrażeń.

Czuję się z tenisem stołowym związany na całe życie. Nie jadę na Mistrzostwa koszykarzy czy siatkarzy, tylko na tenis stołowy.

Spróbowałby Pan nie pojechać.

Podpisaniem aktu notarialnego w dniu 15 września 2009 roku uczyniono pierwszy krok w kierunku utworzenia ligi zawodowej tenisa stołowego. Starania zarządów wszystkich klubów ekstraklasy mężczyzn oraz Zarządu Polskiego Związku Tenisa Stołowego, które zakończyły się podpisaniem umowy spółki Polska Superliga Tenisa Stołowego Spółka z o.o. zyskały pełne poparcie środowiska. Kiedy minister sportu i turystyki przekaze Polskiej Superlidze 10wego Spółka z o.o. prowadzenie rozgrywek w najwyższej klasie rozgrywkowej na zasadach ligi zawodowej? Czy zgodnie z pkt. 5 Art. 15. ustawy o sporcie kwalifikowanym minister

sportu i turystyki udzieli zgody na czasowy udział w lidze zawodowej klubów sportowych nie będących sportowymi spółkami akcyjnymi?

Byłem trochę zaskoczony podpisaniem umowy tej spółki (wiem z internetu). Ligę zawodową, można zorganizować tylko na określonych warunkach przewidzianych w ustawie. Wyłącznie wtedy, kiedy wszystkie kluby są zorganizowane w formie spółek akcyjnych.

Półowa

Półowa, to kryterium przesądzające, że związek musi wtedy uruchomić ligę zawodową i powierzyć jej



prowadzenie odrębnemu podmiotowi. Pozostałe kluby ligi muszą się wtedy przekształcić w spółki akcyjne.

Tak jest. I minister może...

Może wyrazić zgodę na czasowe odstępstwo od tej zasady, ale nie będzie korzystał z tego uprawnienia. Znajduje to potwierdzenie w projekcie nowej ustawy o sporcie.

Polski związek może przystępować do różnych spółek, ale nie może im powierzyć prowadzenia rozgrywek ligi zawodowej, póki nie spełnią wymogów ustawowych. Nie można tworzyć fikcji (mówimy o lidze zawodowej, w której grają wszystkie kluby amatorskie). A to jest tworzenie iluzorycznych rozwiązań. Proces zaczyna się od klubów, a nie od związku. Jeżeli więcej niż półowa klubów będzie spółkami, to związek musi założyć ligę i powiedzieć pozostałym: jeżeli chcecie grać w tej lidze

musicie się przekształcić w spółkę akcyjną. Naszym celem jest, wydzielenie biznesu sportowego ze warszawian, które jak PZTS działają zgodnie z zasadą non profit.

Natomiast klub zorganizowany w spółkę jest z definicji podmiotem działającym dla zysku. Działa na innych zasadach, na zasadach rynkowych i obowiązuje go kodeks spółek handlowych.

W 2012 roku Polska będzie gospodarzem wielkiego święta europejskiego tenisa łowego - Mistrzostw Europy. Jak pan minister ocenia stan przygotowań do tej wielkiej imprezy?

Jest filmik reklamowy – w którym ja udzieliłem minutowej wypowiedzi i będzie prezentowany na Kongresie ETTU.

W porządku, ale panie ministrze: koszulki, te rzeczy, sponsoring, coś co się dzieje – jakies większe zamieszanie wokół tego. Może to nie czas? Jak Pan uważa?

Mistrzostwa w tenisie łowym to nie mistrzostwa w piłce nożnej. Tam wszystko dzieje się w daleko większym zakresie, ale też chcielibyśmy, żeby to była impreza przynosząca nowy impuls w rozwoju. Proszę zauważyć, jak jest (tu każdy wraca do swojej przeszłości). Stworzyliśmy dwa produkty takie główne jak: PRO TOUR w Polsce i Turniej Młodzieżowy w Cetniewie. To są dwa dobrze funkcjonujące twory marketingowe i na tym się zatrzymaliśmy. Teraz te Mistrzostwa będą takim nowym jakościowym skokiem w górę. Oczywiście, żeby to był dobry krok, wszystko musi być odpowiednio zorganizowane, aby była skuteczna promocja. Chcemy ożywienia całego tenisa łowego – pojawia się dla nas ogromna szansa. Jest to w tej chwili wstępna faza przygotowań, myślę, że po Kongresie ETTU, gdzie zostanie potwierdzona lokalizacja przygotowania ruszą pełną parą.

Jest szansa, że mistrzostwa zostaną rozegrane, w jednej z najnowocześniejszych aren sportowych w Europie, budowanej na pograniczu Gdańska i Sopotu.

Troszkę prywaty. Pan wspomniał tutaj o dużych pięknych imprezach, produktach które powstały za Pana czasów. Obecnie zajmuję się turniejami Otwartego Grand Prix. Niewspółmiernie mniejsze wydarzenia – natomiast mające na celu zjednoczenie środowiska połączenie sił sponsorów rozmieszczonych w różnych miastach i mniejszych ośrodkach. Fajnie by było, gdyby wszyscy razem pracowali na tenis łowy. Żeby powstał kolejny dobry produkt potrzeba trochę pomocy - Ministerstwa, Polskiego Związku. Jest to impreza, która potrafi zrobić pierwszy mały krok, o którym Pan wspomniał.

Jest możliwość złożenia oferty w ramach konkursów organizowanych przez Ministerstwo. Czy wnioskowaliście do ministerstwa o pieniądze?

Nie. Chciałem zobaczyć, czy formuła się sprawdzi. Udało się zorganizować cykl turniejowy w najlepszych halach kraju z największą pulą nagród, poziomem sportowym i frekwencją. Zawsze była telewizja i odpowiednia oprawa.

Jest już coś, od czego można by było zacząć.

Dwie pierwsze kategorie zawsze są dla dzieci, które potem oglądają Ekstraklasę.

Udało się namówić wszystkich głównych sponsorów sprzętowych, żeby fundowali dla dzieci nagrody, kilku darczyńców wycieczek zagranicznych, sprzęt za 25000 zł oraz całą masę innych nagród.

Impreza główna musi być obudowana właśnie całym systemem imprez towarzyszących. Od poziomu szkół po takie imprezy, żeby dzieciaki

zaczęły grać...

Będą widziały w TV wielki tenis łowy, i przyjdą do szkoły i będą szukały tu.

To jest naturalny program, z którym można aplikować do ministerstwa.

Myślę, iż inicjatywa warta jest wsparcia.

Tenis stołowy jest sportem masowym, sportem całego życia.

Ma więc szanse na wsparcie ze środków publicznych.

Gratuluje inicjatywy. Proszę aplikować o środki na 2010, są szanse.

Super.

(cdn.)



DEVELOPER
SŁAWBUD

Najwyższa jakość, sprawdzone technologie



Tel.: 022 751-53-48, 0 510 190 900
www.slawbud.pl, e-mail: slawbud@slawbud.pl

Skąd się biorą zdolne dzieci? ... z PUZNÓWKI

Waldemar Czapski

Niedaleko Garwolina, pośród pól i lasów znajduje się miejscowość Puznówka. Sklep, straż pożarna i szkoła podstawowa to trzy dominujące punkty w tej mazowieckiej wsi położonej przy drodze na Lublin. Co powoduje, że tamtejsze dzieci są bardziej zdolne? Świeże powietrze, czysta woda, lub tajemnicze jagody?



W sali treningowej widać jedno: dobrą pracę. Kilkadziesiąt małych osób uwija się jak mrówki, słuchając poleceń trenera. 7-8-latki potrafią przebić piłkę kilkaset razy. Panuje przy tym atmosfera wspaniałej zabawy. Wszyscy naprawdę solidnie odbijają, nie rozmawiają, są skupieni i skoncentrowani na kolejnych ćwiczeniach, a w przerwach kładą się ze śmiechu.

Zapytałem Prezesa Cezarego Jedynaka, jak powstaje taka sekcja?

Jak tego dokonać?

Odpowiedział, że to zasługa jednego człowieka, (właściwego) który potrafi trafić do dzieci.

Z Robertem Barańskim rozmawialiśmy długo. Po paru minutach wiedziałem, że tajemnicą Puznówki nie są jagody, a właśnie ten skromny, inteligentny gaduła. Trochę psycholog, trochę filozof, fantastyczny, błyskotliwy fachowiec po warszawskim AWF-ie.

Podczas rozmowy zaskakiwał cytatami z Immanuela Kanta.

A U T O R Y T E T.

Trening jest Jego pasją i życiowym wyborem. Ile takich osób mamy w dyscyplinie?

Za mało.

Perfekcyjna gra w tenisa stołowego, nie wystarczy, aby zostać dobrym trenerem, trzeba być mądrym człowiekiem, mającym w sobie pozytywne wibracje.

Dzieci wyczuwają to na odległość.

☐



Wyn
Wy
Kw
1.
2

TRZEBA TWARDO STĄPAĆ PO ZIEMI

Dawid Szajna

Rozmowa z Jurijem Fominem, opiekunem drużyny MOSiR Mysłowice

► **Panie Juriju, na początek proszę o kilka słów o sobie: skąd pan pochodzi, jak długo mieszka w Polsce i dlaczego wybrał pan nasz kraj?**

Jurij Fomin: - Pochodzę z miasta Herson na południu Ukrainy. Mieszkam i pracuję w Polsce od 1991 roku. Moim pierwszym klubem był AKS Chorzów, ale długo w nim nie pracowałem, bo tylko 3 lata. Chociaż mogę powiedzieć, że w tym czasie udało się wyprowadzić na "głębokie wody" tenisowe Jakuba Kosowskiego. Później ja przeniostałem się do Mysłowic, a Kuba wyładował w "Baildonie" Katowice. Od 1994 roku mieszkam i pracuję w Mysłowicach.

największą karą dla takich osób jest wygrana z nimi, dlatego nie mogą dać się sprowokować i pozwolić sobie na jakiegokolwiek wytrącenie z równowagi i spadek koncentracji.

Przejdźmy teraz do tenisa stołowego. Od jak dawna uprawia pan tę dyscyplinę? Dlaczego akurat ping-pong?

- Tenis stołowy uprawiam całe życie. Mój ojciec był trenerem, to on nauczył mnie grać i lubić ten sport. Tak jest do dziś.

Jakimi sukcesami może się pan pochwalić?

- Wielkich sukcesów jako zawodnik nie miałem. Dlatego w stosunkowo młodym wieku, 24-25 lat, przeszedłem na trenerkę, w

której osiągnąłem o wiele więcej - tak samo jak ojciec. Chyba mam to w genach. Jak wspominałem: Kosowski, później Perek, Dorociński, Kurowski, Wołowik i wielu innych medalistów mistrzostw Polski. Obecnie również młode pokolenie myśłowiczów dobrze się zapowiada. Surowiec to piąty kadet w kraju, a Baran numer piętnasty, chociaż jest jeszcze młodzikiem. MOSiR Mysłowice jako klub wygrywa drugi rok pod rząd współzawodnictwo klubowe w kategoriach młodzieżowych w województwie Śląskim. Wcześniej, nie schodziliśmy poniżej drugiego miejsca. Myślę, że jest w tym trochę i mojej pracy. Oprócz tych wyników, zawsze będę pamiętał, jak na drużynowych mistrzostwach Śląska kadetów w 2000 roku całe podium było dla drużyn



WYWIAD

Fot. Rafał Suszycki

Czy żyje się panu w naszym kraju dobrze? Czy na przestrzeni lat zaobserwował pan jakieś zmiany?

- Mnie i mojej rodzinie mieszka się w Polsce dobrze, głównie ze względu na ludzi. Polacy są gościnnym i tolerancyjnym narodem. Ich mentalność jest bardzo podobna do tej ukraińskiej i dlatego nie czuję się tutaj obcym.

Co się panu w Polsce podoba najbardziej, a co denerwuje?

- Podoba mi się, że Polacy są ambitni i potrafią docenić wyniki sportowe innych. Ponadto, cieszą się wspólnie ze sportowcami z sukcesów swoich rodaków, którzy zdobywają prymat na arenach międzynarodowych. Nie podobają mi się natomiast wypowiedzi przed zawodami trenerów lub zawodników teoretycznie słabszych typu: „Będę (my) w czołowej ósemce lub jeszcze wyżej”, kiedy teoretycznie mają oni słabe szanse na szesnastkę. Myślę, że trzeba twardo stąpać po ziemi i znać swoje miejsce w szeregu. Przeciwnicy też pracują ciężko na treningach i nie wolno ich nie doceniać. Denerwują mnie także osoby, które nie mogą wygrać w sportowej walce i zaczynają prowokować przeciwnika swoim zachowaniem, klóceniem się, czy nieodpowiednim słownictwem. Uczę moich podopiecznych, że

z Mysłowic oraz jak w zeszłym roku w II OTKach MOSiR Mysłowice we wszystkich kategoriach młodzieżowych miał swoich zawodników i zawodniczki. Oczywiście udział naszych reprezentantek to zasługa trenerek, które pracują w pionie kobiet.

Proszę jeszcze powiedzieć o swoich sportowych idolach z lat dzieciństwa oraz tych współczesnych...

- Może będę dziwnym człowiekiem, ale nigdy nie miałem bohaterów ani jako zawodnik, ani jako trener. Uważałem zawsze na to, co się dzieje niedaleko mnie i jeżeli był ktoś dobry, to próbowałem najpierw mu dorównać, a potem chciałem być lepszy. Nauczyłem się od Polaków ambicji. Stawiam sobie cele trudne, ale nie jakieś kosmiczne. W moim zasięgu jest medal na mistrzostwach Polski weteranów, oczywiście po zdobyciu obywatelstwa, a dla wychowanków podobnie - zdobycie mistrzostwa kraju.

I już tak zupełnie na koniec, jakim sprzętem pan aktualnie gra?

- Gram od około 15 lat deską, która nigdy nie była produkowana, tylko zrobiona do testowania: ANDRO Kosmos Karbon. Okładziny: Donic Coppa Tagora.

☞

HISTORIA

CZĘŚĆ 3

Materiały: Chuck Hoey
Curator, ITTF Museum
Magazyn Tenis Stołowy
Tekst: Urszula Szafrńska

STÓŁ

Z POWYŁAMYWANYMI NOGAMI



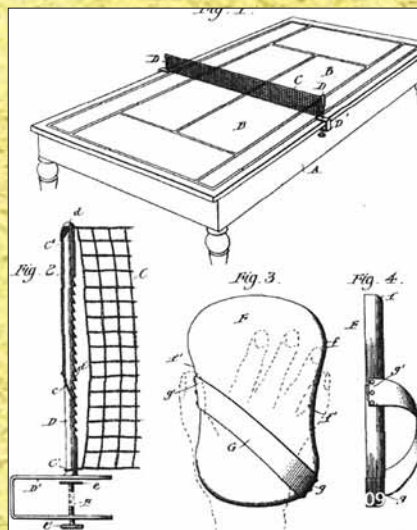
Tym razem opowiemy o ewolucji pierwszych wypolerowanych blatów do tenisa stołowego.

Tenis stołowy, jak czytaliśmy w poprzednim numerze, był grą salonową początkowo rozgrywaną na zwykłych stołach w jadalni. Różniły się więc wielkością. Już wkrótce pojawiły się przepisy, że stół winien mieć 2,7 x 1,5 m i zasady te zostały przyjęte przez Londyńskie Stowarzyszenie Ping-Ponga, a jakiś czas później przez Amerykańskie Stowarzyszenie Tenisa Stołowego.

Najwcześniej opatentowany został pochodzący z 15 lipca 1890 zestaw stworzony przez Anglika Davida Fostera. Jest to prawdziwa perełka. Składał się z rakiet z nacięciem strunowym, po bokach stołu wyściełanego suknem rozciągnięte były siatki, które chwytały pokryte tkaniną piłeczki kauczukowe.

W następnej kolejności pojawiły się:

Zestaw Emmy Barker, Angielki, w którym opatentowała stałą siatkę i rakietki z paskami na ręce, a także zasady gry (jak w tenisie na trawie - 12 sierpnia 1890). W amerykańskim patencie z 21 czerwca 1891 zawarła jeszcze szkic stołu pokrytego suknem, na którym wyrysowany został kort tenisowy i rakietki z paskami.



Whiff-Waff z grudnia 1900 (Slazenger & Sons) – nazwa pochodzi od dźwięku, jaki wydaje piłeczka.

Ping-Pong z września 1900 – współpraca braci Hamley z Jaques zaowocowała grą zwaną „Gossima albo Ping-Pong”, następnie „Ping-Pong albo Gossima”, aż wreszcie po prostu „Ping-Pong”.

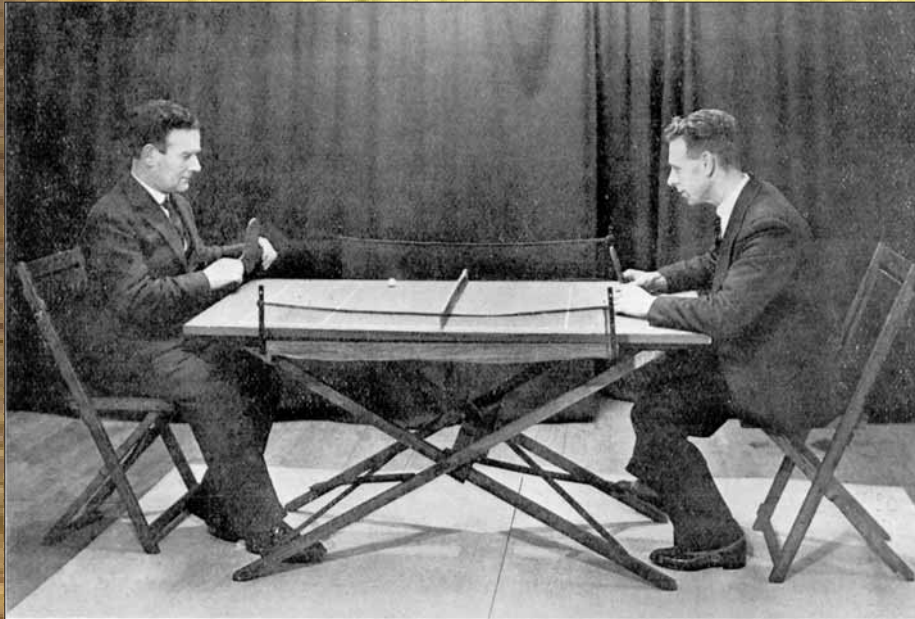


Dzięki modzie, która zapanowała na tenis stołowy w początkowych latach XX wieku, opatentowano wiele pomysłów.

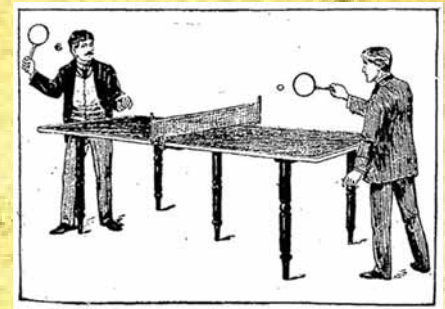
Gossima, w lipcu 1891 roku (John Jacques & Sons) – zestaw nie odniósł wielkiego sukcesu z powodu zbyt wysokiej, mającej aż 30 cm, siatki.

Jednym z ciekawych i praktycznych wynalazków była wolnostojąca siatka (twórca - John Salmon). Takie rozwiązanie miało kilka zalet – nie potrzebne były





znaleźć przedłużenia siatek, które były w kształcie prostokąta. W Stanach Zjednoczonych w



żadne zapięcia, nie dochodziło do uszkodzeń delikatnych, wypolerowanych stołów. Siatka pasowała do każdego stołu, niezależnie od wielkości. Jediną wadą było to, że mogła się przesunąć przy mocnym uderzeniu piłki.

ogrodzeniową siatką drucianą z zestawu „Tenis

1900 pojawił się bardzo specyficzny pomysł „ulepszonej wersji tenisa stołowego”, w którym siatkę zastąpiono sześcioma woreczkami z lekkiej bawełny w drucianych szkieletach zawieszonych na drewnianym kiju. Podczas gry, najprawdopodobniej, należało przebić piłeczkę do przeciwnika, bądź spróbować umieścić ją w woreczku.

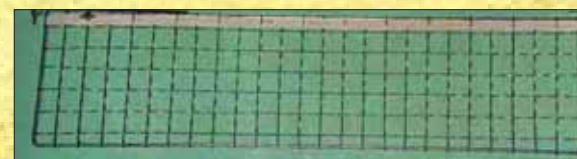
Innym ciekawym konceptem okazało się boczne przedłużenia siatki, wyższe o kilka centymetrów od niej samej. Używano ich, aby gracz nie przebił piłeczki do przeciwnika poza słupkami.

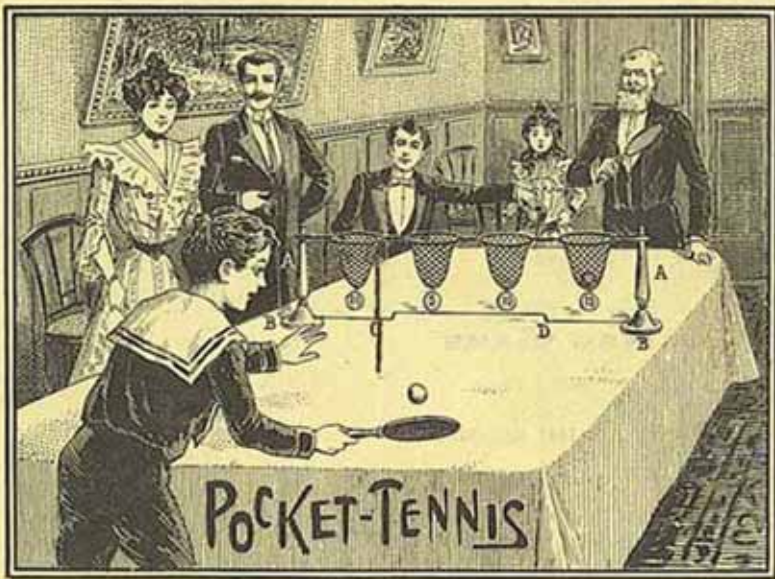


Oto stylizowane przedłużenia siatki o niespotykanym kształcie z

stołowy, najwspanialsza nowa gra" (North of England School Furnishings Co., Blackwellgate, Darlington). W zestawach Ping-Pong albo Gossima rzadko można

Nastąpiła również bardzo szybka ewolucja stołów. Już w 1902 roku pojawiły się ich reklamy w prasie. Zachwalano te składne, przenośne, pokryte zielonym sukniem, jak stoły bilaradowe, bądź pomalowane na zielono.





W gazecie Fitchburg Sentinel (Masachusetts) można było przeczytać o pomysle R.R. Cookmana, który opatentował trzyczęś-

PING-PONG TABLE TOPS AND TRESTLES.



ciowy stół do ping ponga: „Są to najbardziej praktyczne stoły na rynku. Można je tak złożyć, że zajmują mało miejsca i są bardzo

lekkie”. Inna gazeta, Post-Standard podała, że stół „zamyka się jak walizka na ubrania”.

Poniżej szkic przenośnego

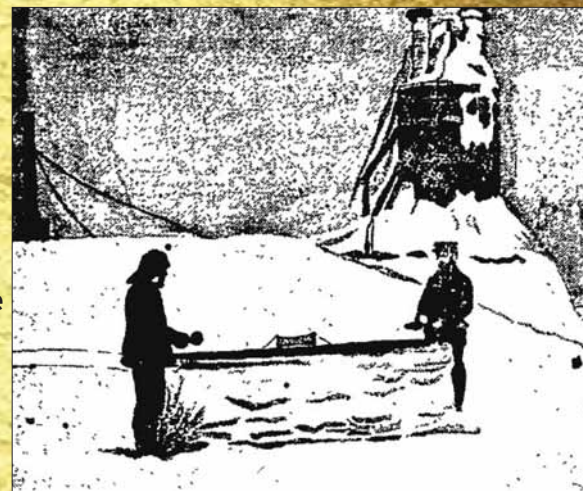
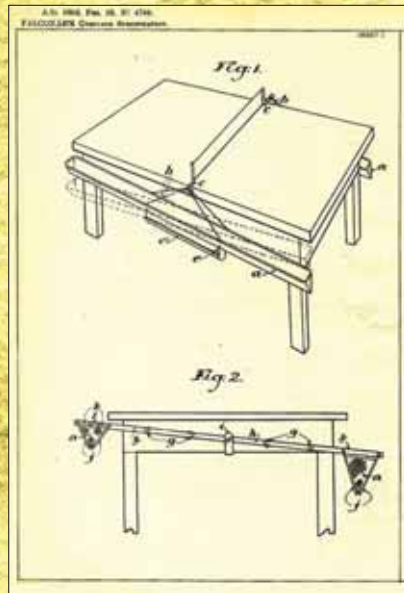
sprzętu, pokrytego materiałem z 1902, w którym blat jest zamocowany na mocnym drewnianym szkieletcie, co sprawia, że jest lżejszy. Kozły (nogi) stołu można złożyć, kiedy nie są używane, a cały stół daje się łatwo i szybko spakować.

I jeszcze jedna reklama z nowojorskiego *World*: „Nowy Stół – całkowicie odchodzi od starego stylu. Kiedy nie jest używany, blat można odwrócić ku górze, oprzeć o ścianę i powstaje siedzenie mające osłonę na zawiasach, w której umieszcza się mebel”.

A na zakończenie pewna ciekawa historyjka świad-

cząca o tym, że tenis stołowy to gra, która nie zna granic i nie straszne jej nawet najtrudniejsze warunki.

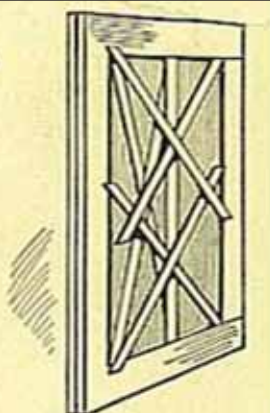
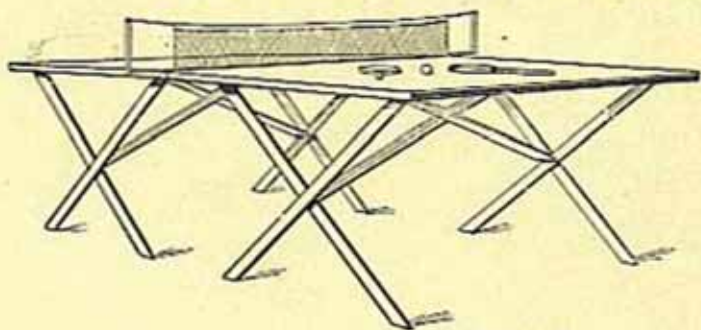
Fotografia, pochodząca z gazety Boston Daily Globe ze stycznia 1903 roku, przedstawia dwóch meteorologów, którzy grają w ping-ponga przy obserwatorium na szczycie Ben Nevis w Szkocji (jest to



najwyższy szczyt w Wielkiej Brytanii). Gra rozgrywana jest w zimie, śnieg ma ponad dwa metry, a temperatura wynosi -22°C . Za stół służy zbita kawał śniegu pokryty sukrem!!!

☞

New Portable Tables.



ZAWSZE O PARĘ „OCZEK” WYŻEJ

Dawid Szajna

Rozmowa z *Filipem Szymańskim*, jednym z trójki Polaków występujących w rozgrywkach męskiej Bundesligi

Zacznijmy od niedawnych mistrzostw Europy par mieszanych oraz Serbian Open. To były dla Ciebie bardzo dobre zawody, jesteś z tych startów zadowolony?

Tak, bardzo, szczególnie z udziału w Serbian Open, gdzie zająłem 3. miejsce. Wygrałem kilka gier z zawodnikami wyżej notowanymi na liście światowej. Po mistrzostwach Europy czuję lekki niedosyt, ponieważ była bardzo duża szansa na medal! Z Moniką zegraliśmy bardzo dobre zawody, ale w najważniejszych momentach nie potrafiliśmy postawić kropki nad „i”. Zabrakło trochę zimnej krwi. W ćwierćfinale prowadziliśmy 1:0 w setach i 9:2, a trzecią partię prowadziliśmy 9:6 i niestety przegraliśmy.

Przed obecnym sezonem przenieśliście się do byłego klubu Jakuba Kosowskiego - TTC indeland Julich. Gra w Bundeslidze to chyba marzenia każdego tenisisty stołowego...

Nie ukrywam, że to było moje marzenie. Jest to przecież jedna z lepszych lig na świecie. Tak w moim obecnym klubie, jak i tym wcześniejszym, TTC HAGEN, grał Jakub. On także występował tam przez trzy sezony - tak samo, jak ja. Później trafił do Bundesligi. W Julich grał również Tomasz Krzeszowski, mój obecny trener. Na pewno swoją dobrą dyspozycją „Krzesza” jak i „Kosa” przetarli drogę Polakom w TTC inde-

land Julich. Dlatego od 8 sezonów w tym klubie występuje nasz rodak.

Traktujesz ten sezon w Julich bardziej poważnie, czy raczej jako tenisową przygodę? A może i jedno i drugie?

Każdy sezon traktuję bardzo serio, ponieważ to jest moje jedyne zajęcie. Poświęciłem już trochę czasu na tę naszą dyscyplinę. Tenis stołowy to moja wielka pasja.

Na początku sezonu mieliście mały falstart - 2 porażki - a Ty nie zagrałeś jeszcze żadnego spotkania. Kiedy zatem Filip Szymański zadebiutuje w Julich w niemieckiej ekstraklasie?

Nie uważam, że mamy falstart. W obu meczach wszyscy dali z siebie wszystko. Graliśmy z bardzo silnymi rywalami i zdajemy sobie sprawę, jaki mamy skład. Dlatego każdy wygrany singlowy pojedynek będzie wielkim sukcesem. Powracając do pytania, kiedy zagram, to mam nadzieję, że już w najbliższym meczu będę miał okazję. Czekam na swoją szansę.

Trochę grasz u naszych zachodnich sąsiadów i na niejednej hali bywałeś. Powiedz, co tak naprawdę, oprócz świetnych zawodników i wysokiego poziomu, tak licznie przyciąga Niemców na mecze tenisa stołowego?

Na pewno organizacja, profesjonalizm - każdy klub w Bundeslidze ma



obowiązek posiadania Teraflexu. Sportowe sale nie są za duże, co powoduje niesamowitą atmosferę.

Przeważnie kluby znajdują się w małych miejscowościach i na mecze przychodzi praktycznie całe miasteczko. Jest to dla nich po prostu święto. Druga sprawa, to reklama i umiejętność „sprzedania” każdego spotkania jako wielkiego widowiska.

Aktualnie jesteś w szerokiej kadrze Polski seniorów. Myślisz czasami o grze w pierwszym składzie reprezentacji?

To są już kolejne marzenia - czas pokaże.

A jakie są tenisowe plany na przyszłość Filipa Szymańskiego?

Staram się nie wybiegać zbyt daleko w przyszłość. Jak na razie, w każdym sezonie gram coraz lepiej, na listach jestem zawsze o parę „oczek” wyżej. Mam sporo motywacji do ciężkiej pracy.

I na koniec, w ubiegłym sezonie zanotowałeś kilka startów w turniejach Otwartego Grand Prix. Czy tym razem również będziesz brał w nich udział?

Jeżeli czas pozwoli i nie będzie to kolidowało z innymi turniejami, to na pewno przyjadę.

☞



WIN WITH US



FOTOPOPULARYZACJA

z Grodziska Mazowieckiego

Dziękujemy za wspaniałe widowiska.



Fot. Rafał Suszycki



Fot. Rafał Suszycki



Fot. Rafał Suszycki



Fot. Tereza Klimec



NIE MAM WIELU OSIĄGNIĘĆ OPRÓCZ WYTRWAŁOŚCI

Waldemar Czapski

Jest Pan rodowitym warszawiakiem Panie Janku?

Nie.

Pochodzę z Lubelskiego a właściwie z Kraśnika.

Sport uprawiam od dziecka. Grałem w



siatkówkę, piłkę nożną i jeździłem na łyżwach. Rzeka wylewała na okoliczne łąki i mieliśmy wtedy fantastyczne lodowiska.

Jak wyglądał Pana pierwszy kontakt z tenisem stołowym?

Rok 1930 i żydowska świetlica. Był tam jedyny stół do ping ponga, na którym grali wszyscy.

Potem była podchorążówka w Dęblinie w 1935 i studia polonistyczne w Warszawie w 1938.

Podczas wojny byłem oficerem zrzu-
towym, pseudonim „Hektor”.

Czyli skakał Pan z samolotów?

Nie, poprzez łączność radiową organi-
zowałem miejsca do zrzutów broni dla
angielskich samolotów. Mieliśmy

ustalone specjalne kody – melodie i
nazwy miejsc: sarna, dzik itp.

Dawaliśmy latarkami komendy
światlne.

Pod moim dowództwem zorganizowa-
liśmy ok. 100 akcji.

Np. nieopodal wrogich posterunków
wywieźliśmy prowiant ze sklepu prze-
brani w niemieckie mundury, a aresz-
towani przez nas okupanci, w cywilnej
odzieży załadowali dwanaście wozów
wspomnianej żywności.

Śluchałem jeszcze kilku wojennych opowieści, po których Pan Jan miał leżkę w oku.

Najmocniej chyba wspominał swoich poległych żołnierzy „Zubra”, „Jima”, oraz „Korczaka” i „Fiata”.

Wojna się skończyła a Pan Jan ukrywał się nadal przed... „wyzwolicielem”. Cztery lata spędzone w więzieniu na Mokotowie „wyrównały” rachunki za służbę w Armii Krajowej.

Kolejne wspomnienia to lata 50-te i Szkoła Elektro – Mechaniczna w Kazimierzu nad Wisłą.

Uczyłem tam polskiego i grałem w tenisa stołowego. Był to czas trenera Hieronima Munio i jego wspaniałych treningów z ówczesnym mistrzem Polski Tadeuszem Patyńskim. Graliśmy, kto dłużej piłkę na stole utrzyma.

Kolejne pingpongowe lata to turnieje na ul. Terespolskiej. Bardzo pozytywnie wspominam te rozgrywki, Madzię Kucharską i bardzo chętnie wybiorę się zagrać do Nałęczowa na turniej.

A jak zdrowie Panie Janku?

(widząc jak Pan Jan wskakuje na krzesło, sięgając po stare dyplomy i fotografie, uznałem, że pytanie było nie na miejscu)



Szczerze mówiąc obecnie nie mam żadnej choroby.

Nie przyjmuję leków.

Nie mam też wielu osiągnięć sportowych, oprócz wytrwałości.

Trochę słabiej słyszę.

Dobra energia to podstawa życia i nie wolno jej tracić.

Podstawą jest ruch.

Organizm sam potrafi zwalczyć wiele chorób.


Precz z nałogami, picciem, paleniem i mocno przedawkowanymi treningami.

Trzeba lubić dyscyplinę, którą się uprawia. Koniecznie dużo warzyw i owoców. Osobiście jem sporo słodyczy, ale szybko je spalam na treningu i mi nie szkodzą.

(mówiąc o pozytywnej energii Pan Jan



stwierdził, że kompletnie brak jej naszym piłkarzom, komentując tym samym przegrane mecze).

Podpułkownik Jan Targosiński
ur. 28 III 1915 r.
odznaczony:
Podwójnym Krzyżem Walecznych
Orderem Polonia Restituta
Krzyżem zasługi z Londynu
i wieloma innymi odznaczeniami
... oraz Najstarszy
Weteran Tenisa Stołowego. 

DOBRE RADY TRENERÓW

Grzegorz Nurzyński

Pamiętaj, że w szkoleniu jesteś przede wszystkim pedagogiem i wychowawcą. Bądź dla swoich podopiecznych przykładem wysokiej kultury, uczciwości i rzetelności. Zwłaszcza młodzi czerpią najwięcej z twojego zachowania.

Traktuj swoich zawodników sprawiedliwie, oprócz wyników doceniaj również ciężką pracę, także tych mniej uzdolnionych.

Nie „tresuj”, lecz kształtuj postawy i zachowania. Oddziaływuj na świadomość, ucz samodzielnie myślenia.

Na każdym etapie szkolenia wplataj w trening element zabawy, dbaj o wszechstronny rozwój, zapewnij odpowiednią dawkę ćwiczeń ogólnorozwojowych oraz korekcyjnych.

Okazuj zrozumienie i wspieraj swoich młodszych kolegów, zwłaszcza w trudnych momentach.

Sukces czy porażka twojego zawodnika zależą również do ciebie.

Robert Barański

Szanujmy czas naszych podopiecznych.

Jerzy Grycan
„TRENING

Jest procesem twórczym umożliwiającym wzrastanie zawodnika. Trening rozwijający wymaga elastyczności i twórczego eksperymentowania. Jest to przede wszystkim przygotowanie do „nieprzewidywalnego” na zawodach, to symulacja możliwych sytuacji trudnych, mogących się wydarzyć. Nie może być to „automatyczne” powtarzanie „ćwiczeń”. Trening rozwijający ludzi, to nie „produkcja”. Twórczy trening wymaga dialogu między trenerem a zawodnikiem...”

Integralny Tenis Stołowy.

LOMIANKI
OPRACOWANIE
STOWARZYSZENIE POPULARYZACJI TENISA STOŁOWEGO

TURNIEJ POD PATRONATEM BURMISTRZA NAŁĘCZOWA
11 Listopada NAŁĘCZÓW
środa
Hala ZSE, ul. Spółdzielcza

ORGANIZATOR:
Nałęczowskie Stowarzyszenie Rozwoju Kultury i Sportu
NAŁĘCZÓWKI

OTWARTE Grand Prix TENISA STOŁOWEGO

NAGRODY W WYSOKOŚCI 10.000 ZŁ

NAGRODY DLA ZWYCIĘZCY CYKLU
SPRZĘT DO FELITERANPI DLA SPORTOWCÓW WYCIĄGOWYCH ZA KWOTĘ 25.000 ZŁ
WYCIECZKĘ DO PARYŻA UFUNDOWAŁA FIRMA

ROZDAJEMY NOWY MAGAZYN

KATEGORIA	ROCZNIK	GODZINA rozpoczęcia
MŁODZICZY I MŁODZICZKI	96 97	10 ⁰⁰
KADECI I KADETKI	94	11 ⁰⁰
JUNIORZY I JUNIORKI		12 ⁰⁰
EKSTRAKLASA + I LIGA + każdy cztery		13 ⁰⁰
II III LIGA + Panie I LIGA EKSTRAKLASA		14 ⁰⁰
WETERANI, AMATORZY, IV I V LIGA + Panie II LIGA i niżej		14 ⁰⁰

INFO: A. Kucharski 985 989 919
W. Czapka 982 379 912
www.apta.com.pl

SPONSORZY TURNIEJU W NAŁĘCZOWIE

SPONSORZY OTWARTEGO GRAND PRIX

SPONSORZY STOWARZYSZENIA POPULARYZACJI TENISA STOŁOWEGO

Z HISTORII
GRAND PRIX
POLSKI
AMATORÓW

Michał Markowski

część druga: lata 1984-1985



Finał inauguracyjnego turnieju piątego cyklu Grand Prix rozpoczął się o godzinie...

1.30 w nocy 11 marca 1985 roku. Zwyciężył w nim Tomasz Syczyło.



Warszawiaków. Na pozycję lidera klasyfikacji generalnej wysunął się Dariusz Biernacki.

Aby wyrównać szanse startujących, organizatorzy wprowadzili podział na kategorie "A" (zawodnicy grający poniżej 2. ligi) i "B" (niezrzeszeni).

Komunikaty z imprez zostały wzbogacone o relacje z meczów reprezentacji Polski w Superlidze.

Dariusz Biernacki:

ATMOSFERA – było magicznie, fantastycznie.

Dosłownie „cała Polska” przyjeżdżała na nasze turnieje. Kilkuset zawodników na Terespolskiej, Hali „Gwardii” czy pamiętny turniej w Pałacu Młodzieży, na którym pierwszą grę rozpocząłem o godz. 20.20 !!! (na sali byłem od godz. 8.00 rano).

UCZESTNICY – Na każdym turnieju tłumy. Do tej pory pamiętam

wielu bardzo dobrych zawodników, którzy przyjeżdżali do nas z końca Polski (niejednokrotnie całą noc w pociągu a rano prosto do gry przy stole !!). Rywalizacja z nimi była

bardzo zacięta (walczyliśmy o punkty do Grand Prix Polski i ilość wygranych turniejów GP - Turniej Mistrzów). Najtrudniejszym dla mnie przeciwnikiem był Jacek Janiszewski, z którym udało mi się wygrać tylko jeden raz na kilkanaście pojedynków. Bardzo lubiłem zmagania z obrońcami m.in. dlatego, że dużo z nimi trenowałem.

SALE – były różne od kameralnych po bardzo duże. „Rawar”, hala WAT-u, klub „Iskra” (kino „Kamionek”), hala w zakładach „Cora” na Terespolskiej, hala „Gwardii” - wszystkie łączyła niepowtarzalna atmosfera tamtych zawodów.

OSIĄGNIĘCIA – był to okres, w którym dochodziłem do tenisowego czuba. Moją dewizą był trening i tylko trening oraz gra fair.

Chciałbym gorąco pozdrowić wszystkich uczestników tamtych zawodów mając jednocześnie nadzieję, że się jeszcze spotkamy (oczywiście przy stole!)

Turniej październikowy został zdominowany przez pasjonatów z Pruszkowa, którzy w swojej rodzinnej miejscowości, w skromnej salce przy ul. Hubala trenowali codziennie i czynili systematyczne postępy. Zwycięzca - Jacek Janiszewski, w drodze do finału stracił tylko jednego seta - urwał mu go kolega, Grzegorz Gajek - człowiek, który zaczął uprawiać tenis stołowy mając blisko 40 lat na karku.

W amatorach doszedł do czołówki kraju, ale to mu nie wystarczyło. W 1987 roku wygrał Wojewódzki Turniej Klasyfikacyjny Seniorów, a w latach 90 reprezentował Tur Jaktorów w rozgrywkach 2. ligi.

W 1/8 zawodów odpadł Dariusz Gwiazda - późniejszy triumfator wielu amatorskich imprez stolicy, który musiał uznać wyższość Janusza Hanusiaka - pierwszego trenera Artura Daniela - Mistrza Polski seniorów A.D. 2009.

18 maja odbyło się pierwsze Grand Prix poza Mazowszem - w Wałbrzychu.

Wygrał Eugeniusz Górecki z Gdańska, który wyprzedził koalicję



Dariusz Biernacki

Grzegorz Gajek (wielokrotny medalista Grand Prix):

- Z biegiem czasu obraz tego wszystkiego się zamazuje. Ciężko jest sobie przypomnieć poszczególne turnieje czy gry. W pamięci utkwiły mi moje pojedynki z Klysem, który był typowym obrońcą. W tych zmaganiach, ostro wchodziłem w jego obronę i często udawało mi się wygrać. Atmosfera wielkich turniejów była niesamowita - przyjeżdżali zawodnicy ze Śląska - rywalizowaliśmy z nimi ostro, ale w przyjacielskiej atmosferze - wymienialiśmy się lokalnym piwem itp. Na turnieje jeździliśmy ekipą z Pruszkowa - poza mną liczyli się Darek Biernacki, Jacek Janiszewski i Wojtek Folwarski.

Pod koniec cyklu, na listach zawodników znaleźli się reprezentanci 38 województw! W Mistrzostwach Polski Amatorów triumfował Antoni Słowik z Wałbrzycha. 9 miejsce w tym turnieju zajął Marek Rzemek - obecnie opiekun sekcji tenisa stołowego przy UW. Wśród kobiet wygrała Elżbieta Ignasiak z Sochaczewa, a w deblu nie mieli sobie równych Janiszewski i Wojciech Strzemiński z Warszawy. Najstarszym zawodnikiem zawodów był wówczas Alfons Domeracki z Torunia - rocznik 1915, uczestnik pierwszych Mistrzostw Polski seniorów (Lwów 1933). Obszerna relacja ze zmagania pióra Sylwestra Sikory ukazała się w Przeglądzie Sportowym. CDN.

CIEKAWY

HISTORIE

Leszek Kucharski

Za czasów mojej kariery zawodniczej TOP 12 seniorów był, po Mistrzostwach Świata i Europy, najbardziej prestiżowym turniejem w Europie. Należy również dodać, iż chyba też „najcięższym” – tak pod względem fizycznym jak i psychicznym. Dlaczego? Proszę sobie wyobrazić 12-stu najlepszych zawodników w Europie, którzy w czterech sesjach grają między sobą jedenaście dużych gier (sety do 21 i do trzech wygranych setów). Jedna taka zacięta gra (a na tym poziomie prawie wszystkie takie były) trwała nawet czasami do 60 min. Było to ogromne obciążenie psychiczne, nie wspominając już o fizycznym.

Uczestniczyłem kilkakrotnie w TOP 12. Raz, przy odrobinie szczęścia, miałem nawet szansę go wygrać. I o tym turnieju chciałem króciutko opowiedzieć. Przedtem dwa słowa na temat mojej gry w tych potyczkach. Zawsze kiepskie było dla mnie wejście do turnieju, następnie cały środek to było to, co najbardziej lubiłem (a na tym etapie na ogół grałem ze Szwedami, co owocowało częstymi zwycięstwami m.in. z Waldnerem, Perssonem). W końcu natomiast brakowało mi już sił - mój styl grania wymagał dość dużego wysiłku fizycznego.

TOP 12 Ljubljana 1989 rok. W turnieju tym przegrałem trzy gry i ostatecznie zająłem czwarte miejsce. A mogło być tak dobrze. Najciekawsze jak do tego doszło. Pierwszy pojedynek jak zwykle na turniejach TOP 12 musiałem rozegrać z Andrzejem Grubbą (w pierwszej kolejności walczyli ze sobą zawodnicy z jednego kraju), co nie odpowiadało mi za bardzo z w/w powodów. Mecz bardzo zażarty – jak zwykle przeciwko Andrzejowi – 2:2 w setach i moje prowadzenie 15:10 i... po 15-ście. Lekkie wylądowanie nerwów, końcowy efekt: sama rączka w mojej dłoni. Główna rakiety leży obok. Wymiana na zapasową i oczywiście porażka do 19-stu. Kolejne gry idą bardzo dobrze (zwycięstwa nad Mazunowem, Rosskopffem, Bohmem, Kaliniczem i Gatiemem) i dochodzi do ostatniej (siódmej) gry drugiego dnia turnieju. Naprzeciw mnie Węgier Kriston, który do tej pory miał zero zwycięstw na swoim koncie. Bułka z masłem. Porażka 2:3 i prawie znoszą mnie na noszach, bo padam z sił (Kriston został w tym turnieju z jednym zwycięstwem). Przydałaby się jakaś odnowa, mały masażyk, ale w owym czasie to masażyści jeszcze nie dorobiliśmy się. Ostatnia faza turnieju w niedzielę rano (już odpocząłem) i pierwsze trzy zwycięstwa (nad Lupulescu, Appelgrenem i Waldnerem) dały mi szansę na „pudło”. Przed ostatnim pojedynkiem z Perssonem nie miałem już szans na zwycięstwo w całym turnieju, jednak zwycięstwo dawało mi drugie miejsce, a Andrzeja spychało na 4-te. Persson również walczył o drugą pozycję. Zaczynam dobrze – jak podczas całej ostatniej tury – i doprowadzam do meczbola 20:19 przy moim prowadzeniu 2:0. Jednak mam za przeciwnika mistrza Europy i przyszłego mistrza świata. Poległem 2:3 i ostatecznie zająłem czwarte miejsce. Zabawy całkiem sporo, szczególnie w moim pierwszym pojedynku przeciwko Andrzejowi. Pozdrawiam i życzę moim następcom co najmniej takich samych wrażeń.

Leszek Kucharski



Fot. Ireneusz Stosił

ASBUD®



FUNDATOR
STATUETEK

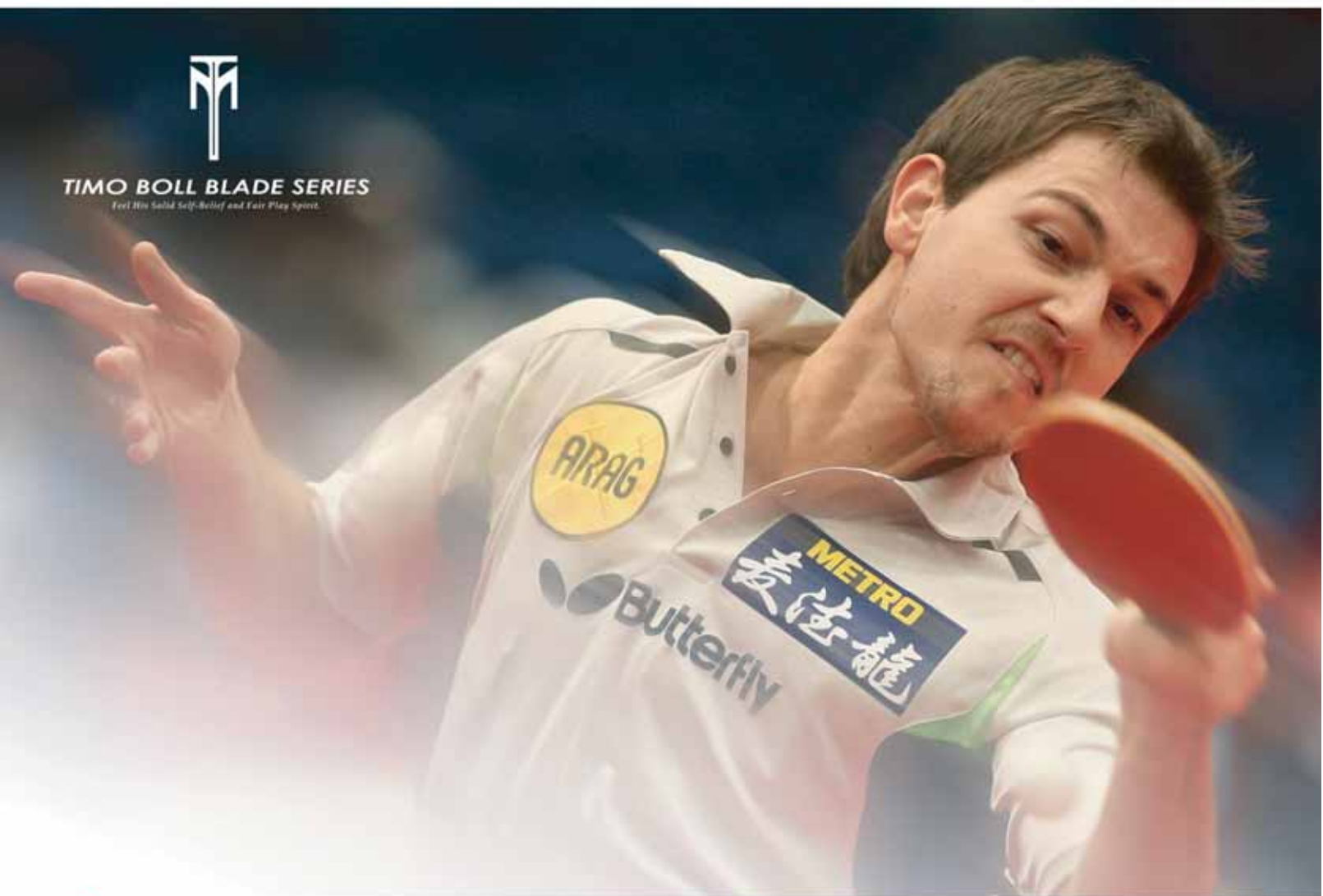
www.kominkiasbud.pl

Sukces nie jest dziełem przypadku



TIMO BOLL BLADE SERIES

Feel His Solid Self-Belief and Fair Play Spirit.



 Butterfly®

GASPORT Sp. z o.o.
ul. Meissnera 1
80-486 Gdańsk
tel. 58 346 92 56
tel. 58 346 81 11
gasport@butterfly.pl

AŻ DZIWIW BIERZE

Paweł Gąsiński

Polacy zdominowali GPD Prague Open

Już po raz dziesiąty, pod koniec sierpnia, w stolicy Czech odbył się międzynarodowy turniej tenisa stołowego – GPD Prague Open.

Zawody z pulą nagród 250 tys. koron (ok. 41 500 zł) przyciągnęły na start 1187 zawodników i zawodniczek. Ta imponująca liczba zaskoczyła przede wszystkim samych organizatorów, którzy nie spodziewali się, że aż tylu sympatyków zagra w tegorocznych zmaganiach.

Do Pragi wybrała się spora, bo licząca blisko 80. ludzi ekipa z Polski, z Li Qian, Xu Jie, Wang Zeng Yi, Bartoszem Suchem i Danielem Górakiem na czele.

Praska impreza okazała się doskonałym sprawdzianem przed wrześniowymi mistrzostwami Europy. Zawody były rozgrywane w hali Oáza na 24 stołach firmy Stiga.

Oprócz reprezentantów Polski, na GPD Prague Open mogliśmy podziwiać reprezentantów z Czech, Chin, Słowacji, Austrii, Estonii, Ukrainy, Niemiec, Belgii czy też z Kolumbii. Gwiazdami tegorocznego turnieju byli Czech Petr Korbel i Belg Jean-Michel Saive.


Zawody rozegrano w dziewiętnastu kategoriach. Każdy mógł zagrać w kilku z nich. Najbardziej prestiżową konkurencją była ELITE, w której wzięli udział wszyscy najlepsi zawodnicy i zawodniczki. Obie te kategorie zostały zdominowane przez Polaków. Wśród mężczyzn zdecydowanie najlepszym pingpongistą był Wang Zeng Yi. Sklasyfikowany obecnie na 49. miejscu w światowym rankingu, „Wandzi” w całym turnieju stracił zaledwie dwa sety, ogrywając m.in. Czechów Radka Košťála, Josefa Šimoněika, Martina Olejníka czy Jeana-Michela Saiva. Największe niespodzianki turnieju sprawili Polacy: Bartosz Szarmach i Jacek Nowokuński. Ten pierwszy ograł faworyta GPD Prague Open, zwycięzcę sprzed roku Petra Korbela, a Nowokuński w pięciu setach rozprawił się z jednym z kandydatów do wygranej, Czechem Dmitrijem Prokopcovem.

Jednak największym zaskoczeniem tegorocznego GPD Prague Open była postawa Ukrainka Andriya Sitaka, który w zeszłym sezonie reprezentował barwy

drugiej drużyny Sokola Hradec Králové, występującej w rozgrywkach czeskiej 3. ligi. Sitak w turnieju ELITE pokonał kolejno Czecha Davida Palkovskega (2. Bundesliga), Austriaka Daniela Habesohna (reprezentant Austrii), Czecha Petra Kauckiego (czeska ekstraklasa) i Bartosza Szarmacha (polska ekstraklasa). Sitak zatrzymał się dopiero w półfinale, a jego pogromcą okazał się występujący w Polsce, Martin Olejník. Turniej ELITE kobiet był zdominowany przez reprezentantki Polski. Aż pięć z nich znalazło się w ćwierćfinalach, ale tylko dwie z nich awansowały do półfinałów. Były to Li Qian i Xu Jie, które w 1/2 finału zmierzyły się z reprezentantkami Czech, Daną Hadaèovą i Renátą Štrbíkovą. Li dość spokojnie rozprawiła się z Hadaèovą, natomiast „Ksenia” po wielkich mękach wyeliminowała z turnieju Štrbíkovą. Mecz o zwycięstwo w GPD Prague Open, pomiędzy Li Qian a Xu Jie miał być rewanżem za finał mistrzostw Polski, wtedy to Li w czterech setach wygrała z Xu. W Pradze było podobnie, z jednym wyjątkiem, obie grały do trzech wygranych setów. Li Qian okazała się zdecydowanie najlepszą zawodniczką turnieju, nie tracąc w siedmiu spotkaniach choćby seta.

To nie wszystkie sukcesy Polaków. W pozostałych kategoriach zdobyliśmy w sumie 12. medali. Najlepszy występ odnotował Rafał Suszycki wygrywając w dwóch kategoriach (D i I) oraz Robert Floras i Daniel Górak, którzy wygrali grę podwójną. Drugie miejsca w swoich turniejach zajęli: Szymon Kulczycki (kategoria C), Michał Markowski (I), Krzysztof Piotrowski (weterani 40-49 lat) i Teresa Gregorczyk (weteranki). Na najniższym stopniu podium stanęli: Monika Narolewska (juniorce i kobiety do 21. lat), Jarosław Okruch (I),

Xu Jie i Katarzyna Grzybowska (gra podwójna) oraz Bartosz Such wraz z Xu Wenliangiem (gra podwójna).

Tegoroczne zmagania w GPD Prague Open dla naszych reprezentantów były bardzo udane. Nigdy wcześniej Polacy tak bardzo nie zdominowali tego turnieju. Można narzekać trochę na organizację czy też czas oczekiwania na grę, ale przy takiej liczbie zawodników bardzo ciężko jest przeprowadzić zawody na najwyższym poziomie. Patrząc na to, co się działo w Pradze i ilu zawodników zagrało w tych zawodach, aż dziw bierze, że nikt w naszym kraju nie zorganizował jeszcze podobnego turnieju. 



Fot. Rafał Suszycki



PŁYNY I NAWADNIANIE CZ.I

Michał Sawicki

Każdy z nas zna pojęcie piramidy żywieniowej. Mówiąc krótko, jest to zestawienie produktów, które powinniśmy spożywać w odpowiednich proporcjach i ilościach, dzięki czemu będzie to najkorzystniejsze dla naszego zdrowia. Podstawą piramidy żywieniowej zbudowanej specjalnie na potrzeby sportowców są płyny. Budując swój plan diety, czy też planując swój codzienny jadłospis, zawsze należy zaczynać od płynów. Dlaczego? Odpowiedź jest bardzo prosta: stanowią one od 50 do 56% masy ciała kobiet i 52 – 60% masy ciała mężczyzn. Fakt ten wynika przede wszystkim z anatomicznych różnic między kobietą, a mężczyzną. Ciało pań zawiera więcej tkanki tłuszczowej od ciała mężczyzn. Tkanka tłuszczowa składa się z zaledwie ok. 5% wody, natomiast tkanka mięśniowa z ok. 75%. Widać zatem, że sportowcy, którzy zazwyczaj posiadają znacznie więcej mięśni od „zwykłego śmiertelnika, mogą mieć w organizmie jeszcze więcej wody.

Woda niezbędna jest do niemal wszystkich procesów życiowych. Już utrata płynu stanowiącego zaledwie 2% masy ciała może istotnie zaburzyć szereg funkcji fizjologicznych organizmu człowieka, to z kolei obniży zdecydowanie możliwości wysiłkowe zawodnika. W przypadku osoby ważącej 70 kilogramów, 2% to jedynie 1,4 kg. Każdy z nas może w bardzo łatwy sposób sprawdzić czy podczas treningu dostarcza odpowiednie ilości płynów – wystarczy zważyć się przed i po treningu. Jeżeli okaże się, że po zakończeniu wysiłku fizycznego ważymy mniej, to ta swoista niedowaga (ilość wylanego potu) będzie miarą naszego odwodnienia. No właśnie – pot... Ilość potu produkowana podczas treningu, a co za tym idzie ilość utraconych płynów, zależy od kilku czynników, do których zaliczyć należy: intensywność i długość ćwiczeń, temperatura i wilgotność otoczenia, a także indywidualnych cech danej osoby. Niektórzy pocą się obficie niż inni, nawet wykonując te same ćwiczenia w tym samym środowisku. Związane jest to z wagą i wzrostem, a co za tym idzie budową ciała (zawartość tkanki tłuszczowej i mięśniowej). Ilość wydalonego potu ściśle współgra z poziomem wytrenowania organizmu (im bardziej wytrenowany osobnik tym, lepsza termoregulacja, a co za tym idzie i więcej wytworzonego potu). W trakcie forsownego treningu odbywanego w wysokiej temperaturze i wilgotnym otoczeniu – organizm może tracić nawet ok. 2l płynów na godzinę. Wraz z potem tracimy nie tylko płyny, ale także niezbędne i niezwykle cenne elektrolity – są to sole mineralne rozpuszczone w płynach ustrojowych. Zawierają sód (Na), potas (K), chlor (Cl) i magnez (Mg). Mówiąc krótko, pierwiastki te pomagają regulować równowagę płynów w różnych partiach ciała oraz ilość płynów we krwi (np. K ma tendencję do przyciągania wody, więc jego wysoka koncentracja w komórce mięśniowej powoduje napływ wody właśnie do komórki, z kolei Na ma tę zaletę, że zatrzymuje wodę w organizmie). Aby organizm był w doskonałej formie podczas trwania wysiłku fizycznego, należy zadbać zarówno o odpowiednią podaż płynów, jak i na bieżąco uzupełniać straty elektrolitów.

CDN



SPRAWNIE DZIAŁAJĄCY KLUB SPORTOWY

ORGANIZACJA I FINANSE

Marek Zalewski

W tym numerze chciałbym przedstawić Państwu proces zakładania sprawnie działającej organizacji, czyli klubu sportowego.

Forma prawna:

Stowarzyszenie

Prowadzące działalność gospodarczą

Nieprowadzące działalności gospodarczej

Stowarzyszenie kultury fizycznej

Prowadzące działalność gospodarczą

Nieprowadzące działalności gospodarczej

Uczniowski klub sportowy

Różnice w sposobie rejestracji i działalności organizacji oraz 'plusy dodatnie i ujemne' każdej formy prawnej.

Stowarzyszenie:

Organ rejestracyjny to Krajowy Rejestr Sądowy (proces rejestracji do 3 miesięcy), szersze spektrum działalności (nie tylko kultura fizyczna i sport, a np. przeciwdziałanie patologiom społecznym, kultura itp.)

Stowarzyszenie kultury fizycznej:

Organ rejestracyjny to wydział odpowiedzialny za kulturę fizyczną w starostwie powiatowym właściwym dla siedziby stowarzyszenia (proces rejestracji do 30 dni, w przypadku prowadzenia działalności gospodarczej wpis do Krajowego Rejestru Sądowego), węższe spektrum działalności (kultura fizyczna i sport)

Uczniowski klub sportowy:

Organ rejestracyjny to wydział odpowiedzialny za kulturę fizyczną w starostwie powiatowym właściwym dla siedziby stowarzyszenia (proces rejestracji do 30 dni), węższy zakres działalności (kultura fizyczna i sport), udogodnienia dotyczące posiadania lub najmu lokalu na siedzibę (siedziba szkoły), odrębne rozgrywki dla UKS-ów

ZGODNIE Z NOWYMI UREGULOWANIAMI PRAWNYMI ORGANIZACJE BĘDĄCE GMINNYMI LUB MIEJSKIMI OŚRODKAMI SPORTU NIE MOGĄ BYĆ CZŁONKAMI NP. WOJEWÓDZKICH I OGÓLNOPOLSKICH ZWIĄZKÓW SPORTOWYCH (BRAK ODRĘBNEJ OSOBOWOŚCI PRAWNEJ) !!!

Co do pytania, czy warto prowadzić działalność gospodarczą, to zdania są podzielone. W pierwszym etapie funkcjonowania nie wydaje mi się to konieczne (można prowadzić działalność w formie statutowej odpłatnej, czyli takiej, która w całości przeznaczona jest na konkretne działanie zgodne z zakresem działalności statutowej), jednak w rozwoju organizacji działalność gospodarcza wydaje się być konieczna.

Warto pomyśleć nad zrzeszeniem się w okręgowych związkach sportowych (uczestnictwo w rozgrywkach), ludowych związkach sportowych (uczestnictwo w odrębnych rozgrywkach i dodatkowe finansowanie).

Podstawa prawna:

USTAWA PRAWO O STOWARZYSZENIACH - 07.04.1989

USTAWA O KULTURZE FIZYCZNEJ - 18.01.1996 r.

USTAWA O SWOBODZIE DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ - 02.07.2004 r.

USTAWA O SPORCIE KWALIFIKOWANYM - 29.07.2005 r.

Co jest nam niezbędne do założenia organizacji:

- Min. 15 członków założycieli (pełnoletni, pełna zdolność do czynności prawnych, obywatelstwo polskie) warto zwrócić uwagę na dobór i zainteresowanie różnych środowisk lokalnych w rozwój naszej organizacji (burmistrz/wójt, radny/radni, ksiądz, dyrektor szkoły, nauczyciel WF, nauczyciele ze szkół naszego regionu, rodzice, lokalni przedsiębiorcy, indywidualności środowiska lokalnego, dziennikarze, społecznicy, byli sportowcy i działacze, koledzy)
- siedziba organizacji (własność, najem, użyczenie)
- komplet dokumentów rejestracyjnych (wniosek, lista członków założycieli, protokół zebrania założycielskiego, STATUT

Chwilka o statucie:

Statut to nasz wewnętrzny kodeks postępowania, warto tak go stworzyć, aby móc sprawnie działać (zapisy dotyczące zakresu naszej działalności, reprezentowania organizacji na zewnątrz, władz), kodeks nasz musi być zgodny z obowiązującymi przepisami prawa.

To tyle w tym odcinku, jak zawsze czekam na pytania i uwagi (z chęcią będę się uczył na Waszych doświadczeniach)

Przyszły odcinek poświęcony będzie możliwym formom finansowania naszej działalności.

mareczek06@o2.pl



pasta pizza lasagna
przekąski desery napoje
lasagna *pasta pizza*
zupy *dania główne*



FIRMA POLSKA

022 210 10 10

**FIGLE
MIGLE**



turnieje tenisa stołowego
sponsoruje sklep internetowy
ze słodyczami:

www.FigleMigle.pl

