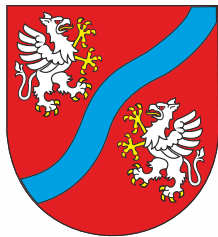


GMINA MSZANA DOLNA



ZIMOWE
IGRZYSKA OLIMPIJSKIE
Vancouver 12-28 lutego 2010 roku

NAJLEPSZY SPORTOWIEC ROKU 2009



Justyna Kowalczyk
nasza nadzieja
na OLIMPIJSKIE ZŁOTO



- 15.02.2010 (poniedziałek) godz. 10.00 (19.00 czasu polskiego) - 10 km stylem dowolnym
- 17.02.2010 (wtorek) godz. 10.15 (19.15 czasu polskiego) - sprint stylem klasycznym
- 19.02.2010 (piątek) godz. 13.00 (22.00 czasu polskiego) - 2 x 7,5 km bieg łączony
- 22.02.2010 (poniedziałek) godz. 10.45 (19.45 czasu polskiego) - sprint drużynowy stylem dowolnym
- 25.02.2010 (czwartek) godz. 11.00 (20.00 czasu polskiego) - 4 x 5 km sztafeta
- 27.02.2010 (sobota) godz. 11.45 (20.45 czasu polskiego) - 30 km stylem klasycznym ze startu wspólnego

TWÓRCA SUKCESÓW

Aleksander Wierietielny - Honorowy Obywatel Gminy Mszana Dolna - urodzony w 1947 roku w Parkkala-Udd (Finlandia) 60 km od Helsinek. Młodo spędził w Kazachstanie, ukończył studia na AWF w Alma-Atie. Pisał doktorat - tytuł pracy „Przygotowanie biathlonistów do wyszej kwalifikacji w górach redniej wielko ci”.

Do Polski przybył w 1983 roku, od 1991 ma polskie obywatelstwo, mieszka w Wałbrzychu, ona Barbara, córka Matylda. Pracę w naszym kraju rozpoczął w 1984 r. od szkolenia biathlonistów Górnika Wałbrzych. W latach 1987 - 1998 pełnił funkcje trenera kadry biathlonistów, jego największe sukcesy to: złoty medal Tomasza Sikory w biegu na 20 km podczas Mistrzostw świata we włoskiej Anterselvie w 1995 roku oraz brązowy medal sztafety w składzie (Jan Ziemianin, Wiesław Ziemianin, Wojciech Kozub, Tomasz Sikora) podczas Mistrzostw świata w Osrblie (Słowacja) w 1997 roku. Od roku 1999 prowadzi Justynę Kowalczyk z którą zdobył brązowy medal olimpijski (bieg na 30 km stylem dowolnym podczas igrzysk w Turynie) oraz doprowadził ją do trzeciego miejsca w klasyfikacji generalnej Pucharu świata w sezonie 2007/08.





Vancouver - prawie 2 milionowe miasto portowe w południowo-zachodniej Kanadzie, w prowincji Columbia Brytyjska. 2 lipca 2003 roku na sesji Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego w czeskiej Pradze otrzymało prawo organizacji Zimowych Igrzysk Olimpijskich w 2010 roku. W praskim Hiltonie w decydującym starciu Vancouver pokonało południowokoreańskie miasto Pyeongchang stosunkiem głosów 53 : 50. O prawo goszczenia najlepszych zimowych sportowców ubiegał się także austriacki Salzburg, który odpadł w pierwszej turze. Tak więc Kanada po raz trzeci będzie gospodarzem Igrzysk Olimpijskich (wcześniej letnie igrzyska w Montrealu 1976, oraz zimowe w Calgary 1988 r.).

Nas najbardziej interesuje jakie wyniki na olimpijskich trasach w Whistler osiągnie nasza krajanka, a zarazem największa gwiazda - **Justyna Kowalczyk**? Nurtuje nas wiele pytań. Jakiego będzie igrzyska? Kto będzie najwięksi ich gwiazdami? Czy **Justyna Kowalczyk** sprosta wielkim oczekiwaniom rodaków? Dzisiaj trudno by prorokiem, na wszystkie odpowiedzi przyjdzie czas po igrzyskach, gdzie w końcu lutego. A teraz spróbujmy się cofnąć 22 lata wstecz do poprzedniej zimowej olimpiady na kanadyjskiej ziemi. Między 13 a 28

lutego 1988 r. w Calgary rywalizowało 1450 uczestników (1110 mężczyzn, 320 kobiet) z 57 krajów. Największe gwiazdy igrzysk to: Yvonne van Gennip (Holandia) - łyżwiarstwo szybkie; 3 złote medale, Matti Nykanen (Finlandia) - skoki narciarskie; 3 złote medale, Tamara Tichonowa (ZSRR) - biegi narciarskie; 2 złote medale, 1 srebrny medal, Tomas Gustafson (Szwecja) - łyżwiarstwo szybkie; 2 złote medale, Frank-Peter Roetsch (NRD) - biathlon; 2 złote medale, Vreni Schneider (Szwajcaria) - narciarstwo alpejskie; 2 złote medale, Gunde Svan (Szwecja) - biegi narciarskie; 2 złote medale, Alberto Tomba (Włochy) - narciarstwo alpejskie; 2 złote medale. Igrzyska



w Calgary z perspektywy polskiego kibica były czymś niesamowitym, patrzyliśmy na to imprezową, szczyłkową, rzeczywistość komunistycznej. Kolorowy obraz telewizyjny docierający z Kanady wydawał się wtedy jakby z innego świata (jako uczeń 8-jej klasy szkoły podstawowej pamiętam, że był to miły przerywnik w siermiężnej rzeczywistości, do wiadomości młodszych pokoleń; wtedy mieliśmy mo liwo oglądać dwa programy TVP z nieodławnymi czarno-białymi sowieckimi filmami wychwalającymi heroizm Armii Czerwonej podczas ostatniej wojny), do dzisiaj pamiętam hasło tych igrzysk "Come together in Calgary" czyli spotkajmy się w Calgary. Wrażeń robiły dwa niezwykle sympatyczne i uśmiechnięte niedźwiedzi polarne "Hidy i Howdy", oficjalne maskotki igrzysk. W ucho wpadał utwór "Can't you feel it?" Davida Fostera, był to prawdziwy hymn tych igrzysk. Mimo iż od tych wydarzeń upłynęło ponad dwie dekady, osoby, które przynajmniej były to najpopularniejsze Zimowe Igrzyska Olimpijskie w historii. Polskie osiągnięcia w kanadyjskiej prowincji Alberta ograniczyły się do dwóch 5-tych miejsc (Erwin Ry - Ferens w biegu na 3000 metrów w łyżwiarstwie szybkim oraz Grzegorz Filipowski w łyżwiarstwie figurowym solistów), apetyty były wtedy znacznie większe. Co mamy powiedzieć dzisiaj? Prawdopodobnie mamy dużo większe szanse medalowe niż 22 lata temu, obecnie jest Adam Małysz, Tomasz Sikora oraz nasza największa gwiazda **Justyna Kowalczyk**. Tak więc potencjał jest ogromny...

Justyna twoi ziomkowie będą mocno trzymać kciuki, chcemy aby po igrzyskach okazało się, że najwybitniejszy polski zawodnik w sportach zimowych wywodzi się z Gminy Mszana Dolna.

Vancouver - a port city with nearly two million inhabitants, is located in the south-west of Canada, in the British Columbia Province. The city was awarded the right to the organization of the Winter Olympic Games in 2010 by the International Olympic Committee on the 2nd July 2003. In the Hilton Hotel in Paris, Vancouver beat the South-Korean City of Pyeongchang 53 to 50 in the final round. Also Salzburg ran for the organization of the Games, but it was rejected already in the first round. And thus Canada will for the third time be the host of the Olympic Games (it already hosted the Summer Olympic Games in Montreal in 1976 and the Winter Games in Calgary in 1988).

What we are the most interested in now are the results that **Justyna Kowalczyk**, our contestant and the best champion, will achieve in her starts in Vancouver. We have many questions concerning these Olympic Games - what kind of Olympics will they be like? Who will be the greatest star? Will **Justyna Kowalczyk** meet the expectations of her countrymen? It is difficult to prophesize at this point, and we will know the answers only after the Olympics at the end of February. And now let's try to go 22 years back to the last Winter

Olympic Games organized in Canada. Between 13th and 28th February 1988, nearly 1450 contestants (1110 men and 320 women) from 57 countries competed in Calgary. The greatest champions of those Olympics were: Yvonne van Gennip (Holland) - speed skating: 3 gold medals; Matti Nykanen (Finland) - ski jumping: 3 gold medals; Tamara Tichonowa (USSR) - cross-country skiing: 2 gold medals, 1 silver medal; Tomas Gustafson (Sweden) - speed skating: 2 gold medals; Frank-Peter Roetsch (GDR) - biathlon: 2 gold medals; Vreni Schneider (Switzerland) - alpine skiing: 2 gold medals; Gunde Svan

(Sweden) - cross-country skiing: 2 gold medals; Alberto Tomba (Italy) - alpine skiing: 2 gold medals. From the perspective of a Polish supporter, the Olympic Games in Calgary were absolutely outstanding - we watched this event from our grim communist reality. The colourful television picture coming from Canada seemed as if it had come from an entirely different world (as an eight-class pupil at that time, I remember that it was a nice interlude to our hard reality; the younger generations may not know, but we had only the possibility to watch two TV programs with black-and-white Soviet films praising the heroism of the Red Army during the last war). I still remember the motto of the Olympics - Come together in Calgary. Also the two nice and smiling polar bears Hidy and Howdy - the official mascots were very impressive. And the melody "Can't you feel it?" by David Foster, the anthem of the Olympics, was really catchy.

Despite the fact that more than two decades have now passed since those events, it can be admitted that those were the most beautiful Olympic Games in history. Polish achievements in Calgary included only two 5th places (Erwin Ry - Ferens's in 3000m speed skating and Grzegorz Filipowski's in figure skating), although we expected a lot more. What can be said today? We certainly have more chances for medals than 22 years ago - we count on Adam Małysz, Tomasz Sikora, and **Justyna Kowalczyk**, our greatest star. So, our potential is quite huge.

The peers of Justyna will keep their fingers crossed for her, so that the Mszana Dolna Commune becomes widely known after the Olympics as the home region of the greatest Polish contestant in winter sports.



Justyna Kowalczyk sportow karier rozpocz ła od biegania przelajów w Szkole Podstawowej w Kasinie Wielkiej, jej talent na zawodach szkolnych wypatrzył trener klubu narciarskiego "Maraton" Mszana Dolna Stanisław Mrowca. W grudniu 1997 roku pod okiem tego szkoleniowca zacz ła regularnie trenowa narciarstwo biegowe. Za cel postawiła sobie zdobycie tytułu Mistrzyni Polski młodziczek w Ustrzykach Dolnych, czym wprawiła w kompletne osłupienie sztab szkoleniowy msza skiego klubu. Zawodniczka trenowała biegi narciarskie zaledwie od dwóch miesi cy, dlatego nikt wówczas nie wymagał od niej tytułów mistrzowskich! Justyna wtedy wypowiedziała pami tne zdanie; "Trenerze zostaj przy biegach tylko w wypadku zaj cia pierwszego miejsca w Mistrzostwach Polski", a sprawa dotyczyła pój cia Justyny do Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Zakopanem. 9 marca 1998 roku wygrywaj c bieg na 3 km stylem klasycznym na Mistrzostwach Polski młodziczek w Ustrzykach Dolnych **Justyna Kowalczyk** ju wiedziała co b dzie robi w przyszło ci, tym samym dotrzymała słowa i od wrze nia udała si na edukacj do zakopia skiej szkoły. W roku 1999 na drodze Justyny pojawił si trener Aleksander Wierietielny, posta która bardzo wyrazi cie odbije si na dalszej karierze zawodniczki. W roku 2000 bez wi kszych sukcesów zalicza swe pierwsze Mistrzostwa wiata Juniorów w słowackim Sterbskim Plesie. 4 marca 2001 roku w Zakopanem zdobywa pierwsze Mistrzostwo Polski seniorek w sprincie stylem dowolnym (1,5 km), w tym samym roku we włoskim Cognie debiutuje w zawodach rangi Pucharu wiata. Kilka dni pó niej zdobywa pierwszy punkt (30m. w sprincie), co nie daje jej jednak przepustki na igrzyska olimpijskie (2002) w Salt Lake City. Rok 2003 to pierwszy wi ksy sukces na arenie mi dzynarodowej (wice-mistrzostwo wiata juniorów w sprincie stylem dowolnym w szwedzkiej Solleftefi), kilka tygodni pó niej debiut na seniorskich Mistrzostwach wiata we włoskiej dolinie Val di Fiemme. W 2004 roku Młodzie owe Mistrzostwa wiata odbywaj si w dalekim Soldier Hollow, wie ci dochodz ce z ameryka skiego stanu Utah s sensacyjne; **Justyna Kowalczyk** została dwukrotn Mistrzyni wiata (15 km stylem dowolnym oraz biegu ł czonym 2 x 5 km). Mistrzostwa wiata seniorów w narciarstwie klasycznym w roku 2005 odbywaj si w niemieckim Oberstdorfie, wła nie na tej imprezie wiatowa czołówka dowiaduje si ; "kto to jest **Justyna Kowalczyk**?" Szczególnie bieg na 30 km technik klasyczn ze startu wspólnego jest wspaniałym popisem wielkich mo liwo ci młodej narciarki z Kasiny Wielkiej, zwyci czyni Norwe ka Marit Bjoergen jest pełna podziwu dla nieznaney Polki która zajmuje 4 miejsce.

Justyna Kowalczyk began her sports career by participating in cross-country races in primary school in Kasina Wielka. Her talent was soon spotted by Stanisław Mrowiec, the coach in the Maraton Ski Club in Mszana Dolna, who observed her performances in school competitions. In 1997, under his supervision, Justyna began regular training in cross-country skiing. Her aim was to win the Polish Junior Championships organized in Ustrzyki Dolne - the aim which completely surprised the whole training crew of the club. She was training cross-country skiing for only two months at that time, and nobody required that she should win any champion titles. Still, Justyna was encouraged to continue education in a sports school in Zakopane. It was then that she uttered the memorable statement: "Coach, I will continue cross-country skiing only if I win the 1st place in the Polish Junior Championships." On 9th March 1998, upon winning the 3km classic style race in the Polish Junior Championships in Ustrzyki Dolne, **Justyna Kowalczyk** already knew what she would be doing in the future. She also kept her promise and continued education at the school in Zakopane. In 1999, she met Aleksander Wierietielny, a coach who proved to be important in her future career. In 2000, she made the first start in the World Junior Championships in Strebskie Pleso in Slovakia, yet without success. On 4th March 2001, she won her first Polish Senior Championships in freestyle sprint (1.5km). The same year in Cogné, Italy, she made her debut in the World Cup competitions. A few days later, she won her first point (30th place in sprint), which however did not give her the right to participate in the Olympic Games in Salt Lake City (2002). She achieved her first world success in 2003, when she became world junior vice-champion in freestyle sprint in Solleftefi in Sweden. A few weeks later, she made her debut in the World Senior Championships in Val di Fiemme in Italy. In 2004, the World Junior Championships took place in Soldier Hollow, USA. There, **Justyna Kowalczyk** became a two-time world champion (in 15km freestyle race and in 2 x 5km combined pursuit). In 2005, the World Senior Championships in Nordic skiing took place in Oberstdorf, Germany. It was then that the sports world heard about **Justyna Kowalczyk**. Especially the 30km classic mass start race revealed her great possibilities. Marit Bjoergen, the winner, was full of admiration for the unknown Pole who won 4th place.

DYPLOM, od której rozpoczęła się kariera Justyny Kowalczyk



Pierwsze Mistrzostwo Polski Seniorek





Po mistrzostwach wybucha "afery dopingowa". "Justyna Kowalczyk na doping" sensacja stała się faktem czyli zaczyna się "polskie piekielko". Zawodniczka broni się przed zawodami w Niemczech (Puchar Alp w Oberstdorfie 23 stycznia 2005) za wzięcia pół tabletki leku przeciwbólowego o nazwie dexamethason, ponieważ miała problemy ze ścięgno Achillesa a ból był nie do wytrzymania. Okazało się, że lek ten był na liście środków zabronionych i Międzynarodowa Federacja Narciarska podjęła decyzję o dwuletniej dyskwalifikacji! Po apelacji kar ostatecznie skrócono do 9-ciu miesięcy, co pozwoliło zawodniczce na start na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich w Turynie (2006). Na marginesie jakimś czasie pół leku ten w ogóle wycofano z listy środków zakazanych. Rok 2006 rozpoczął od 3 miejsca w zawodach Pucharu Świata w Estonii (10 km stylem klasycznym), było to pierwsze podium w historii startów Justyny w zawodach rangi Pucharu Świata. Tu przed Olimpiadą w Słowenii Kranju wywalczyła dwa tytuły Młodszej Mistrzyni Świata (10 km stylem klasycznym oraz w biegu łączonym 2 x 7,5 km), co zwiastowało duże emocje podczas igrzysk. Był to już okres kiedy Justyna przestała być zawodniczką anonimową, zaczynała się czas prasy o wynik. "Ma być medal na 10 km klasykiem" - grzmiały tytuły gazet niekoniecznie związane ze sportem. Justyna chciała bardzo, chyba za bardzo i stało się... podczas biegu na 10 km zemdlała i nie ukończyła konkurencji. Zastanawiano się wówczas czy aby ze względu na stan zdrowia zawodniczki nie wycofać z pozostałych biegów na igrzyskach, na całe szczęście nie zrobiono tego. Kilka dni później (24.02.2006) Justyna udowodniła, że jest bardzo klasową zawodniczką, w biegu na 30 km technik dowolnych ze startu wspólnego zdobyła brązowy medal. Jest to do dzisiaj największy sukces narciarki klasycznej z Polski na igrzyskach, ale zapewne po olimpiadzie w Vancouver to się zmieni. Następny sezon był mniej udany. Co prawda Justyna wygrała pierwsze zawody Pucharu Świata (27.01.2007 10 km klasykiem w Estonii), jednak podczas Mistrzostw Świata w japońskim Sapporo dopadło ją przeziębienie. Wyniki uzyskane w Azji były mocno przeciętne, Justyna była mocno niezadowolona z wyprawy na "Daleki Wschód". W sezonie 2007/08 po raz pierwszy wskoczyła na podium w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata, zajęła ostatecznie 3 miejsce z 1096 punktami. Poprzedni sezon chyba wszyscy kibice pamiętają; 2 tytuły Mistrzyni Świata w Libercu (bieg łączony 2 x 7,5 km oraz 30 km stylem dowolnym), brązowy medal na 10 km klasykiem. Triumf w kolejnej klasyfikacji Pucharu Świata, sezon 2008/09 należał zdecydowanie do **Justyny Kowalczyk**. Jej po prostu wszystko wychodziło... Jaki będzie sezon olimpijski? Oczywiście tego nikt nie wie, jeżeli Justyna ominie choroby i kontuzje na pewno przeżyjemy parę miłych momentów. Tak więc Justyna powodzenia!

After the championships, Justyna was accused of doping. She tried to defend herself before the championships in Germany (the Alps Cup in Oberstdorf, 23rd January 2005), stating that she took half of the dexamethasone pill, as she had problems with the Achilles tendon and suffered unbearable pain. Unfortunately, it turned out that this medicine was prohibited and the International Ski Federation decided to disqualify her for two years. After an appeal was issued, the penalty was shortened to 9 months, which enabled her to participate in the Winter Olympic Games in Turin (2006). It should be noted here that dexamethasone was removed from the list of prohibited medicines soon after. In 2006, Kowalczyk achieved 3rd place in the World Cup in Otepää (Estonia) in 10km classic style. It was her first podium place in the history of her starts in the World Cup. Just before the Olympic Games in Kranj in Slovenia, she won two World Junior Champion titles (in 10km classic style race and in 2 x 7.5km combined pursuit), which raised expectations for good results at the Olympics. It was the time when Justyna was no longer an anonymous contestant, and she was under pressure to achieve good results. Newspaper headlines also called for medals. Justyna wanted to meet the expectations too much, it seems, as during the 10km race she fainted and did not finish the race. Fortunately, she did not withdraw entirely from the competition. A few days later (24th February 2006), she proved that she was the leading contestant and won a bronze medal in 30km freestyle mass start race. Today, it is her greatest success achieved at the Olympic Games, but it will surely change at the Olympics in Vancouver. The next season was slightly less successful. Justyna won the first World Cup (27.01.2007 in 10km classic race in Otepää), but during the World Championships in Sapporo, Japan, she suffered from a cold. Justyna achieved average results in Asia and was not pleased with her performance there. In the 2007/08 season, she won 3rd place in the general World Cup classification with 1096 points. The last season is particularly worth mentioning: 2 World Champion titles in Liberec (in 2 x 7.5km combined pursuit and 30km classic style race), a bronze medal in 10km classic race, and the triumph in the final World Cup classification - the 2008/09 season belonged to **Justyna Kowalczyk**. We don't know what the Olympic season will be like. If she does not suffer from any illnesses or injuries, we will certainly experience beautiful moments. So we wish her good luck!

Justyna przed startem na 10 km, Turyn 2006 r.



**Sztab szkoleniowy:**

trener główny - Aleksander Wierietielny
II trener - Rafał W grzyn

trener przygotowania technicznego (ły wa) - Wiesław Kmiecik
lekarz konsultant - Jarosław Krzywa ski (Centralny O rodek Medycyny Sportowej)
fizjoterapeuta - Paweł Brandyt
serwisemen - Are Mets (Estonia)
II serwisemen - Peep Koidu (Estonia)
serwisemen / test nart - Mateusz Nuciak
Narty - Fischer
buty - Salomon

Menad er:

Paweł Witczak

Dotychczasowy przebieg kariery:
Achievements to date:

**Igrzyska Olimpijskie
Olympic Games****Turyn (Włochy)**

12.02.2006- 2 x 7,5 km bieg ł czony:
1. Kristina Smigun (Estonia) ...**8. J. Kowalczyk** 16.02.2006
10 km stylem klasycznym:
1. Kristina Smigun (Estonia) ...**J. Kowalczyk** nie uko czyła biegu
22.02.2006 - sprint stylem dowolnym:
1. Chandra Crawford (Kanada) ...**44. J. Kowalczyk**
24.02.2006 - 30 km stylem dowolnym:
1. Katerina Neumannova (Czechy) ...**3. J. Kowalczyk**

**Mistrzostwa wiata Seniorów
World Senior Championships**

Val di Fiemme (Włochy)- 20.02.03 10 km technik klasyczn
1. Bente Skari-Martinsen (Norwegia) ... **48. Justyna Kowalczyk**
26.02.03 sprint technik klasyczn
1. Marit Bjoergen (Norwegia) ... **31. Justyna Kowalczyk**
Oberstdorf (Niemcy)
17.02.05 10 km technik dowoln
1. Katerina Neumannova (Czechy) ... **9. Justyna Kowalczyk**
19.02.05 2 x 7,5 km bieg ł czony
1. Julia Czepałowa (Rosja) ... **13. Justyna Kowalczyk**
22.02.05 sprint technik klasyczn
1. Emelie Oehrstig (Szwecja) ... **12. Justyna Kowalczyk**
26.02.05 30 km technik klasyczn ze startu wspólnego
1. Marit Bjoergen (Norwegia) ... **4. Justyna Kowalczyk**
Sapporo (Japonia)
22.02.07 sprint technik dowoln
1. Astrid Jacobsen (Norwegia) ... **17. Justyna Kowalczyk**
25.02.07 2 x 7,5 km bieg ł czony
1. Olga Zawiałowa (Rosja) ... **9. Justyna Kowalczyk**
27.02.07 10 km technik dowoln
1. Katerina Neumannova (Czechy) ... **18. Justyna Kowalczyk**
03.03.07 30 km technik klasyczn ze startu wspólnego
1. Virpi Kuitunen (Finlandia)
...**Justyna Kowalczyk** nie uko czyła biegu

Training team:

main coach - Aleksander Wierietielny
2nd coach - Rafał W grzyn

technical preparation instructor (skating) - Wiesław Kmiecik
medical consultant - Jarosław Krzywa ski (The Main Sports Health Centre)
physiotherapy - Paweł Brandyt
serviceman - Are Mets (Estonia)
2nd serviceman - Peep Koidu (Estonia)
serviceman / ski test - Mateusz Nuciak
skis - Fisher
shoes - Salomon

Manager:

Paweł Witczak

Justyna z drugim złotym medalem MŚ, Liberec 2009 r.

**Liberec (Czechy)**

19.02.09 10 km technik klasyczn
1. Aino - Kaisa Saarinen (Finlandia) ... **3. Justyna Kowalczyk**
21.02.09 2x7,5 km bieg ł czony
1. Justyna Kowalczyk (Polska)
26.02.09 sztafeta 4x5 km.
1. Finlandia ...6. Polska (**Justyna Kowalczyk**, Kornelia Marek, Sylwia Ja kowiec, Paulina Maciuszek)
28.02.09 30 km technik dowoln ze startu wspólnego
1. Justyna Kowalczyk (Polska)



Uniwersjada Universiade

Tarvisio (Włochy) - 18.01.2003

5 km stylem klasycznym:

1. Swietłana Małachowa-Szyszkina (Kazachstan) ...**10. J. Kowalczyk**

20.01.2003 - sprint stylem dowolnym:

1. Kirsi Peraelae (Finlandia) ...**9. J. Kowalczyk**

Innsbruck/Seefeld (Austria) 14.01.2005

sprint stylem dowolnym:

1. Vesna Fabjan (Słowenia) ...**3. J. Kowalczyk**

16.01.2005 - 5 km stylem klasycznym:

1. Swietłana Małachowa-Szyszkina (Kazachstan) **2. J. Kowalczyk**

22.01.2005 - 15 km stylem dowolnym:

1. Justyna Kowalczyk

Turyn/Pragelato (Włochy) 18.01.2007

5 km stylem klasycznym: **1. Justyna Kowalczyk**

20.01.2007 - sprint stylem dowolnym: **1. Justyna Kowalczyk**

24.01.2007 - 2 x 5 km bieg łączony: **1. Justyna Kowalczyk**

Młodzieżowe Mistrzostwa świata (do 23 lat) Val di Fiemme (Włochy)

World Junior Championships (up to 23 years)

07.02.2002 - 2 x 5 km bieg łączony:

1. Mariana Handler (Szwecja) ...**15. J. Kowalczyk**

09.02.2002 - sprint stylem dowolnym:

1. Ingrid Narum (Norwegia) ...**29. J. Kowalczyk** 10.02.2002

15 km stylem dowolnym:

1. Natalia Korostieliewa ...**35. J. Kowalczyk**

Soldier Hollow (USA)

11.02.2004 - 15 km stylem dowolnym:

1. Justyna Kowalczyk

12.02.2004 - sprint stylem dowolnym:

1. Christina Kelder (Włochy) ...**3. J. Kowalczyk**

15.02.2004 - 2 x 5 km bieg łączony:

1. Justyna Kowalczyk

Kranj (Słowenia)

02.02.2006 - 10 km stylem klasycznym: **1. Justyna Kowalczyk**

04.02.2006 - 2 x 7,5 km bieg łączony: **1. Justyna Kowalczyk**

Mistrzostwa świata Juniorów (do 20 lat)

Strbske Pleso (Słowacja) - 25.01.2000 - 5 km stylem dowolnym:

1. Jekaterina Staszastliwaja (Rosja) ...**58. J. Kowalczyk**

29.01.2000 - sprint stylem dowolnym: 1. Pirjo Manninen (Finlandia)

...**41. J. Kowalczyk**

Karpacz - Szklarska Poręba (Polska)

01.02.2001 - 5 km stylem klasycznym:

1. Lina Andersson (Szwecja) ...**48. J. Kowalczyk**

03.02.2001 - sprint stylem dowolnym:

1. Pirjo Manninen (Finlandia) ...**30. J. Kowalczyk**

Schonach (Niemcy)

22.01.2002 - 15 km stylem klasycznym:

1. Jewgenia Krawcowa (Rosja) ...**16. J. Kowalczyk**

24.01.2002 - 5 km stylem dowolnym:

1. Elodie Bourgeois (Francja) ...**36. J. Kowalczyk**

26.01.2002 - sprint stylem dowolnym:

1. Mona-Liisa Malvalehto (Finlandia) ...**14. J. Kowalczyk**

Solleftea (Szwecja)

06.02.2003 - 5 km stylem klasycznym:

1. Mona-Liisa Malvalehto (Finlandia) ...**5. J. Kowalczyk**

08.02.2003 - sprint stylem dowolnym:

1. Nicole Fessel (Niemcy) **2. J. Kowalczyk**



Justyna zwycięża w Falun - Finał PŚ 2009 r.



Puchar wiata Word Cup

ilo startów w Pucharze wiata - 119 (stan na 20.12.09)
debiut - Cogné (Włochy) 09.12.2001 (sprint stylem dowolnym, 64m.)
pierwsze punkty - Asiago (Włochy) 19.12.2001 (1 pkt za 30 miejsce w sprincie klasycznym)

Zwyci stwa w Pucharze wiata:

Wins in the World Cup:

- 1). 27.01.2007 Otepaa (Estonia) - 10 km stylem klasycznym
- 2). 22.01.2008 Canmore (Kanada) - 2 x 7,5 km bieg łączony
- 3). 17.01.2009 Whistler (Kanada) - 2x7,5 km bieg łączony
- 4). 24.01.2009 Otepaa (Estonia) - 10 km stylem klasycznym
- 5). 14.02.2009 Valldidentro (Włochy) - 10 km stylem klasycznym
- 6). 08.03.2009 Lahti (Finlandia) - 10 km stylem dowolnym
- 7). 22.03.2009 Falun (Szwecja) - 30 km finał P
- 8). 28.11.2009 Kuusamo (Finlandia)- 1,2 km sprint stylem klasycznym
- 9). 20.12.2009 Rogla (Słowenia) - 15 km stylem klasycznym ze startu wspólnego
- 10). Tour de Ski - 60 km

Miejsca na podium Pucharu wiata:

Podium places in the World Cup:

- 1). 07.01.2006 Otepaa (Estonia) - 3 miejsce w biegu na 10 km stylem klasycznym
- 2). 27.01.2007 Otepaa (Estonia) - 1 miejsce w biegu na 10 km stylem klasycznym
- 3). 02.12.2007 Kussamo (Finlandia) - 3 miejsce w biegu na 10 km stylem klasycznym
- 4). 22.01.2008 Canmore (Kanada) - 1 miejsce w biegu łączonym 2 x 7,5 km
- 5). 23.01.2008 Canmore (Kanada) - 3 miejsce w sprincie stylem klasycznym
- 6). 25.01.2008 Canmore (Kanada) - 3 miejsce w biegu na 10 km stylem dowolnym
- 7). 16.02.2008 Liberec (Czechy) - 2 miejsce w biegu na 8,7 km stylem dowolnym
- 8). 16.03.2008 Bormio (Włochy) - 2 miejsce w biegu na 10 km stylem dowolnym
- 9). 29.11.2008 Kuusamo (Finlandia) - 3 miejsce w sprincie stylem klasycznym
- 10). 16.01.2009 Whistler (Kanada) - 2 miejsce w sprincie stylem klasycznym
- 11). 17.01.2009 Whistler (Kanada) - 1 miejsce w biegu łączonym 2 x 7,5 km
- 12). 24.01.2009 Otepaa (Estonia) - 1 miejsce w biegu na 10 km stylem klasycznym

- 13). 14.02.2009 Valldidentro (Włochy) - 1 miejsce w biegu na 10 km stylem klasycznym
- 14). 08.03.2009 Lahti (Finlandia) - 1 miejsce w biegu na 10 km stylem dowolnym
- 15). 12.03.2009 Trondheim (Norwegia) - 3 miejsce w sprincie stylem klasycznym
- 16). 14.03.2009 Trondheim (Norwegia) - 2 miejsce w biegu na 30 km stylem klasycznym
- 17). 22.03.2009 Falun (Szwecja) - 1 miejsce finał P
- 18). 28.11.2009 Kuusamo (Finlandia) - 1 miejsce w sprincie stylem klasycznym (1,2 km)
- 19). 19.12.2009 Rogla (Słowenia) - 2 miejsce w sprincie stylem klasycznym (1,4 km)
- 20). 20.12.2009 Rogla (Słowenia) - 1 miejsce w biegu na 15 km ze startu wspólnego
- 21). Tour de Ski - 1 miejsce w cyklu "Tour de Ski"

Oberhof 2010 r. Tour de Ski, zwycięstwo na 10 km



Liberec 2009 r. - bieg na 30 km.



Miejsca w Klasyfikacji Generalnej Pucharu świata: Places in the World Cup General Classification:

2002	103 miejsce	1 pkt
2003	88 miejsce	8 pkt
2004	46 miejsce	88 pkt
2005	44 miejsce	98 pkt
2006	13 miejsce	392 pkt
2007	8 miejsce	484 pkt
2008	3 miejsce	1096 pkt
2009	1 miejsce	1810 pkt
2010	1 miejsce	1089 pkt (stan na 10.01.10)

Tour de Ski:

- 2007 - 1. Virpi Kuitunen (Finlandia) ...11. **Justyna Kowalczyk**
 2008 - 1. Charlotte Kalla (Szwecja) ...7. **Justyna Kowalczyk**
 2009 - 1. Virpi Kuitunen (Finlandia) ...4. **Justyna Kowalczyk**
 2010 - 1. **Justyna Kowalczyk**

Mistrzostwa Polski Seniorów - biegi indywidualne Polish Senior Championships individual starts

- 2001 - 1 m. sprint, 2 m. bieg łączony
 2002 - 1 m. sprint, 1 m. bieg łączony, 1 m. 10 km styl. klas.,
 1 m. 15 km styl. dowol.
 2003 - 1 m. sprint, 1 m. 5 km styl. klas., 1 m. 15 km styl. dowol.
 2004 - 1 m. sprint, 1 m. 5 km styl. klas., 1 m. 15 km styl. dowol.
 2005 - 1 m. sprint, 1 m. 5 km styl. klas.
 2006 - 1 m. sprint
 2007 - 1 m. sprint, 1 m. 5 km styl. klas.
 2008 - 1 m. 5 km styl. klas., 1 m. 15 km styl. dowol.
 2009 - 1. sprint, 1 m. 15 km styl. klas., 1 m. 5 km. styl. dowol.,
 1 m. sztafeta 4x5 km, 1 m. 30 km styl. dowol.

Reprinty mat. arch. udostępnione przez "Przegląd Sportowy"





Poniżej przedstawiamy zawodników z gminy Mszana Dolna którzy startowali na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich. Jest to łącznie 5 osób, sylwetki **Justyny Kowalczyk** przedstawimy w innym miejscu.

Halina Nowak - Gu ka Urodzona 01.06.1970 w Rabce. Pochodzi z Kasiny Wielkiej. Absolwentka Technikum Ekonomicznego, biegaczka narciarska i biathlonistka. Reprezentantka Maratonu Mszana Dolna (1988-1994) oraz Legii Zakopane (1995-1998). Trzykrotnie uczestniczyła w Igrzyskach Olimpijskich, dwukrotnie w biegach narciarskich i raz w biathlonie.

Albertville (Francja) 1992 - biegi narciarskie 5 km stylem klasycznym 13.02.92 1. Marjut Lukkarinen (Finlandia) ... **52. Halina Nowak - Gu ka**

bieg łączony 2x7,5 km 15.02.92 1. Ljubow Jegorowa (WNP)

... **42. Halina Nowak - Gu ka**

30 km technika dowolna 21.02.92 1. Stefania Belmondo (Włochy) ...

25. Halina Nowak - Gu ka

sztafeta 4x5 km 18.02.92

1. WNP (Wspólnota Niepodległych Państw) ... 10. Polska

(Bernadetta Bocek, **Halina Nowak - Gu ka**, Dorota Kwa ny, Małgorzata Ruchala)

Lillehammer (Norwegia) 1994 - biegi narciarskie 5 km stylem klasycznym 15.02.94 1. Ljubow Jegorowa (WNP) ... **58. Halina Nowak - Gu ka**

15 km technik dowolna 13.02.94

1. Manuela Di Centa (Włochy) ... **25. Halina Nowak - Gu ka**

Nagano (Japonia) 1998 - biathlon

7,5 km 15.02.98 1. Galina Kuklewa (Rosja) ... **42. Halina Nowak - Gu ka**

4-krotna mistrzyni Polski w narciarskiej sztafecie 4 x 5 km (1989-1992), 7-krotna wicemistrzyni kraju: na 10 km (1989,1991,1994) 4x5 km (1988,1993-1994) uczestniczka M w Val di Fiemme (Włochy) 1991 oraz Falun (Szwecja) 1993 roku. Brzoza medalistka w biegu sztafetowym 3 x 5 km podczas Uniwersjady w Sapporo (Japonia) 1991 roku. 4-krotna mistrzyni Polski w biathlonie: na 7,5 km (1998), w sztafecie 3x7,5 km (1995,1998) i w biegu 7,5 km druż. (1998), wicemistrzyni kraju w biegu biathlonowym na 15 km. Uczestniczka M w biathlonie w Osrblie (Słowacja) 1997 oraz ME w LeGrand Bornand (Francja) (1995), Windischgarten (Austria) (1997). Ona znanego w latach osiemdziesiątych zawodnika dwuboju klasycznego (kombinacja norweska) Janusza Gu ka.

Helena Mikołajczyk - Kuczaik

Urodzona 22.05.1968 w Mszanie Dolnej. Pochodzi z Lubomierza. Absolwentka Technikum Ogrodniczego, biathlonistka. Sportem zainteresowała ją nauczycielka w Szkole Podstawowej w Lubomierzu - Marta Spiechowicz - Skowronek, natomiast podstawy profesjonalnych biegów narciarskich przekazał jej Stanisław Mrowca. Reprezentantka Maratonu Mszana Dolna (1986-1990), Dynamitu Chorzów (1991-1992), Tytana Zakopane (1993), WKS Zakopane (1994). Utalentowana biegaczka narciarska, w późniejszym okresie przestała się na biathlon. Uczestniczka Zimowych Igrzysk Olimpijskich

Lillehammer (Norwegia) 1994

15 km 18.02.94

1. Myriam Bedard (Kanada) ... **52. Helena Mikołajczyk - Kuczaik**

sztafeta 4x7,5 km 25.02.94

1. Rosja ... 11. Polska (Anna Stera, **Helena Mikołajczyk - Kuczaik**, Agata Suszka, Halina Pito) - osiągnęła sukces sportowy osiągnięła podczas biathlonowych M w Borowcu (Bułgaria) w 1993 roku, gdzie w biegu sztafetowym wraz z koleżankami (Zofia Kiełpińska, Krystyna Liberda, Anna Stera) zdobyła brzoza medal; 2 - krotna mistrzyni Polski: na 15 km (1993) i 3 x 7,5 km i 2 - krotna mistrzyni Polski w narciarskiej sztafecie 4 x 5 km (1989, 1990). 2-krotna wicemistrzyni na 15 km (1991,1994) i 2-krotna wicemistrzyni w biegach sztafetowych (1988,1993). Uczestniczka M w Raubiczach (ZSRR) w 1990 roku, oraz ME w fińskim Kontiolahti w 1994 roku.

Below we present the profiles of sportsmen from the Mszana Dolna Commune who participated in the Winter Olympic Games. The group comprises five persons; the profile of **Justyna Kowalczyk** is presented in a different place of the folder.

Halina Nowak - Gu ka Born on 1st June 1970 in Rabka; comes from Kasina Wielka. Graduate of the Economic High School, a cross-country skier and a biathlete. Member of the Maraton Mszana Dolna Sports Club (1988-1994) and the Legia Zakopane Sports Club (1995-1998). Participated in the Olympics three times, twice in cross-country skiing and once in biathlon.

Albertville (France) 1992 - cross-country skiing

5 km classic style 13.02.92 1. Marjut Lukkarinen (Finland) ... **52.**

Halina Nowak - Gu ka

combined pursuit 2x7,5 km 15.02.92 1. Ljubow Jegorowa (CIS) ...

42. Halina Nowak - Gu ka

30 km freestyle 21.02.92 1. Stefania Belmondo (Italy) ... **25. Halina**

Nowak - Gu ka 4x5 km relay race 18.02.92

1. CIS (Commonwealth of Independent States) ... 10. Poland

(Bernadetta Bocek, **Halina Nowak - Gu ka**, Dorota Kwa ny, Małgorzata Ruchala)

Lillehammer (Norway) 1994 - cross-country skiing 5 km classic style 15.02.94 1. Ljubow Jegorowa (CIS) ... **58. Halina Nowak - Gu ka**

15 km freestyle 13.02.94

1. Manuela Di Centa (Italy) ... **25. Halina Nowak - Gu ka**

Nagano (Japan) 1998 - biathlon

7,5 km 15.02.98 1. Galina Kuklewa (Russia) ... **42. Halina Nowak - Gu ka**

A four-times champion of Poland in 4 x 5 km relay race (1989-1992), a seven-times national vice-champion: in 10 km races (1989,1991,1994) and in 4x5 km races (1988,1993-1994); participant of the World Championships in Val di Fiemme (Italy) in 1991 and in Falun (Sweden) in 1993. A brown medalist in 3 x 5 km relay race at the Universiade in Sapporo (Japan) in 1991. A four-times champion of Poland in biathlon: in 7.5 km race (1998), in 3 x 7.5 km relay race (1995, 1998) and in 7.5 km race as a team (1998), a vice-champion of Poland in 15 km biathlon. Participant of the Biathlon World Championships in Osrblie (Slovakia) in 1997 and of the European Championships in Le Grand Bornand (France) in 1995, and in Windischgarten (Austria) in 1997. Wife of Janusz Gu ka, a Nordic combined athlete in the 1980s.

Helena Mikołajczyk - Kuczaik Born on 22nd May 1968 in Mszana Dolna; comes from Lubomierz. Graduate of the Gardening Technical College, a biathlete. Encouraged to pursue a sports career by Marta Spiechowicz-Skowronek, a primary school teacher in Lubomierz; given professional training by Stanisław Mrowiec. Member of the following sports clubs: Maraton Mszana Dolna (1986-1990), Dynamit Chorzów (1991-1992), Tytan Zakopane (1993), and WKS Zakopane (1994). A talented cross-country skier and a biathlete. Participant of the Winter Olympic Games.

Lillehammer (Norway) 1994

15 km 18.02.94

1. Myriam Bedard (Canada) ... **52. Helena Mikołajczyk - Kuczaik**

4x7,5 km relay race 25.02.94

1. Russia ... 11. Poland (Anna Stera, **Helena Mikołajczyk -**

Kuczaik, Agata Suszka, Halina Pito) Achieved her life-success during the World Championships in biathlon in Borowiec (Bulgaria) in 1993, where together with other colleagues (Zofia Kiełpińska, Krystyna Liberda, Anna Stera) she won a brown medal; a two-time champion of Poland: in 15 km (1993) and in 3 x 7.5 km races; a two-time champion of Poland in 4 x 5 km relay race (1989, 1990). A two-time champion in 15 km race (1991, 1994) and a two-time vice-champion in relay race (1988, 1993). Participant of the World Championships in Raubicze (USSR) in 1990 and of the European Championships in Kontiolahti (Finland) in 1994.



Jan Ziemianin Urodzony 19.05.1962 w Mszanie Dolnej. Pochodzi z Kasiny Wielkiej. Człowiek Polski biathlonista początkowo lat dziewięćdziesiątych. Zawodnik Turbacza Mszana Dolna (1979-1990), Dynamitu Chorzów (1990-1993), WKS Legii Zakopane (1994-1999). 3-krotnie reprezentował Polskę na Igrzyskach Olimpijskich.

Albertville (Francja) 1992 10 km 12.02.92 1. Mark Kirchner (Niemcy) ... **29. Jan Ziemianin** 20 km 20.02.92 1. Jewgienij Redkin (WNP) ... **32. Jan Ziemianin**

sztafeta 4x7,5 km 16.02.92

1. Niemcy ... 9. Polska (**Jan Ziemianin**, Jan Wojtas, Krzysztof Sosna, Dariusz Kozłowski)

Lillehammer (Norwegia) 1994

10 km 23.02.94

1. Siergiej Czepikow (Rosja) ... **27. Jan Ziemianin** 20 km 20.02.94

1. Siergiej Tarasow (Rosja) ... **39. Jan Ziemianin**

sztafeta 4x7,5 km 26.02.94

1. Niemcy ... 8. Polska (Tomasz Sikora, **Jan Ziemianin**, Wiesław Ziemianin, Jan Wojtas) Nagano (Japonia) 1998

sztafeta 4x7,5 km 21.02.98 1. Niemcy ... 5. Polska (Wiesław Ziemianin, Tomasz Sikora, **Jan Ziemianin**, Wojciech Kozub).

W roku 1998 w Nagano był chorążym ekipy biało-czerwonych. 14-krotny mistrz Polski: na 10 km (1989- 1990, 1993, 1998), 20 km (1988, 1993-1995, 1997), w sztafecie 4 x 7.5 km (1995-1996,1998) i drużynowo (1995, 1998). 6-krotny wicemistrz kraju: na 10 km (1986), 20 km(1991) 4 x7.5 km (1992-1994) i drużynowo (1996). Wicemistrz Polski biegu klasycznym na 50km (1988). Uczestnik Mistrzostw Świata: Feistritz (Austria)1989, Lahti (Finlandia)1991, Borowiec (Bułgaria) 1993, Anterselva (Włochy) 1995, Ruhpolding (Niemcy)1996, Osrblie (Słowacja) 1997 (podczas tych mistrzostw osiągnął największy sukces w karierze zdobywając brązowy medal Mistrzostw Świata w sztafecie 4 x 7.5 km wraz z Wiesławem Ziemianinem, Wojciechem Kozubem oraz Tomaszem Sikorą). 2-krotny srebrny medalista ME: 1994 Kontiolahti (Finlandia)- sztafeta 4x7.5 km partnerzy: Wiesław Ziemianin, Jan Wojtas, Tomasz Sikora, 2001 Haute- Maurienne (Francja)- 10 km. Odznaczony m. in. srebrnym Medalem za Wyrbitne Osiągnięcia Sportowe. Ojciec, ma troje dzieci. Brat Wiesława Ziemianina. Obecnie jest asystentem trenera kadry narodowej w biathlonie.

Wiesław Ziemianin Urodzony 07.09.1970 w Rabce. Pochodzi z Kasiny Wielkiej. Biathlonista, zawodnik następujących klubów: Turbacz Mszana Dolna (1987-1991),Dynamit Chorzów (1992-94) WKS Legia Zakopane (1995-2001), BKS Wojsko Polskie Kościelisko (2002-2007). 4-krotny uczestnik Zimowych Igrzysk Olimpijskich.

Lillehammer (Norwegia) 1994

20 km 20.02.94

1. Siergiej Tarasow (Rosja) ... **63. Wiesław Ziemianin** sztafeta 4x7,5 km 26.02.94

1. Niemcy ... 8. Polska (Tomasz Sikora, **Jan Ziemianin**, **Wiesław Ziemianin**, Jan Wojtas) Nagano (Japonia) 1998 10 km 18.02.98

1. Ole Einar Bjordalen (Norwegia) ... **26. Wiesław Ziemianin**

20 km 11.02.98

1. Halvard Hanevold (Norwegia) ... **47. Wiesław Ziemianin**

sztafeta 4x7,5 km 21.02.98 1. Niemcy ... 5. Polska (**Wiesław Ziemianin**, Tomasz Sikora, Jan Ziemianin, Wojciech Kozub)

Salt Lake City (USA) 2002 10 km 13.02.02

1. Ole Einar Bjordalen (Norwegia) ... **58. Wiesław Ziemianin**

bieg na dochodzenie (12,5 km) 16.02.02

1. Ole Einar Bjordalen (Norwegia) ... **50. Wiesław Ziemianin**

20 km 11.02.02

1. Ole Einar Bjordalen (Norwegia) ... **30. Wiesław Ziemianin**

sztafeta 4x7,5 km 20.02.02

1. Norwegia ... 9. Polska (**Wiesław Ziemianin**, Wojciech Kozub, Krzysztof Topór, Tomasz Sikora)

Jan Ziemianin Born on 19th May 1962 in Mszana Dolna; comes from Kasina Wielka. The leading Polish biathlete of the 1990s. Member of the following sports clubs: Turbacz Mszana Dolna (1979-1990), Dynamit Chorzów (1990-1993), and WKS Legia Zakopane (1994-1999). Participated in the Olympic Games thrice.

Albertville (France) 1992 10 km 12.02.92 1. Mark Kirchner (Germany) ... **29. Jan Ziemianin** 20 km 20.02.92 1. Jewgienij Redkin (CIS) ... **32. Jan Ziemianin** 4x7,5 km relay race 16.02.92

1. Germany ... 9. Poland (**Jan Ziemianin**, Jan Wojtas, Krzysztof Sosna, Dariusz Kozłowski)

Lillehammer (Norway) 1994

10 km 23.02.94

1. Siergiej Czepikow (Russia) ... **27. Jan Ziemianin** 20 km 20.02.94

1. Siergiej Tarasow (Russia) ... **39. Jan Ziemianin**

4x7,5 km relay race 26.02.94

1. Germany ... 8. Poland (Tomasz Sikora, **Jan Ziemianin**, Wiesław Ziemianin, Jan Wojtas) Nagano (Japan) 1998

4x7,5 km relay race 21.02.98 1. Germany ... 5. Poland (Wiesław Ziemianin, Tomasz Sikora, **Jan Ziemianin**, Wojciech Kozub)

In Nagano in 1998, he was the standard-bearer of the Polish team; a 14-times champion of Poland: in 10km races (1989- 1990, 1993, 1998), 20 km races (1988, 1993-1995, 1997), in 4 x 7.5 km relay races (1995-1996,1998) and as a team (1995, 1998). A six-times vice-champion of Poland: in 10km races (1986), 20 km races (1991) 4x7.5 km races (1992-1994) and as a team (1996). Vice-champion of Poland in 50km classic style race (1988). Participant of the World Championships in Feistritz (Austria) in 1989, in Lahti (Finland) in 1991, in Borowiec (Bulgaria) in 1993, in Anterselva (Italy) in 1995, in Ruhpolding (Germany) in 1996, in Osrblie (Slovakia) in 1997 (he achieved his life success during these championships winning a brown medal in 4 x 7.5km relay race with Wiesław Ziemianin, Wojciech Kozub and Tomasz Sikora). A two-time silver medalist of the European Championships: 1994 Kontiolahti (Finland) - 4 x 7.5km relay race with Wiesław Ziemianin, Jan Wojtas and Tomasz Sikora; in 2001 in Haute-Maurienne (France) in a 10km race. Awarded with a gold medal for outstanding sports achievements, among others. Married, with three children; Wiesław Ziemianin's brother; at present works as an assistant of the coach of the national biathlon team.

Wiesław Ziemianin Born on 7th September 1970 in Rabka; comes from Kasina Wielka. A biathlete, member of the following clubs: Turbacz Mszana Dolna (1987-1991), Dynamit Chorzów (1992-94), WKS Legia Zakopane (1995-2001), and BKS Wojsko Polskie Kościelisko (2002-2007). A four-times participant of the Winter Olympic Games.

Lillehammer (Norway) 1994

20 km 20.02.94

1. Siergiej Tarasow (Russia) ... **63. Wiesław Ziemianin** 4x7,5 km relay race 26.02.94

1. Germany ... 8. Poland (Tomasz Sikora, Jan Ziemianin, **Wiesław Ziemianin**, Jan Wojtas) Nagano (Japan) 1998 10 km 18.02.98

1. Ole Einar Bjordalen (Norway) ... **26. Wiesław Ziemianin**

20 km 11.02.98

1. Halvard Hanevold (Norway) ... **47. Wiesław Ziemianin**

4x7,5 km relay race 21.02.98 1. Germany ... 5. Poland (Wiesław Ziemianin, Tomasz Sikora, **Jan Ziemianin**, Wojciech Kozub)

Salt Lake City (USA) 2002 10 km 13.02.02

1. Ole Einar Bjordalen (Norway) ... **58. Wiesław Ziemianin**

Handicap race (12,5 km) 16.02.02

1. Ole Einar Bjordalen (Norway) ... **50. Wiesław Ziemianin**

20 km 11.02.02

1. Ole Einar Bjordalen (Norway) ... **30. Wiesław Ziemianin**

4x7,5 km relay race 20.02.02

1. Norway ... 9. Poland (**Wiesław Ziemianin**, Wojciech Kozub, Krzysztof Topór, Tomasz Sikora)



Turyn (Włochy) 2006

10 km 14.02.06

1. Sven Fischer (Niemcy) ... **26. Wiesław Ziemianin** bieg na dochodzenie (12,5 km) 18.02.06

1. Vincent Defranse (Francja) ... **30. Wiesław Ziemianin** 20 km 11.02.06

1. Michael Greis (Niemcy) ... **53. Wiesław Ziemianin** sztafeta 4x7,5 km 21.02.06

1. Niemcy ... 13. Polska (**Wiesław Ziemianin**, Tomasz Sikora, Michał Piecha, Krzysztof Pływaczyk)

8-krotny mistrz Polski: na 10 km (1997), 20 km (1996), w sztafecie 4 x 7.5 km (1995-1996, 1998, 2000-2001) i 15 km drużynowo (1998). 6-krotny wicemistrz kraju: na 10 km (1996, 1999), 20 km (1995, 1998) 4 x 7.5 km (1994) i drużynowo (1996). Uczestnik Mistrzostw w Anterselvie (Włochy) 1995, Ruhpolding (Niemcy) 1996, Osrblie (Słowacja) 1997 (najwyższy sukces w karierze, brąz z wywalczony w biegu sztafetowym wspólnie z Janem Ziemianinem, Wojciechem Kozubem i Tomaszem Sikorą), Pokljuka (Słowenia) 1998, Kontiolahti (Finlandia) 1999, Oslo - Holmenkollen (Norwegia) 2000, Pokljuka 2001, Oberhof (Niemcy) 2004, Hochfilzen (Austria) 2005, Anterselva 2007. Wielokrotny uczestnik zawodów Pucharu Świata (najwyższe miejsce 4. miejsce w biegu na 20 km w Osrblie w 2000 r.), zakończył karierę w marcu 2007 roku. Odznaczony srebrnym Medalem za Wybitne Osiągnięcia Sportowe.

małżonka, dwójka dzieci. Mieszka w Kasinie Wielkiej.

Turyn (Włochy) 2006

10 km 14.02.06

1. Sven Fischer (Germany) ... **26. Wiesław Ziemianin** Handicap race (12,5 km) 18.02.06

1. Vincent Defranse (France) ... **30. Wiesław Ziemianin** 20 km 11.02.06

1. Michael Greis (Germany) ... **53. Wiesław Ziemianin** 4x7,5 km relay race 21.02.06

1. Germany ... 13. Poland (**Wiesław Ziemianin**, Tomasz Sikora, Michał Piecha, Krzysztof Pływaczyk)

An eight-times champion of Poland: in 10km race (1997), 20km race (1996), in 4 x 7.5km relay race (1995-1996, 1998, 2000-2001), and in 15 km race as a team (1998). A six-times vice-champion of Poland in 10km races (1996, 1999), 20 km races (1995, 1998), 4 x 7.5 km relay race (1994), and as a team (1996). Participant of the World Championships in Anterselva (Italy) in 1995, in Ruhpolding (Germany) in 1996, in Osrblie (Slovakia) in 1997 (he achieved the greatest success there - a bronze medal in relay race with Jan Ziemianin, Wojciech Kozub and Tomasz Sikora), in Pokljuka (Slovenia) in 1998, in Kontiolahti (Finland) in 1999, in Oslo-Holmenkollen (Norway) in 2000, in Pokljuka 2001, in Oberhof (Germany) in 2004, in Hochfilzen (Austria) in 2005, and in Anterselva in 2007. A many-times participant of the World Cup competitions (4th was the highest place he achieved in 20km race in Osrblie in 2000), finished his career in March 2007. Awarded with a silver medal for outstanding sports achievements. Married, with two children. Lives in Kasina Wielka.

Wiesław Ziemianin na trasie w San Sicario, Turyn 2006 r.

Halina Nowak - Guńka (z prawej) podczas Igrzysk w Nagano 1998 r.





Mi dzynarodowy Tydzie Sportów Zimowych" tak pomi dzy 24 stycznia a 5 lutego 1924 roku we francuskim kurorcie Chamonix Mont Blanc został zapoczkowany rozdział pod tytułem Zimowe Igrzyska Olimpijskie. Zawody w Alpach przeprowadzono na prób i dopiero dwa lata pó niej nadano im status olimpijski. Ogólnie przeciwnikiem uznania "Mi dzynarodowego Tygodnia Sportów Zimowych" za igrzyska zimowe był baron Pierre de Coubertin, twórca idei nowo ytnych Igrzysk Olimpijskich, człowiek ten zafascynowany był staro ytn Grecj . Niektóre zimowe dyscypliny obecne były ju wcze niej na igrzyskach letnich (ły wiarstwo figurowe - Londyn 1908, hokej na lodzie - Antwerpia 1920). Pomimo ró nych sprzeciwów (protest krajów skandynawskich widz cych zagro enie i konkurencj dla urz dzanych u siebie tradycyjnych zawodów w sportach zimowych) premiera była udana i postanowiono w cyklu 4-letnim rozgrywa Zimowe Igrzyska Olimpijskie. Mamy zbyt mało miejsca aby opisywa szczegółowo histori zimowych igrzysk, dlatego wymieni najwi ksze gwiazdy i multi-medalistów olimpijskich pocz wszy od czasów przedwojennych a do dzisiaj. Igrzyska wykreowały takie gwiazdy jak: Clas Thunberg (Finlandia) - ły wiarstwo szybkie; 5 złotych medali, Thor-leif Haug (Norwegia) - biegi narciarskie; 3 złote medale, Johan Grottnmsbraaten (Norwegia) - biegi narciarskie, kombinacja klasyczna; 3 złote medale, Ivar Ballangrud (Norwegia) - ły wiarstwo szybkie; 4 złote medale, Birger Ruud (Norwegia) - skoki narciarskie; 2 złote medale, Sonja Henie (Norwegia) - ły wiarstwo figurowe; 3 złote medale, Hjalmar Andersen (Norwegia) - ły wiarstwo szybkie; 3 złote medale, Veikko Hakulinen (Finlandia) - biegi narciarskie; 4 złote medale, Sixten Jernberg (Szwecja) - biegi narciarskie; 4 złote medale, Toni Sailer (Austria) - narciarstwo alpejskie; 3 złote medale, Lidia Skoblikowa (ZSRR) - ły wiarstwo szybkie; 6 złotych medali, Eero Mantyranta (Finlandia) - biegi narciarskie; 3 złote medale, Klaudia Bojarskich (ZSRR) - biegi narciarskie; 3 złote medale, Jean Claude Killy (Francja) - narciarstwo alpejskie; 3 złote medale, Galina Kułakowa (ZSRR) - biegi narciarskie; 4 złote medale, Ard Schenk (Holandia) - ły wiarstwo szybkie; 3 złote medale, Raisa Smietanina (ZSRR) - biegi narciarskie; 4 złote medale, Eric Heiden (USA) - ły wiarstwo szybkie; 5 złotych medali, Irina Rodnina (ZSRR) - ły wiarstwo figurowe; 3 złote medale, Nikołaj Ziemiatow (ZSRR) - biegi narciarskie; 4 złote medale, Aleksander Tichonow (ZSRR) - biathlon; 4 złote medale, Maria - Lisa Hamalainen (Finlandia) - biegi narciarskie; 3 złote medale, Gunde Svan (Szwecja) - biegi narciarskie; 4 złote medale, Karin Enke-Kania (NRD) - ły wiarstwo szybkie; 3 złote medale, Thomas Wassberg (Szwecja) - biegi narciarskie; 3 złote medale, Matti Nykanen (Finlandia) - skoki narciarskie; 4 złote medale, Alberto Tomba (Włochy) - narciarstwo alpejskie; 3 złote medale, Katerina Witt (NRD) - ły wiarstwo figurowe; 2 złote medale, Ljubow Jegorowa (Rosja) - biegi narciarskie; 6 złotych medali, Vegard Ulvang (Norwegia) - biegi narciarskie; 3 złote medale, Gunda Niemann (Niemcy) - ły wiarstwo szybkie; 3 złote medale, Bjorn Daehlie (Norwegia) - biegi narciarskie; 8 złotych medali (rekordzista!), Johan Olav Koss (Norwegia) - ły wiarstwo szybkie; 3 złote medale, Jens Weissflog (Niemcy) - skoki narciarskie; 3 złote medale, Yvonne van Gennip (Holandia) - ły wiarstwo szybkie; 3 złote medale, Bonnie Blair (USA) - ły wiarstwo szybkie; 5 złotych medali, Ole Einar Bjorndalen (Norwegia) - biathlon; 5 złotych medali, Sampa Lajunen (Finlandia) - kombinacja klasyczna; 3 złote medale, Kjetil Andre Aamodt (Norwegia) - narciarstwo alpejskie; 4 złote medale, Janica Kostelic (Chorwacja) - narciarstwo alpejskie; 4 złote medale, Ricco Gross (Niemcy) - biathlon; 4 złote medale, Sven Fischer (Niemcy) - biathlon; 4 złote medale, Kati Wilhelm (Niemcy) - biathlon; 3 złote medale. Naszym marzeniem jest eby do tego wybitnego grona sportowych herosów doł czyła mieszkanka Gminu Mszana Dolna **Justyna Kowalczyk**, zawodniczka pochodzi ca z Kasiny Wielkiej jest najwi ksza medalow nadzieja polskich kibiców na XXI Zimowych Igrzyskach Olimpijskich w Vancouver. Czy Justyna doł czy to jej wybitnej galerii sportowców? Czas poka e.

The Winter Olympic Games originated as the International Week of Winter Sports, between 24th January and 5th February 1924 in the French Chamonix Mont Blanc. The competitions in the Alps were organized as an experiment, and it was only two years later that they achieved the Olympic status. In fact, Baron Pierre de Coubertin, the originator of the modern Olympic Games, fascinated with ancient Greece, was among those who opposed the idea of treating the International Week of Winter Sports as the Olympic Games. Some of the winter disciplines were already present at the Summer Olympic Games, e.g. figure skating (London 1908), and ice-hockey (Antwerp 1920). Despite different objections (e.g. the protest of the Scandinavian countries, for whom the Games were a threat to the organization of their traditional winter sports competitions), the premiere was successful and it was decided that the Olympic Games will be held every four years. A detailed history of the Winter Olympic Games is a matter beyond the scope of this folder; therefore only the greatest stars and medallists of the Olympics will be enumerated. The Olympic Games promoted such stars as: Clas Thunberg (Finland) - skating: 5 gold medals, Thorleif Haug (Norway) - cross-country skiing: 3 gold medals, Johan Grottnmsbraaten (Norway) - cross-country skiing, Nordic combined: 3 gold medals; Ivar Ballangrud (Norway) - skating: 4 gold medals, Birger Ruud (Norway) - ski-jumping: 2 gold medals, Sonja Henie (Norway) - figure skating: 3 gold medals, Hjalmar Andersen (Norway) - skating: 3 gold medals, Veikko Hakulinen (Finland) - cross-country skiing; 4 gold medals, Sixten Jernberg (Sweden) - cross-country skiing: 4 gold medals, Toni Sailer (Austria) - Alpine skiing: 3 gold medals, Lidia Skoblikowa (USSR) - skating: 6 gold medals, Eero Mantyranta (Finland) - cross-country skiing: 3 gold medals, Klaudia Bojarskich (USSR) - cross-country skiing: 3 gold medals, Jean Claude Killy (France) - Alpine skiing: 3 gold medals, Galina Kułakowa (USSR) - cross-country skiing: 4 gold medals, Ard Schenk (Holland) - skating: 3 gold medals, Raisa Smietanina (USSR) - cross-country skiing: 4 gold medals, Eric Heiden (USA) - skating: 5 gold medals, Irina Rodnina (USSR) - figure skating: 3 gold medals, Nikołaj Ziemiatow (USSR) - cross-country skiing: 4 gold medals, Aleksander Tichonow (USSR) - biathlon: 4 gold medals, Maria - Lisa Hamalainen (Finland) - cross-country skiing: 3 gold medals, Gunde Svan (Sweden) - cross-country skiing: 4 gold medals, Karin Enke-Kania (Germany) - skating: 3 gold medals, Thomas Wassberg (Sweden) - cross-country skiing: 3 gold medals, Matti Nykanen (Finland) - ski-jumping: 4 gold medals, Alberto Tomba (Italy) - Alpine skiing: 3 gold medals, Katerina Witt (Germany) - figure skating: 2 gold medals, Ljubow Jegorowa (Russia) - cross-country skiing: 6 gold medals, Vegard Ulvang (Norway) - cross-country skiing: 3 gold medals, Gunda Niemann (Germany) - skating: 3 gold medals, Bjorn Daehlie (Norway) - cross-country skiing: 8 gold medals (a record holder!), Johan Olav Koss (Norway) - skating: 3 gold medals, Jens Weissflog (Germany) - ski-jumping: 3 gold medals, Yvonne van Gennip (Holland) - skating: 3 gold medals, Bonnie Blair (USA) - skating: 5 gold medals, Ole Einar Bjorndalen (Norway) - biathlon: 5 gold medals, Sampa Lajunen (Finland) - Nordic combined: 3 gold medals, Kjetil Andre Aamodt (Norway) - Alpine skiing: 4 gold medals, Janica Kostelic (Croatia) - Alpine skiing: 4 gold medals, Ricco Gross (Germany) - biathlon: 4 gold medals, Sven Fischer (Germany) - biathlon: 4 gold medals, Kati Wilhelm (Germany) - biathlon: 3 gold medals.

It is our dream that **Justyna Kowalczyk**, the inhabitant of the Mszana Dolna Commune, joins the list of these sports heroes. She is our greatest hope for a medal during the Olympics in Vancouver. Time will show whether Justyna joins the gallery of outstanding sportsmen.



Pierwszy raz reprezentacja Polski w 9-cio osobowym składzie pojawiła się podczas "Międzynarodowego Tygodnia Sportów Zimowych" w 1924 roku we francuskim Chamonix, zawodnicy z orzełkiem na piersiach nie odnieśli oszałamiających sukcesów. Starty w następnych igrzyskach okresu międzywojennego należały do kategorii średnio udanych. Niezłe miejsca zajmowali: Bronisław Czech (5 m. w kombinacji klasycznej - 1928), Stanisław Marusarz (5 m. w konkursie skoków - 1936) czy drużyna hokeistów (4 m. w 1932), brakowało jednak medalu olimpijskiego. Dopiero w 1956 roku we włoskiej Cortina D'Ampezzo Franciszek Gro-Gsienica wywalczył pierwszy w historii medal dla Polski w Zimowych Igrzyskach Olimpijskich, był to brązowy medal w kombinacji klasycznej.

27.01.1956 Cortina D'Ampezzo Kombinacja klasyczna

1. Sverre Stenersen (Norwegia) 455,000 pkt
2. Bengt Ericsson (Szwecja) 437,400 pkt
3. **Franciszek Gro -Gsienica (Polska)** 436,800 pkt

W 1960 roku w amerykańskim Squaw Valley odnieśli sukces zdobywając dwa medale, w dodatku w jednej konkurencji (1500 m. kobiet w łyżwiarstwie szybkim). W biegu na 1000 metrów była wielka szansa na pierwsze olimpijskie złoto, niestety prowadząca Elwira Seroczyńska potknęła się tuż przed metem, więc szansa na wygraną nie została zaprezentowana. Kobieca sztafeta 3x5 km w biegu narciarskim zajmując 4. lokatę (Stefania Biegun, Helena Gsienica-Daniel, Józefa Czerniawska)

21.02.1960 Squaw Valley

Łyżwiarstwo szybkie (1500 m. kobiet)

1. Lidia Skoblikowa (ZSRR) 2:25,2
2. **Elwira Seroczyńska (Polska)** 2:25,7
3. **Helena Pilejczyk (Polska)** 2:27,1

Wydawało się, że teraz będzie z górki jeździć o medalowe zdobycze, nic z tego. Kolejne igrzyska w 1964 i 1968 roku przyniosły rezultaty poniżej oczekiwań (najlepsze wyniki: Irena Pawełczyk 4. miejsce w saneczkarstwie - Innsbruck 1964, Helena Macher 4. miejsce w saneczkarstwie - Grenoble 1968, Zbigniew Gawior 4. miejsce w saneczkarstwie - Grenoble 1968, Stanisław Szczepaniak 4. miejsce w biathlonie na 20 km w Grenoble - 1968, 4. miejsce sztafety biathlonowej Grenoble - 1968, 5. miejsce sztafety biegaczk narciarskich 3x5 km - Grenoble 1968, Andrzej Bachleda 6. miejsce w slalomie specjalnym - Grenoble 1968). W 1972 roku Zimowa Olimpiada odbywała się w japońskim mieście Sapporo, jechali tam z cichymi nadziejami na medalowy lokatę. 11 lutego 1972, ten dzień ma wymiar historyczny. Na dużej skoczni "Okurayama" wielką sensację sprawił 19-letni skoczek z Zakopanego Wojciech Fortuna, pozostawiając w pokonanym polu niemal stu procentowego faworyta gospodarzy Yukio Kasaya. Nasz zawodnik wygrywa zawody, równocześnie nie zdobył dla Polski jedynego do tej pory złotego medalu olimpijskiego w sportach zimowych. Warto zwrócić uwagę i tutaj na redniej skoczni był w czołówce zajmując wysokie 6. miejsce.

11.02.1972 Sapporo

Skoki narciarskie (duża skocznia "Okurayama")

1. **Wojciech Fortuna (Polska)** 111,0 m 87,5 m 219,9 pkt
2. Walter Steiner (Szwajcaria) 94,0 m 103,0 m 219,8 pkt
3. Rainer Schmidt (NRD) 98,5 m 101,0 m 219,3 pkt

The Polish team of 9 members first took part in the International Week of Winter Sports in 1924 in the French Chamonix. The team did not achieve any outstanding results; the starts in the next mid-war Olympic Games were also not particularly successful. Average success was achieved by Bronisław Czech (5th place in the Nordic combined - 1928), Stanisław Marusarz (5th place in ski-jumping - 1936), and the hockey team (4th place in 1932), yet no medals were won. As late as in 1956, in the Italian Cortina D'Ampezzo, Franciszek Gro-Gsienica won the first Olympic bronze medal for Poland in the Nordic combined.

27.01.1956 Cortina D'Ampezzo Nordic combined

1. Sverre Stenersen (Norway) 455,000 pts
2. Bengt Ericsson (Sweden) 437,400 pts
3. **Franciszek Gro -Gsienica (Poland)** 436,800 pts

In 1960 in Squaw Valley in the USA, we achieved an outstanding success by winning two medals in one event (1500m in women speed skating). Also in 1000m race we had a chance for a gold medal - unfortunately, Elwira Seroczyńska, who was the leader, stumbled just before the finish, thus losing the chance for winning. Also the women 3 x 5km relay in cross-country skiing had a good start, winning 4th place (Stefania Biegun, Helena Gsienica-Daniel, Józefa Czerniawska).

21.02.1960 Squaw Valley speed skating (1500 m. women)

1. Lidia Skoblikowa (USSR) 2:25,2
2. **Elwira Seroczyńska (Poland)** 2:25,7
3. **Helena Pilejczyk (Poland)** 2:27,1

It seemed that more successful achievements would follow, yet the reality proved different. The next Olympic Games in 1964 and 1968 brought results below expectations (the best results being the 4th place in sledging by Irena Pawełczyk - Innsbruck 1964, 4th place in sledging by Helena Macher - Grenoble 1968, 4th place in sledging by Zbigniew Gawior - Grenoble 1968, 4th place in 20km biathlon by Stanisław Szczepaniak - Grenoble 1968, 4th place by biathlon relay - Grenoble 1968, 5th place by 3 x 5km cross-country skiing relay - Grenoble 1968, 6th place by Andrzej Bachleda in slalom - Grenoble 1968). In 1972, the Winter Olympics took place in Sapporo, Japan. The Polish team participated in the Games with a hope for medals. 11th February 1972 is a historical date for us, as on that day, Wojciech Fortuna, a 19-year old ski-jumper from Zakopane, made a great jump at the "Okurayama" high jump, leaving Yukio Kasaya, the nearly certain winner, far behind. Our contestant won the one and only gold medal that Poland has so far achieved. It is worth noting that he was among the leaders also at the medium jump, taking the high 6th place.

11.02.1972 Sapporo

Ski-jumping (high jump "Okurayama")

1. **Wojciech Fortuna (Poland)** 111,0 m 87,5 m 219,9 pts
2. Walter Steiner (Switzerland) 94,0 m 103,0 m 219,8 pts
3. Rainer Schmidt (Germany) 98,5 m 101,0 m 219,3 pts



Zimowe igrzyska w następnych latach sprowadzały się do pozbywania się złudzeń co do olimpijskich kraków. Innsbruck 1976 bardzo słabo (najwyższa pozycja 6 miejsce hokeistów), Lake Placid 1980 tutaj wielkie nadzieje wiązano z Józefem Łuszczkiem, mistrzem świata w biegach narciarskich. Skończył się na 5-tym miejscu w biegu na 30 km oraz 6-tym na 15 km, warto jeszcze zwrócić uwagę na 5-te miejsce panczenistki Erwiny Ry-Ferens w biegu na 3000 metrów (powtórzył ten wyczyn 8 lat później w Calgary). Sarajewo 1984 - ponownie najlepszym osiągnięciem jest 5 lokata Łyżwiarki szybkiej Erwiny Ry-Ferens tym razem w biegu na 1500 metrów, do przyzwoitych rezultatów należy zaliczyć 6 miejsce na alpejskim stoku Małgorzaty Tlałka w slalomie specjalnym. W 1988 roku w Calgary najwięcej pociechy mamy z Łyżwiarza figurowego Grzegorza Filipowskiego, który w programie solistów zajmuje 5-te miejsce. Rok 1992 Albertville, najlepsza lokata to zaledwie 8-me miejsce dwuboisty klasycznego Stanisława Ustupskiego. Za w norweskim Lillehammer 1994 mamy medalowy szans panczenisty Jaromira Radtke, niestety niemal tradycyjnie musimy zadowolić się miejscem za podium (5 lokata w biegu na 10000 metrów). 1998 powrót do Japonii, tym razem igrzyska odbywają się w Nagano. Znowu najlepszą lokatą jest 5 miejsce; Andrzej Bachleda junior w kombinacji alpejskiej oraz sztafeta biathlonistów z naszymi krajami brał mi Ziemianinami, to apogeum osiągnięć w "Kraju Kwitnącej Wiśni". Miłośniczka niespodzianek sprawiła Anna Stera zajmując w biathlonowym biegu na 7,5 km wysokie 6-te miejsce. W 2002 roku igrzyska odbywają się w Salt Lake City, stolicy amerykańskiego stanu Utah. W Polsce w najlepszą trwa "małyszomania", takiego faworyta do olimpijskich medali nie mieliśmy jeszcze w historii. Adam Małysz wspólnie ze Svenem Hannawaldem jest zdecydowanym faworytem w konkursie skoków narciarskich i duży obiekt. Niestety dla nas szyki faworytom krzyżuje nikomu nieznanemu Szwajcarowi Simon Ammann, który wygrywa oba indywidualne konkursy. Na pocieszenie po 30 latach znowu się gamy po olimpijski medal, mimo braku złota jest się z czego radować. Bardzo blisko medalu była snowboardzistka Jagna Marczałajtis, która w slalomie gigantycznym zajęła 4 miejsce.

10.02.2002 Salt Lake City Skoki narciarskie (średnia skocznia)

1. Simon Ammann (Szwajcaria) 269,0 pkt
2. Sven Hannawald (Niemcy) 267,5 pkt
3. **Adam Małysz (Polska)** 263,0 pkt

13.02.2002 Salt Lake City Skoki narciarskie (duża skocznia)

1. Simon Ammann (Szwajcaria) 281,4 pkt
2. **Adam Małysz (Polska)** 269,7 pkt
3. Matti Hautamaeki (Finlandia) 256,0 pkt

Rok 2006 to już całkiem bliskie okolice, igrzyska odbywają się w Turynie, stolicy włoskiego Piemontu. Przywozimy dwa jakże cenne medale; "srebro" biathlonisty Tomasza Sikory oraz "brąz" naszej wielkiej nadziei w biegach narciarskich Justyny Kowalczyk. 5 miejsce zajmuje Krystyna Pałka w biathlonowym biegu na 15 km, również na tym miejscu koło zawodów ekipa skoczków narciarskich w konkursie drużynowym na dużej skoczni.

24.02.2006 Turyn - Pragelato Biegi narciarskie kobiet (30 km stylem dowolnym ze startu wspólnego)

1. Katerina Neumannova (Czechy) 1:22:25,4
2. Julia Czepałowa (Rosja) 1:22:26,8
3. **Justyna Kowalczyk (Polska)** 1:22:27,5

25.02.2006 Turyn - Cesena San Sicario Biathlon (bieg masowy mężczyzn na 15 km)

1. Michael Greis (Niemcy) 47:20,0 (1)
2. **Tomasz Sikora (Polska)** strata 6,3 s. (1)
3. Ole Einar Bjoerdalen (Norwegia) strata 12,3 s. (3)

The Winter Olympic Games in the following years were not in any way successful for our country. In Innsbruck in 1976, our contestants achieved weak results (the highest was the 6th place of the hockey team), in Lake Placid in 1980, Józef Łuszczak was 5th in 30km cross-country skiing, and 6th in the 15km race. Erwina Ry-Ferens was 5th in 3000 speed skating (the success she repeated 8 years later in Calgary).

In Sarajewo in 1984, the best result among the Polish team belonged also to Erwina Ry-Ferens, who was 5th in 1500 speed skating. Also Małgorzata Tlałka's result (6th place in slalom) deserves mentioning. In 1988 in Calgary, the best result was achieved by Grzegorz Filipowski, a figure skater, who won 5th place. In 1992 in Albertville, the best result was the 8th place of Stanisław Ustupski in the Nordic combined. In 1995 in Lillehammer, Jaromir Radtke won 5th place in the 10000m speed skating. In 1998 in Nagano, Japan, it was again the 5th place that was our best result - Andrzej Bachleda Jr. was 5th in the Nordic combined, and the biathlon relay also won 5th place there. Also the 6th place of Anna Stera in 7.5km biathlon race was a nice surprise. In 2002, the Games took place in Salt Lake city, the capital of the Utah State. It was the Polish ski-jumper Adam Małysz that, together with Sven Hannawald, was the favourite in the competition at both the high and the medium jumps. Unfortunately, it was the relatively unknown Simon Ammann from Switzerland who won both competitions. Yet, we were still happy with the brown and silver medals for Małysz, despite the lack of gold. Also Jagna Marczałajtis, a snowboarder, who was 4th in giant dual slalom, was close to winning a medal.

10.02.2002 Salt Lake City Ski jumping (medium jump)

1. Simon Ammann (Switzerland) 269,0 pts
2. Sven Hannawald (Germany) 267,5 pts
3. **Adam Małysz (Poland)** 263,0 pts

13.02.2002 Salt Lake City Ski jumping (high jump)

1. Simon Ammann (Switzerland) 281,4 pts
2. **Adam Małysz (Poland)** 269,7 pts
3. Matti Hautamaeki (Finland) 256,0 pts

In 2006, the Olympic Games took place in Turin, Italy. We brought two medals from these Games: Tomasz Sikora's silver medal in biathlon, and Justyna Kowalczyk's brown medal in cross-country skiing. Krystyna Pałka was 5th in 15km biathlon race. Also our ski-jumping team was 5th in the high jump competition.

24.02.2006 Turin - Pragelato

Women cross-country skiing (30 km freestyle mass start race)

1. Katerina Neumannova (Czech Republic) 1:22:25,4
2. Julia Czepałowa (Russia) 1:22:26,8
3. **Justyna Kowalczyk (Poland)** 1:22:27,5

25.02.2006 Turin - Cesena San Sicario

Biathlon (15km men mass start)

1. Michael Greis (Germany) 47:20,0 (1)
2. **Tomasz Sikora (Poland)** 6,3 s loss (1)
3. Ole Einar Bjoerdalen (Norway) 12,3 s loss (3)



Tabela medalowa Zimowych Igrzysk Olimpijskich 1924 - 2006
Winter Olympic Games Medal Table 1924-2006

1. Rosja	120 złotych	87 srebrnych	86 br zowych	=	293 medale
ZSRR	78 złotych	57 srebrnych	59 br zowych	=	194 medale
WNP	9 złotych	6 srebrnych	8 br zowych	=	23 medale
Rosja	33 złote	24 srebrne	19 br zowych	=	76 medali
2. Niemcy	118 złotych	116 srebrnych	94 br zowe	=	328 medali
NRD	39 złotych	36 srebrnych	35 br zowych	=	110 medali
RFN	11 złotych	15 srebrnych	13 br zowych	=	39 medali
Niemcy	68 złotych	65 srebrnych	46 br zowych	=	179 medali
3. Norwegia	98 złotych	98 srebrnych	84 br zowe	=	280 medali
4. USA	78 złotych	80 srebrnych	58 br zowych	=	216 medali
5. Austria	51 złotych	64 srebrne	70 br zowych	=	185 medali
...22. Polska	1 złoty	3 srebrne	4 br zowe	=	8 medali

W tabeli sklasyfikowano zaledwie 38 krajów

Krótko podsumowuj c nasuwa si niezbyt radosny wniosek, 86 lat startów i zaledwie 8 kr ków olimpijskich. Dorobek polskich reprezentantów jest bardzo skromny, eby nie powiedzie mizerny. C6 ... lata zaniedba robi swoje, brak bazy, brak szkolenia itd . Pozostaje wierzy e najbli sze sezony b d nale e do Justyny Kowalczyk co pomo e nam wyra nie podskoczy w medalowej hierarchi. Na koniec refleksja kibica sportowego; mam nadziej e Justyna doczeka si godnych nast pców którzy b d przynosi chwał i medale polskiemu sportowi, a tak e sprawi wielk rado polskim kibicom rozsianym po całym wiecie.

Only 38 countries were classified in the table.

In 86 starts in the Olympic Games the Polish contestants won only 8 medals - their achievements are not impressive. The blame can be put on the lack of sports bases, lack of proper training, etc. We can only believe that the coming season will belong to Justyna Kowalczyk and that she will help us improve the medal hierarchy. We also deeply hope that Justyna will have notable successors, who will bring fame and medals to the Polish sport, and will bring happiness to the Polish supporters all over the world.





Justyna Kowalczyk jest zawodniczką, która w świecie sportu ma wyrobioną markę, jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych polskich sportowców. Zawodniczka z Kasiny Wielkiej swoją pozycję zawdzięcza: talentowi, ciężkiej pracy, charakterowi i oraz swojej osobowości; w polskiej rzeczywistości jest gwiazdą pierwszej wielkości. Jako mieszkałkini jej rodzinnych stron talent Justyny dostrzegli my już na początku obecnej dekady, wtedy odbywało się to bez medialnego zgiełku. Już w 2004 roku po wywalczeniu przez nią dwóch tytułów Młodzieży owej Mistrzyni świata w amerykańskim Soldier Hollow została powitana w rodzinnych stronach w glorii wielkiej mistrzyni sportu, uroczysto zorganizowana na jej cześć, jak się potem okazało, na stałe weszła do kalendarza obchodów "wielkich sukcesów sportowych naszej zagórzskiej ambasadorki". Choć w roku 2004 jeszcze nikt się nie spodziewał, że na naszym terenie wychowała się wielka światowa gwiazda biegów narciarskich, sukcesy, które w ostatnich latach osiągnęła Justyna były dotychczas nie notowane.

My mieszkańcy i kibice z Gminy Mszana Dolna mamy to szczęście i w odpowiednim czasie i w odpowiednim miejscu, nie da się ukryć, wiele osób w kraju, poza granicami, zazdrości nam takiego "skarbu". W roku 2005 Justyna przeżywała ciężki okres, otrzymała karę dwuletniej dyskwalifikacji za rzekomy doping. Na szczęście Trybunał Arbitrażowy przy MKOl w Lozannie skrócił karę do dziewięciu miesięcy, co pozwoliło na olimpijski start w Turynie. Faktycznie Justyna zażyła lek przeciwbólowy, który był na liście substancji zakazanych, niemniej, gdyby wcześniej Polski Związek Narciarski zgłosił ten fakt do komisji medycznej FIS-u, nie byłoby żadnej afery. Tak naprawdę nikt z nas nie wierzył, że Justyna stosowała zabronione środki, sensacyjne w tym podsycała przede wszystkim brukowa prasa, wywołując zyski z wyszukiwania różnych "brudów". Czuliśmy się w obowiązku przy naszej zawodniczkę i wspieraliśmy ją podczas igrzysk w Turynie (Pragelato). Na te okoliczności zakupiliśmy: kurtki, szaliki, flagi, czapki oraz inne akcesoria związane z kibicowaniem, chcemy czy niechcemy w ten sposób narodził się "Fanklub Justyny Kowalczyk". Do Turynu pojechaliśmy my w ośmioosobowym gronie na czele z rodzicami (pani Janiną i panem Józefem Kowalczykami) oraz Wójtem Gminy Mszana Dolna Tadeuszem Patalitą. Akurat przyszło nam dopingować krajankę podczas nieszczerliwego dla niej biegu na 10 km stylem klasycznym, jak pamiętam Justyna doznała omdlenia na trasie. Kilka dni później wróciliśmy do kraju pełni żałobienia, czy aby ze zdrowiem zawodniczkę wszystko w porządku?

Justyna Kowalczyk is one of the most popular and widely recognized Polish sportswomen. Justyna, the contestant from Kasina Wielka, owes her position to great talent, hard work, strong character and her great personality. She is undoubtedly one of the greatest individualities among Polish sportsmen. As the inhabitants of her home region, we noticed Justyna's talent already at the beginning of this decade, at the time she was not yet known in the media. In 2004, after she had won the World Junior Champion title in Soldier Hollow in the USA, she was warmly welcomed as a great sports champion in the commune. The celebration of her great sports achievements has become a stable event in the calendar of the events organized in our region. Back in 2004 nobody really expected that we have such a great sportswoman in our region; no one has yet achieved so many outstanding results in the discipline in Poland.

We, her supporters and the inhabitants of the Mszana Dolna Commune, are lucky to live in the appropriate times and at the appropriate place, as many people here and abroad undoubtedly envy us such a treasure. The year 2005 was particularly difficult for Justyna - she was disqualified for two years on the grounds of doping. Fortunately, the Arbitration Committee by the International Olympic Committee in Lausanne shortened the penalty to 9 months, which made the start in Turin possible for Justyna. As far as the doping is concerned, Justyna indeed took dexamethasone - a prohibited painkiller. Yet, had the Polish Skiing Association reported this fact to the FIS Medical Commission earlier, the unpleasant incident would not have taken place. The truth is that nobody really believed that Justyna took prohibited substances - the sensational stories were spread by the tabloid press. We felt obliged to support our contestant and stand by her during the Olympics in Turin (Pragelato).

For this particular occasion we bought coats, scarves, flags, caps, and other accessories, and thus the fan club of Justyna Kowalczyk was created. We went to Turin as an eight-person group, with Justyna's parents (Janina and Józef Kowalczyk) and with Tadeusz Patalita, the leader of the Mszana Dolna Commune. We supported Justyna during an unfortunate race for her - the 10km classic style race - during which she fainted. A few days later, we were coming back to Poland still worrying about her health.





Atmosfera smutku trwała do 24 lutego 2006, wtedy to niespodziewanie Justyna wywalczyła brązowy medal w biegu na 30 km stylem dowolnym ze startu wspólnego. Radość ci nie było kożca, wszak to pierwszy medal olimpijski wywalczony przez zawodniczkę wywodzącą się z Gminy Mszana Dolna. Prawdę powiedziawszy dopiero po tym biegu **Justyna Kowalczyk** stała się osobą rozpoznawalną i rozchwytywaną w całym rodzinnym kraju, zupełnie zasłużyła... Kibicowanie weszło nam w krew, oprócz nieudanych mistrzostw świata w Sapporo byliśmy na wszystkich ważnych wydarzeniach związanych ze startami **Justyny Kowalczyk**. Zaliczyliśmy: Finały Pucharu Świata w Bormio - Santa Caterina (2008), Falun (2009), obecni byliśmy przy wszystkich zawodach cyklu Tour de Ski w siedmiu Czechach. Oczywiście największe wrażenie wywarły na nas ubiegłoroczne Mistrzostwa Świata w narciarstwie klasycznym w Libercu, do zawodów tych nasza grupa przygotowała się niezwykle profesjonalnie. Do Czech udała się blisko 200-osobowa wielobarwna grupa "wyznawców" Justyny, to najwięksi i najbardziej fanatycy, którzy trzykrotnie w ciągu tygodnia przebyli pięćset kilometrów odległość od Gminy Mszana Dolna do Liberca. Już nie tylko szalik, czapki czy torby były na wyposażeniu fan klubu, przede wszystkim wyprodukowali my folder poświęcony naszej wielkiej gwiazdzie. Był to przysłowiowy strzał w dziesiątkę, cały tysiącny nakład rozszedł się w ciągu dwóch godzin. Przed imprezami uszyliśmy sobie ciepłe polary z wizerunkiem Justyny, co w bardzo charakterystyczny sposób wyróżniało naszą grupę spośród kibiców innych nacji. Do Vancouver wybieraliśmy się zdecydowanie mniejsza ekipa, bo i daleko i koszty droższe. Cioczek tam był dopingowa Justyna nie ma najmniejszych wątpliwości, cioczek stanął się wiadomością wydarzeń bez precedensu. W historii polskich występów na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich jeszcze nie mieliśmy tak mocnego kandydata do olimpijskich laurów. W przeciwieństwie do Justyny my kibice nie zamierzamy się zabezpieczyć, mocno wierzymy w siebie i to właśnie dzięki chwili ze wspomnianym (medalowym!) zakończeniem. Na koniec wypada z imienia i nazwiska wymienić członków kibicowskiej ekipy pod przewodnictwem **Justyny Kowalczyk**; a więc wójta Tadeusza Patalitę, Czesław Stolek, Andrzej Marek Skolarus, Leszek Kozak, Piotr Patalita oraz Rafał Kubowicz - czyli ludzie bezgranicznie oddani sportowej pasji.

Yet, unexpectedly, on 24th February 2006, she won a bronze medal in 30km freestyle mass start race. We were all extremely happy, as it was the first Olympic medal won by a contestant from the Mszana Dolna Commune. It was after this achievement that **Justyna Kowalczyk** became recognized in the country. We accompanied **Justyna Kowalczyk** in all her major starts: in the World Cup Finals in Bormio - Santa Caterina (2008), in Falun (2009), and in Tour de Ski competitions in the Czech Republic. Of course, the last year's World Championships in Liberec belonged to the most impressive, as our team was professionally prepared to these competitions. A nearly 200-person group of supporters went to the Czech Republic. It were not only scarves, caps and trumpets that constituted the equipment of our team, but we also had a folder which was devoted to our champion. The folder proved to be a great success - the entire edition of 1000 copies was circulated within less than 2 hours. We also had jackets with Justyna's image, thanks to which our team stood out against the supporters from other countries. A relatively smaller group of supporters is going to Vancouver, as the cost and distance are a lot greater. Those who are going to support Justyna there will no doubt witness unprecedented events. We have not yet had such a strong candidate for the Olympic medals in the history of the Winter Olympic Games. We deeply believe that we will experience beautiful moments with an amazing conclusion. The team which is going to support Justyna Kowalczyk in Canada comprises the following persons: Tadeusz Patalita (commune leader), Czesław Stolek, Andrzej Marek Skolarus, Leszek Kozak, Piotr Patalita, and Rafał Kubowicz - all passionate supporters of sports competitions.





Gmina Mszana Dolna to bardzo atrakcyjny teren położony w Beskidzie Wyspowym (górskie pasmo Karpat Zachodnich) na południu Polski, mieszczący w odległości 50 km od Krakowa, Zakopanego i Nowego Sącza. To właśnie stąd z Kasiny Wielkiej wywodzi się najlepsza w chwili obecnej biegaczka narciarska na świecie Justyna Kowalczyk, tutaj pierwsze kroki stawiali znani biathloniści Jan i Wiesław Ziemianinowie oraz biegaczki narciarskie Halina Nowak-Guśka i Helena Mikołajczyk-Kuczaik. W przeszłości wszyscy ci zawodnicy zaliczyli po kilka startów na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich, by może nie odnieśli oszałamiających sukcesów ale godnie reprezentowali Polskę na najwyższym poziomie imprezie czterolecia. "Ilu ich jeszcze mogło być?" - często zadajemy sobie to pytanie. Kasina Wielka, Kasinka Mała i okolice to kwatera sportowych talentów, problem polega na braku odpowiedniej bazy sportowej. W ostatnich latach wiele się pod tym względem zmieniło. Powstały sale sportowe, wybudowano i zmodernizowano boiska piłkarskie, wybudowano kilka boisk ze sztuczną nawierzchnią i oświetleniem co pozwala korzystać z obiektów do późnych godzin wieczornych. Mimo tych sukcesów jakby czegoś brakowało, chyba najlepiej oddała ten fakt nasza wielka mistrzyni Justyna Kowalczyk która w jednym z ostatnich wywiadów stwierdziła "Przyjeżdżam do rodzinnej miejscowości na święta Bożego Narodzenia i powstaje problem bo nie mam gdzie założyć nart". Konkluzją tego tekstu jest niezwykle prosta i wyrazista brakuje nam tras do narciarstwa biegowego. Problem ten dotyczy całego regionu, wstyd byłoby mistrzyni świata w biegach narciarskich w całym województwie małopolskim (podczas pobytu w rodzinnych stronach) nie miała gdzie potrenować na nartach. Już w roku 2008 Wójt Gminy Mszana Dolna Tadeusz Patalita przekonywał do budowy Małopolskiego Centrum Narciarstwa Klasycznego i Biathlonu pod górą Lubogoszcz pomiędzy miejscowościami Kasinka Mała (Zagródce) a Kasina Wielka. Pomysł zyskał akceptację Ministra Sportu Mirosława Drzewieckiego oraz Marszałka Województwa Małopolskiego Marka Nawary. Swoje poparcie udzielił Zarząd Polskiego Związku Narciarskiego z prezesem Apoloniuszem Tajnerem na czele (prezes osobiście kilkakrotnie przemierzał tereny wskazane pod inwestycję) oraz Polski Związek Biathlonu z prezesem związkowym rektorem katowickiej AWF prof. Zbigniewem Wańkiewiczem.

The Mszana Dolna Commune is an attractive area located in the Beskid Wyspowy (a mountain range of the West Carpathian Mountains) in the south of Poland, 50km away from Kraków, Zakopane and Nowy Sącz. It is from here, from Kasina Wielka, that Justyna Kowalczyk comes, at present the best cross-country skier. It was also here that the first steps in biathlon were taken by Jan and Wiesław Ziemianin and by cross-country skiers Halina Nowak-Guśka and Helena Mikołajczyk-Kuczaik. All those contestants participated in the Winter Olympic Games in the past. They may not have achieved outstanding results but they duly represented Poland at this important event. "How many more could there be?" - is a question we often ask ourselves. Kasina Wielka, Kasinka Mała and the surrounding areas are the breeding ground for new sports talents. The main problem is the lack of an appropriate sports base. Unfortunately, not much has changed in the last few years. Sport halls and football pitches have been built or modernized, and a few football pitches with artificial surface and lighting have also been created, which has made them available for use until late in the evening. Yet, despite these achievements, there are still some shortages, which was well pointed out by Justyna Kowalczyk, our greatest champion, who stated in one of the interviews: "When I visit my home town during Christmas I have nowhere to train." This obviously points to the lack of cross-country skiing routes in the area. The problem applies to the whole region. It is indeed a shortcoming that the world champion in cross-country skiing should not have a place to train in the whole Voivodeship of Małopolska. Already in 2008, Tadeusz Patalita, the leader of the Mszana Dolna Commune, proposed to establish the Małopolska Centre of Biathlon and Nordic Skiing at the Lubogoszcz Mountain between the villages of Kasinka Mała (Zagródce) and Kasina Wielka. This proposal gained acceptance of the Minister of Sports Mirosław Drzewiecki and of the Marshal of the Małopolskie Voivodeship Marek Nawara. Also the Polish Skiing Association with Apoloniusz Tajner, its president, and the Polish Biathlon Association with its president Professor Zbigniew Wańkiewicz, rector of the Academy of Physical Education in Katowice, expressed their support for the idea (Apoloniusz Tajner has himself visited the investment areas a few times).





Mamy wiadomo e taki O rodek nie powstanie w ci gu roku czy dwóch lat (na razie gotowa jest koncepcja), jest to ci ka i mudna praca wielu oddanych ludzi. Fenomen **Justyny Kowalczyk** powoduje i budowa tras narciarskich jest dla nas priorytetem, marzy si nam si stadion biegowy i biathlonowy, 4 p tle do biegania (1 km, 2,5 km, 3,75 km, 5 km), trasa nartorolkowa, zaplecze medialne, parkingi itd... W perspektywie ju cieszy nas widok całej rzeszy amatorów narciarstwa biegowego przemierzaj cych le ne dukty pod Lubogoszcz , w tym kontek cie my limy te o naszej utalentowanej narciarsko młodzie y, która b dzie mogła trenowa na poziomie rówie ników z innych krajów. Lokalizacja tras wraz z zapleczem jest wr cz idealna; blisko popularnej "zakopianki" (droga mi dzynarodowa E 77), blisko aglomeracji l skiej i krakowskiej. Du ym atutem jest stosunkowo niewielka odległo do lotniska w podkrakowskich Balicach, co w przypadku organizacji mi dzynarodowych zawodów (np. Puchar wiata) ma du e znaczenie. W krajach alpejskich czy skandynawskich takie dywagacje wywołuj zapewne u miech politowania, wszak u nich to rzecz normalna e istniej trasy do narciarstwa klasycznego czy narciarstwa alpejskiego. Do tej pory w Polsce było tak e próba stworzenia o rodka sportów zimowych (narciarstwo klasyczne) poza znanymi kurortami była skazana na pora k a szanse realizacji koncepcji i planów były traktowane przez wysoko postawionych notabli jak przysłowiowy "Lot z motyk na ksi yc". Na koniec wypada wyrazi nadziej e za kilka lat powitamy z zagórza sk go cinno ci wytrawnych kibiców narciarstwa klasycznego ze Skandynawii oraz innych zak tków Europy. eby mogli podziwia nie tylko pi kno naszej przyrody, ale te peñ dramaturgii walk na narciarskich trasach w rodzinnych stronach **Justyny Kowalczyk**.

We are aware of the fact that such a centre cannot be created in a year or two (there is only a conception now), and requires hard and laborious effort of many people. The phenomenon of Justyna Kowalczyk, however, makes the construction of cross-country skiing routes a priority for us. Our plans are far-reaching and include a biathlon and cross-country skiing stadium, four loops for running (1 km, 2,5 km, 3,75 km, 5 km), a grass-skiing route, a media centre, parking lots, etc. Such base would certainly attract many enthusiasts of cross-country skiing, especially among the youth, who would be able to train at a level similar to their peers from other countries. The location of the routes seems to be perfect - close to the popular international road E 77 (the so-called Zakopianka), and close to the agglomeration of Silesia and Kraków. A further advantage is the relative vicinity of the Kraków Balice Airport, which, in the case of international competitions (e.g. the World Cup), is rather significant. In Alpine and Scandinavian countries such reflections may seem uncommon, as the presence of alpine or cross-country routes is obvious. In Poland, however, any attempts at creating a winter sports base (for Nordic skiing) outside the popular winter centres have so far been doomed to failure, and the chances for the realization of the concepts and plans have been treated as deeply unrealistic by the authorities. As a final point, it would seem right to express our hopes that in a few years' time we will be able to welcome here the enthusiasts of Nordic skiing from Scandinavia and other European regions, so that they have a chance to admire not only the beauty of our nature, but also fierce competition along the skiing routes in the home region of **Justyna Kowalczyk**.





Mało kto wie, że celem bardzo ciekawej wycieczki oraz miejscem przyjemnego i taniego wypoczynku z dala od zgiełku może być właśnie ta Gmina, przez którą zazwyczaj jedynie się przejeżdża. Gmina Mszana Dolna, bo o niej tutaj mowa, przyciąga nie tylko górzystym ukształtowaniem terenu (liczne szczyty Gorców oraz Beskidu Wyspowego), ale i pięknym, czystym górskim powietrzem, kusząc szmaragdową zielenią łąk, zabytkami, lokalnym folklorem i tradycyjną polską gościnnością. W skład Gminy Mszana Dolna wchodzi 9 wiosek (Glisne, Kasina Wielka, Kasinka Mała, Lubomierz, Łętowe, Łostówka, Mszana Górna, Olszówka, Raba Niwna), w których znaleźć można wiele kościołów, dworców, zabytkowych kapliczek czy wiejskich zagrod; z każdym z tych miejsc wiąże się bardzo ciekawa historia. Gmina Mszana Dolna może być celem interesującej wycieczki pieszej; skusi może bliskość Gorczańskiego Parku Narodowego, który jest wyznaczonym miejscem dla turystów i spacerowiczów. Nasza gmina jest również doskonałym punktem wypadowym na pobliskie wzniesienia i szczyty; wiele z nich położonych jest powyżej 1000 m n.p.m.: Wilin, Jasie, Lubo Wielki, Nieńca, Jaworzynka i Kudło. Na każdym z nich prowadzi oznakowane szlaki turystyczne o różnym stopniu trudności. Osobom preferującym jazdę rowerową oferujemy sieć ścieżek rowerowych umożliwiających wygodne poruszanie się tym rodzajem transportu po terenie całej gminy i okolicy. Z przyjemnością zaspokoimy potrzeby osób wybierających aktywny wypoczynek o charakterze sportowo-rekreacyjnym. W sezonie zimowym czynne są tutaj dwa wyciągi narciarskie: Stacja Narciarska "Nieńca" w Kasinie Wielkiej oraz "Ski-Lubomierz" w Lubomierzu.

Na długo sezonu zimowego wpływa utrzymująca się tu prawie 5 miesięcy pokrywa śnieżna. Okoliczne wzniesienia i stoki są doskonałymi terenami do uprawiania narciarstwa zjazdowego i biegowego. To właśnie te warunki sprawiły, że Gmina Mszana Dolna stała się kolebką sportów zimowych. Nazwiska olimpijczyków, takie jak: Justyna Kowalczyk - Brzoza Medalistka Igrzysk Olimpijskich w Turynie, najwybitniejsza polska zawodniczka w sportach zimowych; bracia Jan i Wiesław Ziemianinowie; Halina Nowak-Guła, czy Helena Mikołajczyk, mówią same za siebie. Mając taki potencjał w warunkach klimatycznych, ukształtowaniu terenu i ludziach Gmina Mszana Dolna planuje stworzenie na swoim terenie ośrodka sportów zimowych dla narciarstwa klasycznego. Ale nie tylko z dyscyplin sportowych słynie nasza Gmina. Stąd pochodzi znany oszczepnik - Michał Waclawik oraz czołowy polski zawodnik w sportach motorowych, uczestnik "sześciodniówki motocyklowej" - Wacław Skolarus.

Gmina Mszana Dolna położona w niedalekiej odległości od takich miejscowości jak Kraków czy Zakopane, a jednocześnie z dala od tłumów, zgiełku, i wysokich cen - zjawisk tak charakterystycznych dla popularnych kurortów - stanowi dobrą alternatywę dla osób o mniejszej zasobności portfela. Ta gmina jest również idealnym miejscem do realizacji inwestycji o charakterze turystycznym, wypoczynkowym i rekreacyjnym. Nie tylko dogodnie położenie, dobry stan infrastruktury technicznej i wolne tereny, ale i gościnni i zaradni mieszkańcy, którzy chętnie włączają się w inicjatywy lokalne przyczyniając się do dynamicznego rozwoju naszej Małej Ojczyzny. Zachęcam zatem inwestorów do lokowania tu swoich przedsięwzięć. Warto wykorzystać walory, którymi dysponuje Gmina Mszana Dolna. Tym, którzy odwiedzą Gminę Mszana Dolna, aby spotkanie to pozostało w ich pamięci. Mam nadzieję, że wszyscy korzystają z zaproszenia zatrzymają się u nas na dłużej, przysparzając korzyści i satysfakcji sobie, oraz naszej zagorzańskiej ziemi.

Tadeusz Patalita
Wójt Gminy Mszana Dolna

Few people expect that the municipality which one as a rule only passes by, is in itself a place for an interesting excursion and a pleasant and inexpensive rest, far from the madding crowd. The Mszana Dolna municipality may attract not only with its mountainous terrain (many tops of the Gorczy Mountains and the Beskid Wyspowy), but also with a beautiful countryside, clean mountain air, captivating emerald greenness of the meadows, with its monuments, the local folklore and with the traditional Polish hospitality. The municipality comprises 9 villages (Glisne, Kasina Wielka, Kasinka Mała, Lubomierz, Łętowe, Łostówka, Mszana Górna, Olszówka, Raba Niwna), in which one can come across many churches, manor houses, chapels and/or village homesteads, all of which offer a rich history.

The Mszana Dolna municipality is a fine place for making walking tours, owing to the vicinity of the Gorczy National Park - an excellent area for tourists and walkers. Our municipality is also a perfect base for exploring the nearby hills and tops, many of which lie over 1000m above the sea level: Wilin, Jasie, Lubo Wielki, Nieńca, Jaworzynka and Kudło. All these tops can be reached with walking trails of various degrees of difficulty.

For those who prefer cycling, a network of cycling routes has been established, thus enabling a comfortable ride through the whole municipality and its area.

Our municipality also fulfills the needs of those who prefer active leisure. Two ski lifts invite tourists in the winter season: Skiing Station "Nieńca" in Kasina Wielka and "Ski-Lubomierz" in Lubomierz.

The snow cover lying here for nearly 5 months additionally prolongs the winter season. Local hills and slopes form perfect terrains for downhill and cross-country skiing. Due to these conditions, the municipality has become the base of winter sports. Olympians such as Justyna Kowalczyk - the brown medalist of the Olympic Winter Games in Turin, the most outstanding Polish contestant in winter sports; brothers Jan and Wiesław Ziemianinowie; Halina Nowak-Guła, or Helena Mikołajczyk, all constitute names in themselves. With such a potential present in climatic conditions, the shape of the terrain and the local government, the municipality is planning to establish a winter sports centre of Nordic skiing. Yet it is not only winter sport disciplines that our municipality is famous for. A well known javelin thrower Michał Waclawik and Wacław Skolarus - the leading Polish contestant in motor sports, the participant of the so-called "six-day motorcycling" event, come from the region.

The Mszana Dolna municipality is located close to such city areas as Kraków and Zakopane, but still far from the crowd, noise and high prices - the phenomena characteristic of popular holiday resorts - which makes the municipality a perfect place for those who prefer low-cost holidays.

The municipality is an ideal place for investments in the tourist, leisure and recreation industries. It is not only the perfect location, good conditions of the infrastructure and free terrains, but also hospitable and resourceful inhabitants, who willingly participate in local initiatives that contribute to the dynamic development of our municipality. I therefore encourage investors to locate their enterprises here - it is useful to explore the values offered by the Mszana Dolna municipality.

I wish those who visit the municipality a memorable stay and do hope that all those who take advantage of our invitation will stay here longer, gaining both profits and satisfaction, as well as sharing them with our land.

Tadeusz Patalita
The Leader
of the Mszana Dolna municipality



Atrakcje turystyczne:

1. Szalasy zwany "Papieżówką" w Lubomierzu - w którym w latach 70-tych ubiegłego stulecia przebywał Karol Wojtyła, a bruk przed wejściem ułożony własnoręcznie, wynoszący głazy z koryta pobliskiej Kamienicy.
2. Kocioł w Kasinie Wielkiej położony na Szlaku Architektury Drewnianej.
3. Najwyżej położona stacja kolejowa w Polsce - stacja w Kasinie Wielkiej - miejsce akcji wielu filmów m. in. Lista Schindlera, Boże Skrawki, Katy.
4. "Kudłowski Baca" - jeden z największych ostaćców na czarnym szlaku z Lubomierza na Kudłowski.
5. Szalasy pasterskie na polanach górczańskich (wpisane do rejestru zabytków): na polanie Górc Troszacki, Górc Lubomirski, polana Stawieniec.
6. Pasieka Jana Lupa w Glisnem, w której znajduje się ponad 100 uli, każda w innym kształcie, wiele z nich wyszło spod dłuta artysty ludowego z Raby Niżej - Zdzisław Kocielniak. W pasiece znajdują się również ule mające ponad 100 lat.
7. Przejazd pociągami retro - wraz z piknikiem peronowym w Kasinie Wielkiej.

Tourist attractions:

1. A shephard chalet called "Papieżówka" ("The Papal Chalet") in Lubomierz - occupied in the 1970s by Karol Wojtyła, who paved the entrance to the chalet himself, carrying stones from the nearby Kamienica River.
2. Monuments, especially the church in Kasina Wielka, located on the trail of wooden architecture.
3. The railway station with the highest location in Poland in Kasina Wielka - a place of action of many movies, such as "The Schindler's List", and two Polish movies: "Boże skrawki" and "Katy".
4. "Kudłowski Baca" - one of the biggest inselbergs on the black trail from Lubomierz to Kudłowski.
5. Shepherd chalets on the forest clearings of the Gorce Mountains (listed in the register of monuments): the Górc Groszacki, Górc Lubomirski clearings, the Stawieniec clearing.
6. Jan Lupa's apiary in Glisne, in which more than 100 hives can be found, each in a different shape. Many of the hives were created by Zdzisław Kocielniak, a folk artist from Raba Niżna.
7. A ride with a retro train - together with a picnic on the station in Kasina Wielka.





I. GOSPODARSTWA AGROTURYSTYCZNE (FARM TOURISM HOUSE HOLDS):

Maria Farganus, Łostówka, tel. 18 33 49 277
Nawara Józefa, Olszówka, tel. 18 3316170
Nawara Janina, Olszówka, tel. 18 3316297
Jan Kaletka, Kasina Wielka, tel. 18 3314069
Cetera Krzysztof, Ł towe, tel. 18 3315422, kcetera@gazeta.pl
Kraus Katarzyna, Olszówka, tel. 18 3316028
Czerwi ska Maria, Kasinka Mała, tel. 12 266 79 59
Irena Syjud, Lubomierz , tel. 18 3315499
Krystyna i Krzysztof Płachytko, Mszana Górna, tel. 18 33 15 341, www.umarysi.noclegiw.pl
Jan Kaleta, Kasina Wielka, tel. 18 33 14 080, jkaleta@poczta.onet.pl
Zenon Kania, Raba Ni na, tel. 18 3338031, 0600242998, biuro@zajazd-asterix.com.pl
Krystyna i Józef Kowalczyk, Raba Ni na, tel. 18 3316392
Władysław Pawlaczyk, Kasina Wielka, tel. 18 3314018
Anna Bajorska, Łostówka, 18 3311809
Wiesław Bierówka, Łostówka, tel. 18 3349141, www.oberwanka.neostrada.pl
Zofia Tromiczak, Łetowe, tel. 18 3315181, 608327967
Stanisława i Ryszard Kuczaik. Lubomierz, tel. 18 3315490
Michał Lulek, Kasina Wielka, tel. 18 3314228

II. DOMYWczasowe (HOLIDAY HOUSES):

Energetyk - Raba Ni na, tel. 18 3316518
Agnieszka - Mszana Górna, tel. 18 3319192, azwcislo@kki.net.pl
JANINA - Mszana Górna, tel. 18 331908, azwcislo@kki.net.pl

III. SCHRONISKA (HOSTELS):

Baza Szkoleniowo - Wypoczynkowa "Lubogoszcz" w Kasince Małej, tel. 18 3313001
Młodzie owo O rodek Rekreacyjny i Schronisko na nie nicy w Kasinie Wielkiej, tel. 18 3314 320, snieznica@ksm.org.pl

IV. KOLONIE SZKOLNE (SCHOOL SUMMER AND WINTER CAMPS):

Szkoła Podstawowa Nr 2 w Mszanie Górnej, tel. 18 3315206
Gimnazjum Nr 4 w Mszanie Górnej, tel. 18 3315247
Zespół Placówek O wiatowych w Kasince Małej, tel. 18 3313096
Szkoła Podstawowa Nr 2 w Lubomierzu, tel. 18 3315261
Zespół Placówek O wiatowych w Kasinie Wielkiej tel. 18 3314094
Szkoła Podstawowa Nr 2 w Kasince Małej, tel. 18 3313006
Szkoła Podstawowa Nr 1 w Lubomierzu, tel. 18 3315283
Szkoła Podstawowa w Ł towie, tel. 18 3315204
Szkoła Podstawowa w Łostówce, tel. 18 3349221

Oprócz tego istnieje bogata baza kwater prywatnych.

Wy ywienie Food:

- gospodarstwo agroturystyczne "OBERWANKA" Bierówka Wiesław - Łostówka
- Restauracja "Wczasowa" - Kasinka Mała
- Zajazd "Je dziec" Kania Zenon - Raba Ni na - Dom wczasowy "Energetyk" w Rabinie
- Domy wczasowe "Agnieszka" i "Janina" w Mszanie Górnej
- Gospodarstwa prywatne - obiady domowe
- sie małych punktów gastronomicznych na terenie ka dej wsi





Gmina
Mszana Dolna

Warszawa

Kraków



URZĄD GMINY MSZANA DOLNA
ul. Spadochroniarzy 6
34-730 Mszana Dolna
tel. 018 331 00 09, 018 331 02 23
fax 018 331 12 42
www.mszana.pl
e-mail: gmina@mszana.pl



Gmina Mszana Dolna



**POLSKIE
CENTRUM
PROMOCJI**

www.pcp.org.pl

Tekst: Rafał Kubowicz, UG w Mszanie Dolnej
Zdjęcia: Rafał Kubowicz, arch. UG w Mszanie Dolnej

Wydawca:
POLSKIE CENTRUM PROMOCJI- Kraków - styczeń 2010