

Ogólnopolskie Zimowe Senioriady na Podhalu



**Rabka-Zdrój
2014-2018**

Patronat honorowy



Ewa Przybyło
Burmistrz
Rabki-Zdroju



Krzysztof Faber
Starosta Powiatu
Nowotarskiego



Wiesława Borczyk
Prezes Ogólnopolskiej
Federacji Stowarzyszeń UTW

Partnerzy



Patroni medialni





Gmina
Rabka-Zdrój



Ogólnopolska Federacja
Stowarzyszeń Uniwersytetów
Trzeciego Wiek



Powiat
Nowotarski



Ogólnopolskie Zimowe Senioriady na Podhalu

Rabka-Zdrój, 2014-2018

Organizator

Stowarzyszenie Rabczański
Uniwersytet Trzeciego Wiek

Przewodniczący

Komitetu Organizacyjnego Senioriad
Marek Szarawarski





Szanowni Państwo,

inspiracją do organizacji Ogólnopolskiej Zimowej Senioriady były dwie imprezy: „Spartakiada Integracyjna Dzieci i Młodzieży pod patronatem mistrza olimpijskiego Roberta Korzeniowskiego” oraz letnie olimpiady dla seniorów w Łazach, których byłem uczestnikiem.

Jako członek Rady Programowej Rabczańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, a także pomysłodawca i przez 10 lat przewodniczący komitetu organizacyjnego Spartakiad, pomyślałem, że Rabka-Zdrój mogłaby stać się miejscem sportowej rywalizacji seniorów w zimie. Początkowo „Dziewczęta” z RUTW podchodziły do tego pomysłu sceptycznie, ale pierwsza Senioriada w 2014 roku zakończyła się sukcesem i jest już coroczną tradycją naszego miasta. O tym, że idea tej imprezy była słuszna, świadczy rosnąca z roku na rok liczba uczestników i obserwatorów.

Przed I Senioriadą Burmistrz Łazów przekazał nam „Święty Ogień” z Grecji. Z Olimpii, legendarnego miejsca, kolebki sportowych zmagañ, przywożem również „starożytne kamienie” oraz nowoczesną ogromną zapalniczkę z napisem OLYMPIA, która służy do zapalania pochodni. „Eksponaty” te przechowujemy w naszym uniwersytecie i używamy ich podczas otwarcia imprezy.

Lista osób i instytucji, którym chciałbym złożyć podziękowania, jest bardzo długa. Przedstawiono ją w niniejszym, jubileuszowym biuletynie, w miejscu, gdzie wymienieni są „Partnerzy”, „Patroni medialni” i „Akcje charytatywne”.

Szczególne słowa wdzięczności kieruję do Honorowych Patronów: Ewy PRZYBYŁO – Burmistrz Rabki-Zdroju, Krzysztofa FABERA – Starosty Powiatu Nowotarskiego, Wiesławy BORCZYK – Prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Burmistrz Rabki-Zdroju i Starosta Nowotarski to główni fundatorzy naszej imprezy. Sponsorem prywatnym są Andrzej Dubiel – twórca znicza i pamiątkowych statuetek dla wszystkich drużyn na każdej Snioriadzie oraz Rafał Ścianek – wykonawca kamieni do konkurencji kręgle curlingowe.

Sprawną organizacją Senioriad promujących nasze uzdrowisko to zasługa Komitetu Organizacyjnego oraz przeszło 100 studentów Rabczańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku pełniących funkcje opiekunów, przewodników, organizatorów, prowadzących konkurencje i wręczających medale.

Wszystkim za odpowiedzialne wykonanie zadań serdecznie dziękuję.

*Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego Senioriad
Marek Szarawski*

Seniory. Od pomysłu do realizacji

Organizowana przez Rabczański Uniwersytet Trzeciego Wieku zimowa olimpiada sportowa dla seniorów ma już swój mały jubileusz. Senioryada odbywa się po raz piąty. A jak to się zaczęło?

Z pomysłem zorganizowania zimowej sportowej imprezy dla seniorów przyszedł do naszego uniwersytetu na początku roku akademickiego 2013/2014 **Marek Szarawarski** radny powiatu, członek Rady Programowej RUTW. Naszą pierwszą reakcją było: *Nie, tego nie potrafimy, nie poradzimy sobie z tak dużym przedsięwzięciem.* Ale ziarno zasiane przez Marka, zaczęło kiełkować. *A może jednak?* Pomysł poparła Wiesława Borczyk – Prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku. Spodobał się też władzom miasta.

Powołano 6-osobowy Komitet Organizacyjny, w którego skład weszli reprezentanci RUTW, Urzędu Miejskiego oraz Miejskiego Ośrodka Kultury. Przewodniczącym został pomysłodawca Marek Szarawarski. **Wymyślono nazwę: Senioryada.** Przygotowanie imprezy trwało kilka miesięcy. Najpierw Komitet pracował nad przygotowaniem regulaminu zawodów. Ustalono konkurencje: slalom narciarski, zjazd na dętkach, bieg na nartach, rzut do celu, brydż, kręgle curlingowe. Ta ostatnia dyscyplina została wymyślona przez nas – połączenie curlingu z kręglami. Dodatkowo zaplanowano nordic walking po Rabce-Zdroju z konkursem wiedzy o uzdrowisku.

Po opracowaniu regulaminu imprezy zaczęła się praca wokół zdobywania funduszy, pozyskiwania sponsorów i patronów medialnych, załatwiania obiektów, pomieszczeń oraz potrzebnego sprzętu, porozumienia z sędziami do poszczególnych konkurencji, pozyskiwanie patronów.

Przy pomocy Ogólnopolskiej Federacji informacje o Senioryadzie zostały rozesłane do uniwersytetów trzeciego wieku w całej Polsce. Zaczęły napływać zgłoszenia. Z wielkim wzruszeniem rozpaliliśmy pierwszy znicz olimpijski – od kaganka ze świętym ogniem przywiezionym z Grecji, a подарowanym nam przez UTW Łazy – od lat organizatora wiosennej Olimpiady Seniorów „Trzeci Wiek na Start”.

I tak się zaczęło. W każdej kolejnej imprezie przybywało nam zgłoszeń. A my doskonaliliśmy organizację. W drugiej Senioryadzie do zawodów dodaliśmy jeszcze jedną konkurencję – szachy, a w przeddzień zmagani sportowych zaczęliśmy organizować imprezy towarzyszące, służące integracji i promujące nasze uzdrowisko.

Cztery Senioryady to cztery udane imprezy propagujące zdrowy styl życia seniorów, pozwalające na nawiązywanie przyjaźni oraz promujące Rabkę-Zdrój. Na sukces składa się praca wszystkich osób zaangażowanych w organizację. W dniu zawodów wszyscy członkowie RUTW (oprócz zawodników) biorą udział w przeprowadzeniu tego wielkiego przedsięwzięcia. Ważna też jest życzliwość władz samorządowych miasta i powiatu oraz zainteresowanie mediów.

Wszystkim uczestnikom piątej jubileuszowej Senioryady: organizatorom, zawodnikom i kibicom życzymy słońca, śniegu, postawy fair play, satysfakcji z udziału w imprezie.

Anna Wzorek

Komitet Organizacyjny Senioryady

Od lewej:
Beata Śliwińska,
Patrycja Przywolska,
Joanna Lelek,
Elżbieta Szarawara,
Małgorzata Perucka,
Anna Wzorek,
Marek Szarawarski,
Grażyna Lysy.



Fot. Jan Cieplinski

Konkurencje Senioriady



„Kęgle curlingowe” na lodzie



Biegi narciarskie



Biegi w Parku Zdrojowym



Slalom narciarski



Rzuty do celu



Zjazd na dętkach



Turniej brydżowy



Turniej szachowy



Nordic Walking Uzdrowskiowy

Pamiątki

Każdy uczestnik otrzymuje pamiątkowy gadżet z aktualnym logo Senioriady. W 2014 r. był to medal, w 2015 r. brelok na klucze, w 2016 r. pendrive z filmami z zawodów oraz materiałami promocyjnymi powiatu i Rabki-Zdroju, w 2017 r. medal pamiątkowy w postaci magnesu na lodówkę, a w 2018 r. medal, plecak, jubileuszowy folder i płytę DVD między innymi z reklamami naszych partnerów.

Akcje charytatywne

Podczas imprezy przeprowadziliśmy akcje charytatywne: „Mała Orkiestra Codziennej Pomocy”, w trakcie której wolontariusze zbierali pieniądze na remont, modernizację i wyposażenie budynku Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Rabce-Zdroju. W roku bieżącym wolontariusze zbierać będą środki na montaż windy w budynku Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Upośledzeniem Intelktualnym.

W ramach akcji „Ratujmy Sanatoria dla Dzieci” promowaliśmy i będziemy również promować w tym roku leczenie dzieci w Śląskim Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowskim w Rabce-Zdroju.

Prezentować będziemy także:
Uzdrowisko Rabka S.A.,
Ośrodek Wypoczynkowy ELA
Sanatorium Cegielski

Mała Orkiestra Codziennej Pomocy



Nr KRS 0000365333



Więcej o imprezie na stronie www.u3w.rabka-net.pl
(zakładki „Zimowa Senioriada 2014, 2015, 2016, 2017, 2018”).



I Ogólnopolska Zimowa Senioriada na Podhalu

Rabka-Zdrój, 4 marca 2014 r.

Klasyfikacja drużynowa

Miejsce	Reprezentacja
1	RABKA-ZDRÓJ
2	RZESZÓW
3	GLIWICE
4	NOWY TARG
5	JÓZEFÓW
6	ZAWIERCIE
7	ŁAZY
8	NOWY SĄCZ
9	ANDRYCHÓW
10	LUBLIN
11	ZAKOPANE
12	OŚWIĘCIM
13	KRAKÓW
14	PSZCZYNA

Zwycięzcy Nordic Walking

Złoty medal	JÓZEFÓW
Srebrny medal	PSZCZYNA
Brązowy medal	GLIWICE

Zwycięzcy indywidualni - złote medale

Zjazd na dętkach - kobiety	
Halina Kaczmarczyk - Nowy Targ	
Zjazd na dętkach - mężczyźni	
Andrzej Grzegorzczak - Łazy	
Slalom - kobiety	
70+	Urszula Sitko - Gliwice
60+	Barbara Citał - Nowy Sącz
50+	Teresa Budzyk - Nowy Targ
Slalom - mężczyźni	
70+	Ludomir Małolepszy - Andrychów
60+	Stanisław Szerszeń - Zawiercie
50+	Marek Koziński - Zawiercie
Kręgle curlingowe - kobiety	
Małgorzata Morawetz Gordon - Zakopane	
Kręgle curlingowe - mężczyźni	
Witold Grim - Zawiercie	
Rzuty do celu - kobiety	
Agnieszka Pyra - Rzeszów	
Rzuty do celu - mężczyźni	
Andrzej Mrugacz - Nowy Targ	
Biegi - kobiety	
70+	Maria Domańska - Józefów
60+	Krystyna Męciak - Łazy
50+	Teresa Wójcik - Rzeszów
Biegi - mężczyźni	
70+	Wojciech Kosiak - Gliwice
60+	Stanisław Szarawara - Rabka-Zdrój
50+	Marek Sokołowski - Zawiercie
Brydż	
Edward Barczewski, Władysław Chodziński - Rzeszów	



II Ogólnopolska Zimowa Senioriada na Podhalu Rabka-Zdrój, 2-3 marca 2015 r.

Klasyfikacja drużynowa

Miejsce	Reprezentacja
1	GLIWICE
2	RABKA-ZDRÓJ
3	RZESZÓW
4	JÓZEFÓW
5	ZAWIERCIE
6	NOWY SĄCZ
7	ŁAZY
8	NOWY TARG
9	LUBLIN
10	ANDRYCHÓW
11	PSZCZYNA
12	KRAKÓW UR
13	OŚWIĘCIM
14	ZAKOPANE
15	MYŚLENICE
16	WIEDEŃ
17	MYSZKÓW
18	WEJHEROWO
19	MSZANA DOLNA

Zwycięzcy Nordic Walking

Złoty medal	ZAKOPANE
Srebrny medal	MYŚLENICE
Brązowy medal	ZAWIERCIE

Zwycięzcy indywidualni - złote medale

Zjazd na dętkach - kobiety	
Danuta Grzywnowicz - Zakopane	
Zjazd na dętkach - mężczyźni	
Stanisław Herman - Gliwice	
Slalom - kobiety	
80+	Janina Rałłowska-Wiśniewska - Gliwice
70+	Urszula Sitko - Gliwice
60+	Elżbieta Pomorska - Lublin
50+	Małgorzata Czapla - Nowy Targ
Slalom - mężczyźni	
80+	Zygmunt Dydko - Rzeszów
70+	Andrzej Kiernoziak - Nowy Targ
60+	Szerszeń Stanisław - Zawiercie
50+	Marek Koziorowski - Zawiercie
Kręgle curlingowe - kobiety	
Lucyna Osiewicz - Oświęcim	
Kręgle curlingowe - mężczyźni	
Witold Grim - Zawiercie	
Rzuty do celu - kobiety	
Krystyna Stankiewicz - Zawiercie	
Rzuty do celu - mężczyźni	
Andrzej Gabor - Nowy Targ	
Biegi - kobiety	
70+	Janina Dyrzc-Rzycka - Andrychów
60+	Halina Wojdak - Gliwice
50+	Zagała Joanna - Gliwice
Biegi - mężczyźni	
80+	Maciej Erdman - Józefów
70+	Wojciech Kosiak - Gliwice
60+	Jan Zoremba - Gliwice
50+	Józef Rabski - Rabka-Zdrój
Brydż	
Marzena Robska, Zofia Różantowska - Gliwice	
Szachy	
Zbigniew Kwiecień - Zawiercie	



III Ogólnopolska Zimowa Senioriada na Podhalu Rabka-Zdrój, 1-2 marca 2016 r.

Klasyfikacja drużynowa

Miejsce	Reprezentacja
1	GLIWICE
2	RABKA-ZDRÓJ
3	RZESZÓW
4	JÓZEFÓW
5	NOWY TARG
6	ZAWIERCIE
7	CHRZANÓW
8	ŁAZY
9	NOWY SĄCZ
10	LUBLIN
11	PSZCZYNA
12	ANDRYCHÓW
13	KĘTY
14	ŁUCK
15	MYŚLENICE
16	ZAKOPANE
17	OŚWIĘCIM
18	MYSZKÓW
19	MALBORK
20	KIELCE
21	KRAKÓW UR
22	WOJKOWICE
23	WIEDEŃ
24	WADOWICE

Zwycięzcy Nordic Walking

Złoty medal	OŚWIĘCIM
Srebrny medal	MALBORK
Brązowy medal	CHRZANÓW

Zwycięzcy indywidualni - złote medale

Zjazd na dętkach - kobiety	
Anna Probst - Pszczyna	
Zjazd na dętkach - mężczyźni	
Krzysztof Latała - Pszczyna	
Slalom - kobiety	
80+	Janina Radłowska-Wiśniewska - Gliwice
70+	Elżbieta Pomorska - Lublin
60+	Barbara Bubak - Andrychów
50+	Czapla Małgorzata - Nowy Targ
Slalom - mężczyźni	
80+	Ludwik Uzarski - Józefów
70+	Andrzej Kiernoziak - Nowy Targ
60+	Antoni Sowa - Nowy Sącz
50+	Marek Koziarowski - Zawiercie
Kręgle curlingowe - kobiety	
Natalia Bugaj - Wołyń	
Kręgle curlingowe - mężczyźni	
Andrzej Pondo - Rzeszów	
Rzuty do celu - kobiety	
Teresa Will - Nowy Targ	
Rzuty do celu - mężczyźni	
Jan Rogala - Myszków	
Biegi - kobiety	
80+	Maria Pawluśkiewicz - Nowy Targ
70+	Maria Kopytek - Nowy Targ
60+	Halina Wojdak - Gliwice
50+	Maria Zachara - Rabka-Zdrój
Biegi - mężczyźni	
80+	Józef Filipiak - Józefów
70+	Ryszard Groszek - Józefów
60+	Stanisław Szarawara - Rabka-Zdrój
50+	Marek Sokołowski - Zawiercie
Brydż	
Marian Rogoziński, Roman Włodarczyk - Zakopane	
Szachy	
Zbigniew Kwiecień - Zawiercie	



IV Ogólnopolska Zimowa Senioriada na Podhalu Rabka-Zdrój, 27-28 lutego 2017 r.

Klasyfikacja drużynowa

Miejsce	Reprezentacja
1	GLIWICE
2	JÓZEFÓW
3	RABKA-ZDRÓJ
4	RZESZÓW
5	NOWY TARG
6	ZAWIERCIE
7	MYŚLENICE
8	NOWY SĄCZ
9	PSZCZYNA
10	ŁAZY
11	ANDRYCHÓW
12	WOŁYŃ - INSTYTUT EKONOMII I ZARZĄDZANIA
13	CHRZANÓW
14	ZAKOPANE
15	WOŁYŃ UTW
16	CIESZYN
17	OŚWIĘCIM
18	KĘTY
19	WOJKOWICE
20	KRAKÓW - UNIWERSYTET ROLNICZY
21	DĄBROWA GÓRNICZA
22	KIELCE
23	LUBLIN
24	MYSZKÓW
25	WIEDEŃ
26	WOŁYŃ - NIESPOKOJNE SERCE
27	WADOWICE
28	LIMANOWA
29	PRZEMYŚL

Zwycięzcy Nordic Walking

Złoty medal	CHRZANÓW
Srebrny medal	ZAWIERCIE
Brązowy medal	JÓZEFÓW

Zwycięzcy indywidualni - złote medale

Zjazd na dętkach - kobiety	
Svitlana Bakun - Łuck Instytut Ek.	
Zjazd na dętkach - mężczyźni	
Ewaryst Zagata - Gliwice	
Slalom - kobiety	
80+	Jadwiga Fortecka-Mrożkiewicz - Zakopane
70+	Urszula Sitko - Gliwice
60+	Maria Orkisz-Chojnacka - Kraków UR
50+	Małgorzata Pawłowska - Myślenice
Slalom - mężczyźni	
80+	Stanisław Erb - Rabka-Zdrój
70+	Stanisław Herman - Gliwice
60+	Józef Citak - Nowy Sącz
50+	Konrad Wygona - Myślenice
Kręgle curlingowe - kobiety	
Halina Kacprzycka - Nowy Sącz	
Kręgle curlingowe - mężczyźni	
Włodzimierz Ślabczyński - Nowy Targ	
Rzuty do celu - kobiety	
Elżbieta Stopyra - Rzeszów	
Rzuty do celu - mężczyźni	
Zdzisław Florek - Rabka-Zdrój	
Biegi - kobiety	
80+	Stanisława Pitoń - Zakopane
70+	Krystyna Kałuża - Gliwice
60+	Halina Wojdak - Gliwice
50+	Katerina Pavliuk - Wołyń
Biegi - mężczyźni	
80+	Józef Filipiak - Józefów
70+	Wiesław Kwinta - Łazy
60+	Olexandr Bilera - Wołyń
50+	Piotr Kalinowski - Gliwice
Brydż	
Maciej Krzywka, Jan Korczowski - Przemyśl	
Szachy	
Hubert Popiołek - Kraków UR	

Kalejdoskop

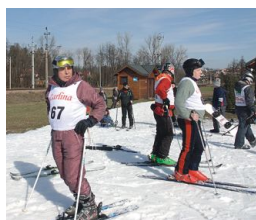
2014 r.



2015 r.



2016 r.



2017 r.



Imprezy towarzyszące



I Senioriada

Imprezą towarzyszącą na każdej Senioriadzie jest Nordic Walking Gorczański. Podczas I Senioriady celem zabawy było uzyskanie informacji, gdzie znajduje się „Królówka”, a następnie zdobycie wieży widokowej i uzyskanie pamiątkowego (okolicznościowego) stempla.

Spotkania integracyjne rozpoczęliśmy od drugiej imprezy, bowiem od tego momentu nasze Senioriady trwają dwa dni.

II Senioriada

Góralski Kabaret „TRUTEN” bawił gości na wieczorze integracyjnym w restauracji „Viktoria”, a Nordic Walking Gorczański polegał na dotarciu do schroniska PTTK (852 m n.p.m.) i uzyskaniu pamiątkowego stempla „Zdobycwa Maciejowej”.



III Senioriada

Gromkimi brawami nagrodzono aktorów Teatru „Rabcio”, którzy spektakl „Co Wom powim, to Wom powim” grali dwukrotnie przy wypełnionej po brzegi widowni. W przerwie między spektaklami tłumnie odwiedzano Muzeum im. Władysława Orkana. W uroczystej kolacji, która odbyła się w restauracji „Viktoria”, udział wzięło 320 osób.

Nordic Walking Gorczański odbywał się na tych samych zasadach, co w ubiegłym roku.

IV Senioriada

W pierwszym, integracyjnym dniu, zawodnicy i kibice spotkali się w Kinie Śnieżka na występie Dziecięcego Zespołu Regionalnego „Majeranki” i projekcji multimedialnej „Ciekawostki z Rabki”. W uroczystej kolacji, tradycyjnie w restauracji „Viktoria”, uczestniczyło 387 osób. Wzorem ubiegłego roku korzystano z „mikrofonu dla wszystkich”, tańczono, śpiewano i dedykowano piosenki w ramach koncertu życzeń.

Nordic Walking Gorczański odbywał się na tych samych zasadach, co w latach poprzednich.



V Senioriada

Po południu pierwszego dnia zawodnicy i kibice mieli możliwość poznania bazy uzdrowskiej Rabki-Zdroju i skorzystania z niektórych zabiegów po promocyjnej cenie. Dużą atrakcją były również loty balonem „Roleski”.

W uroczystej kolacji w restauracjach „Viktoria” i „Zdrojowa” uczestniczyło 440 osób.

Nordic Walking Gorczański jak w latach ubiegłych.





Fot. Piotr Kuczaj

W ramach imprez towarzyszących jedną z atrakcji V Senioriady będą loty balonem „REPUBLICA ROLESKI”.

Piloci Grupy Lotniczej Roleski kilkakrotnie ustanawiali rekordy Polski, są wpisani do Księgi Rekordów Guinnessa za wykonanie eksperymentalnego lotu balonem pod powierzchnią ziemi. Reprezentują Polskę na mistrzostwach świata i w Pucharze Gordona Bennetta.

Rabka to nie tylko dzieci, ale i Wiek Trzeci! _____

W Rabce-Zdroju, od lat szczytując się przyznaniem przez UNESCO mianem „Miasto Dzieci Świata”, od 2014 r. organizowana jest wielka ogólnopolska impreza sportowa, która doskonale służy promocji uzdrowiska jako miejsca przyjaznego nie tylko dzieciom, ale w równej mierze także osobom starszym. Konkurencją bezpośrednią podporządkowaną realizacji tego celu jest Nordic Walking Uzdrowiskowy.

W tej niezwykle popularnej wśród seniorów dyscyplinie udział biorą reprezentacje prawie wszystkich organizacji uczestniczących w Senioriadzie. Ze względów oczywistych nie bierze w niej udziału reprezentacja Rabczańskiego UTW. Konkurencja drużynowa (drużyny trzyosobowe), trwająca kilka godzin, wyłączona jest więc z klasyfikacji ogólnej, ma własny regulamin i system punktacji. Zadaniem drużyn jest przebycie w określonym czasie jednej z wylosowanych tras, poznanie ciekawych miejsc i obiektów na trasie i dotarcie do punktu docelowego – atrakcyjnego i ważnego dla funkcjonowania uzdrowiska.

Drużyny przekazują zdobytą wiedzę w formie pisemnej do jury, które ocenia informację pod kątem wartości merytorycznej, stylu, języka, oryginalności wypowiedzi. Następnie zawodnicy rozwiązują test wiedzy o Rabce-Zdroju i regionie. Za każdą poprawną odpowiedź zdobywają 1 punkt. Najzabawniejszym dla jednych, a najtrudniejszym dla innych, dla wszystkich jednak ciekawym zadaniem jest wymyślenie hasła na zadany temat (każdego roku inny): promocja Rabki-Zdroju, promocja zdrowego trybu życia, ruchu uniwersytetów trzeciego wieku, zawodów sportowych seniorów. Suma zdobytych punktów decyduje o zajęciu przez drużynę miejsca na podium: złoty, srebrny, brązowy medal oraz o kolejności zajętogo miejsca w konkurencji Nordic Walking.

Zawodnicy, a było ich w tej konkurencji w ciągu czterech minionych lat 219, mieli okazję poznać nie tylko geografę, historię i teraźniejszość uzdrowiska i regionu, ale też osobiście zwiedzić obiekty kulturalne (muzea, galerie, teatr, kino), bazę leczniczą i placówki edukacyjne, odwiedzić rabczańskich artystów w ich pracowniach, poznać dokładnie Park Zdrojowy z jego atrakcjami.

Za tytuł niniejszego artykułu posłużyło hasło nagrodzone na pierwszej Senioriadzie – autorstwa drużyny z UTW przy Uniwersytecie Rolniczym w Krakowie. Oto kilka najciekawszych haseł promocyjnych z kolejnych Senioriadi:

- „Dla Seniorów dobra rada: dieta, sport i Senioriada” – UTW Kęty.
- „Czy zabawa, czy leczenie, wszystko w Rabce na życzenie” – UTW Andrychów.
- „Chcesz tryskać zdrowiem, wyleczyć sapkę? Jedno masz wyjście – postaw na Rabkę! Chcesz być szczęśliwym, jedna jest rada, jest nią Zimowa Senioriada!” – UTW Łazy.

Na koniec pozwolę sobie przytoczyć motto, które słuchacze Rabczańskiego Uniwersytetu dedykują wszystkim „kijkowiczom”: „***W zdrowym ciele zdrowy duch, z intelektem połącz ruch***”.

Beata Śliwińska





V Ogólnopolska Zimowa Senioriada na Podhalu Rabka-Zdrój, 26-27 lutego 2018 r.

Słowo od Patronów Honorowych

Składam najserdeczniejsze podziękowania, wyrazy szacunku i uznania dla wszystkich osób współpracujących przy organizacji Senioriady w latach 2014-2018. Impreza ta łączy wielu ludzi, którzy współtworzą obraz tego wydarzenia, i których trud pozostawia ślady w sercach i umysłach uczestników tych zawodów.

Niech V Senioriada dla organizatorów będzie powodem do zadowolenia i bodźcem do dalszego działania, a rozwijanie sportowych pasji zawodników nadal przynosi wiele radości i satysfakcji.

Na najbliższe lata życzę wszystkim dalszych sukcesów, szerokich perspektyw rozwoju, wytrwałości oraz wszelkiej pomyślności w życiu osobistym.

*Z wyrazami szacunku
Ewa Przybyło
Burmistrz Rabki-Zdroju*

Zimowe zawody sportowe seniorów to wielkie wyzwanie tak dla organizatorów, jak i dla zawodników. Miarą sukcesu i atrakcyjności imprezy jest fakt, że o ile w pierwszej edycji Senioriady udział wzięło 14 Uniwersytetów Trzeciego Wieku to w obecnej, piątej, uczestniczą już 32 organizacje seniorskie z różnych, nieraz bardzo odległych zakątków Polski, a nawet z zagranicy. W minionych latach gościliśmy kilka tysięcy osób, a wiele z nich odwiedziło nasz region po raz pierwszy. Okazuje się, że chętnie do nas wracają, nie tylko na Senioriady, także na dłuższy wypoczynek z wnukami, rodzinami, znajomymi. Bo Senioriada to nie tylko zawody sportowe, ale także okazja do poznania atrakcji Rabki-Zdroju i powiatu nowotarskiego, dobrej zabawy, integracji, nawiązania nowych znajomości.

Stowarzyszenie Rabczański Uniwersytet Trzeciego Wieku wraz z Powiatem Nowotarskim i Urzędem Miejskim w Rabce-Zdroju zapraszają na piękne i gościnne Podhale, a ja osobiście życzę Państwu satysfakcji ze sportowych zmagani, dobrej pogody i znakomitej zabawy.

*Krzysztof Faber
Starosta Powiatu Nowotarskiego*

Ogólnopolska Zimowa Senioriada na Podhalu w Rabce-Zdroju jest wyjątkowym wydarzeniem sportowo-rekreacyjnym organizowanym przez Stowarzyszenie Rabczański Uniwersytet Trzeciego Wieku dla koleżanek i kolegów – studentów UTW oraz członków innych organizacji seniorskich z kraju, a także z zagranicy.

Świetnie przygotowane i przeprowadzone zawody sportowe, w czasie których rywalizacja oparta jest na zasadach „fair play”, przyciągają corocznie od 2014 r. na Senioriadę coraz większą liczbę zawodników i kibiców. Zawodom towarzyszą spotkania integrujące dojrzałych ludzi na emeryturze, którzy cenią sobie zdrowy i aktywny tryb życia. Poznajemy także walory znanego uzdrowiska zgodnie z hasłem „Rabka-Zdrój to nie tylko dzieci, ale i Wiek Trzeci”.

Dziękuję serdecznie Panu Przewodniczącemu Markowi Szarawarskiemu oraz Organizatorom w imieniu środowiska Uniwersytetów Trzeciego Wieku za przygotowanie Jubileuszowej V Ogólnopolskiej Zimowej Senioriady na Podhalu w Rabce-Zdroju w dniach 26-27 lutego 2018 r. z bogatym programem imprez towarzyszących. Doceniamy wielkie serce i wkład pracy wielu osób, które od 5 lat konsekwentnie promują aktywność fizyczną wśród seniorów. Do zobaczenia w Rabce-Zdroju!

*Wiesława Borchys
Prezes Zarządu Ogólnopolskiej Federacji
Stowarzyszeń UTW*

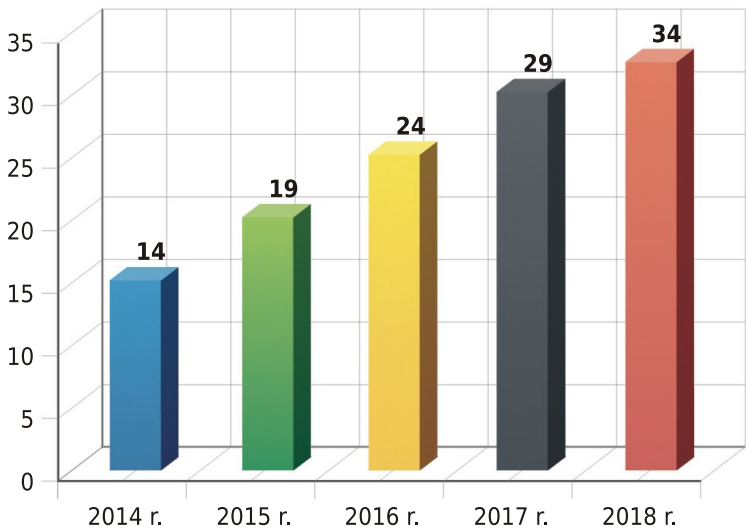
Uczestnicy

1. Andrychów	13. Kraków – Szkoła Aktywnego Seniora	25. Oświęcim
2. Bytom	14. Kraków UJ	26. Pszczyna
3. Chrzanów	15. Kraków UR	27. Rabka-Zdrój
4. Cieszyn	16. Limanowa	28. Ropa
5. Dąbrowa Górnicza	17. Lublin	29. Rzeszów
6. Gliwice	18. Łazy	30. Wadowice
7. Józefów	19. Łuck – Centrum Oświaty	31. Wodzisław Śląski
8. Kęty	20. Łuck UTW	32. Wojkowice
9. Kielce	21. Myszków	33. Zakopane
10. Kijów	22. Myślenice	34. Zawiercie
11. Kraków – Młodzi Duchem 50+	23. Nowy Sącz	
12. Kraków – PTG Sokół	24. Nowy Targ	

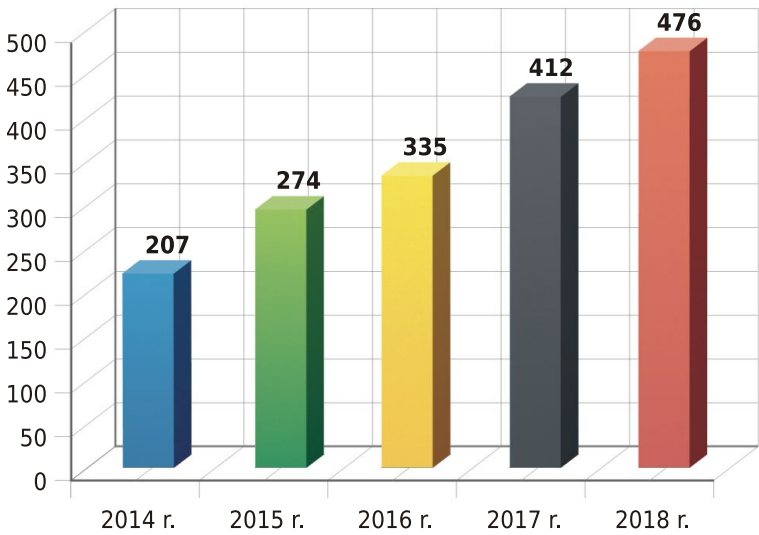
Seniory w liczbach

Rok	2014	2015	2016	2017	2018
Seniory	I	II	III	IV	V
UTW	14	19	24	29	34
Zawodników	207	274	335	412	476
Kibiców zgłoszonych	150	220	370	410	460
Zawodników i kibiców zgłoszonych	357	494	705	822	936

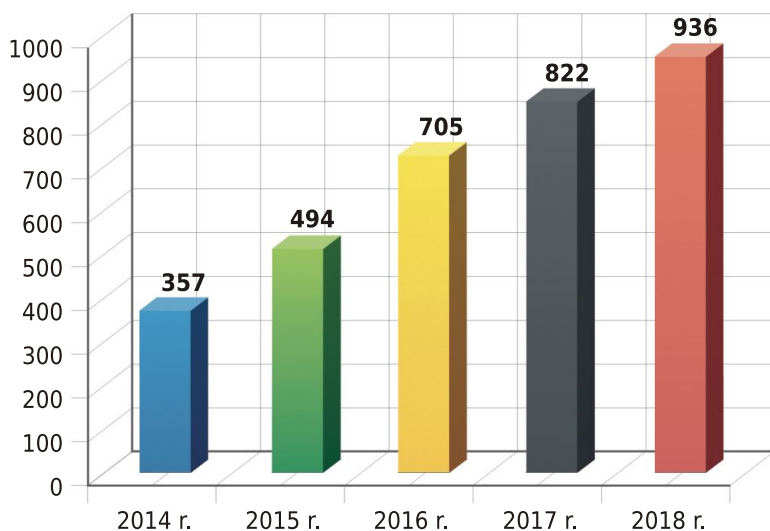
Liczba Uniwersytetów



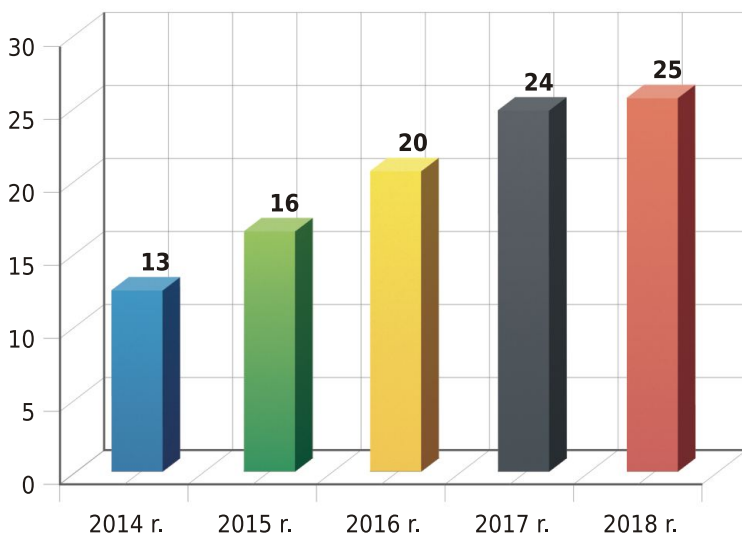
Liczba zawodników



Liczba zawodników i kibiców



Liczba Drużyn Nordic Walking (drużyny trzyosobowe)



Obiekty zwiedzane przez drużyny biorące udział w konkurencji Nordic Walking:

Park Zdrojowy, obiekty sportowe, muzea, galerie artystyczne, pracownie rabczańskich artystów, Instytut Gruźlicy i Chorób Płuc Oddział Terenowy w Rabce-Zdroju, placówki edukacyjne, kościoły, zabytkowy Cmentarz Parafialny, Cmentarz Żydowski, sanatoria, Dom Zdrojowy, Kino Śnieżka, Teatr Rabcio, Siedziba Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego, Miejska Biblioteka Publiczna, dworzec kolejowy, Urząd Miejski, Fundacja Rozwoju Regionu Rabka, I LO im. E. Romera, Śląskie Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowiskowe.

Program V Ogólnopolskiej Zimowej Senioriady na Podhalu Rabka-Zdrój, 26-27 lutego 2018 r.

26 lutego 2018 r. (poniedziałek)

godz. 15.00 – Loty balonem „REPUBLIKA ROLESKI” (Park Zdrojowy okolice „Grzybka”).

godz. 14.00-16.30 – Zabiegi lecznicze.

godz. 18.00 – Kolacja integracyjna.

27 lutego 2018 r. (wtorek)

godz. 9.00 – Uroczyste otwarcie V Ogólnopolskiej Zimowej SENIORIADY na Podhalu w Rabce-Zdroju. Defilada UTW. Zapalenie znicza olimpijskiego (Amfiteatr).

godz. 9.45 – Konkurencje SENIORIADY:

- Turniej szachowy – ul. Słoneczna 10 (początek 8.45)
- Turniej brydżowy – Kawiarnia Zdrojowa (początek 8.45)
- Rzuty do celu
- „Kręgle curlingowe” na lodzie – Lodowisko ul. Jana Pawła II
- Slalom narciarski – Wyciągi Narciarskie „u Żura”
- Zjazd na dętkach – Wyciągi Narciarskie „u Żura”
- Biegi narciarskie lub biegi – Stadion KS Wierchy lub Park Zdrojowy
- Nordic Walking połączony z konkursem wiedzy o Rabce-Zdroju

godz. 15.00 – Ogłoszenie wyników, wręczenie statuetek, prezentacja medalistów wszystkich konkurencji. Zakończenie SENIORIADY (Amfiteatr).

Wydawca:

Stowarzyszenie Rabczański Uniwersytet Trzeciego Wieku,
ul. Parkowa 5, 34-700 Rabka-Zdrój, tel. 18 26 82 371,
e-mail: uniwersytet3@gmail.com • www.u3w.rabka-net.pl

Redagował Zespół.

Zdjęcia:

Jan Cieplinski, Piotr Kuczaj, Andrzej Wzorek, Anna Wzorek, archiwum.

Opracowanie graficzne, przygotowanie do druku: Studio Plan Art.

Nakład: 1000 egz.

Publikacja powstała dzięki dofinansowaniu ze środków Gminy Rabka-Zdrój.

Rabka-Zdrój, luty 2018 r.

Egzemplarz bezpłatny.