

Ścigali się w Raszkowie

Już drugi raz w tym roku kolarze ścigali się na terenie Gminy i Miasta Raszków. Tym razem w dniach od 17 do 18 września 2011r. odbyły się Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików i Młodziczek w kolarstwie szosowym. Organizatorem wyścigu był Wielkopolski Związek Kolarski w Kaliszu, Zachodniopomorski Związek Kolarski, Gmina i Miasto Raszków oraz Rada Gminna Zrzeszenia LZS w Raszkowie.

Pierwszego dnia ze startu w Przybysławicach przeprowadzone zostały zawody w jeździe indywidualnej oraz dwójkami na czas. Młodzicy i młodziczki ścigali się na dystansie odpowiednio 10 i 5 km. Niedziela była kolej-

nym dniem zmagania kolarzy - tym razem ze startu wspólnego. Młodzicy mieli do pokonania dystans 40 km, a Młodziczki 24 km. Start i meta znajdowała się na raszkowskim rynku a trasa wiodła przez tereny sąsiednich so-



Kick bokserzy z Raszkowa

Coraz więcej sukcesów mają na swoim koncie kick bokserzy, którzy trenują w Raszkowie. Norbert Olek został Wicemistrzem Europy na Mistrzostwach Europy, które odbyły się w dniach 5-9 września 2011 r. we włoskim Lignano Sabbiadoro.

Zawodnik Kick-Boxing Club Raszków otrzymał powołanie do Kadry Narodowej Juniorów po zdobyciu złotego medalu Mistrzostw Polski Juniorów w Ostrowcu Świętokrzyskim w kat. - 86 i w tejże kategorii w formule full-contact. Norbert dotarł do finału mistrzostw gdzie uległ u tytułowanemu reprezentantowi Rosji Petrowi Efimowowi.

Mistrzem Europy został Pert Efimov, Wicemistrzem Norbert Olek, zaś brązowy medal w tej kategorii przypadł Ivanowi Tabakowi z Chorwacji. „Gratuluje sukcesów i życzę jeszcze lepszych wyników - mówił Burmistrz Gminy i Miasta Raszków Jacek Bartczak - obserwując Wasz potencjał i wolę walki myślę, że to dopiero przedsmak kolejnych sportowych zmagani i zdobyczy. W gminie Raszków mamy kilkadziesiąt osób uprawiających tę sztukę walki. Młodzi chłopcy poprzez sport zagospodarowują swój wolny czas”.

W klasyfikacji drużynowej Mistrzostw Europy Juniorów W.A.K.O. reprezentacja Polski zajęła również drugie miejsce plasując się za Rosjanami, którzy zdobyli zdecydowanie najwięcej medali.

Norbert na co dzień jest uczniem III klasy technikum Zespołu Szkół Transportowo-Elektrycznych w Ostrowie Wielkopolskim. „Dla Norberta to oczywiście największy dotychczasowy sukces, na który sobie zasłużył dzięki systematyczności i sumiennej pracy na treningach - mówił trener Kick-Boxing Club Raszków Radosław Radomski - podtrzymał tym samym dobrą passę naszego

klubu. W naszym pierwszym sezonie startów zwyciężamy w turniejach bokserskich i kick bokserskich, zdobywamy już medale Mistrzostw Polski, a teraz także mamy medal Mistrzostw Europy, co jest dla nas ogromnym sukcesem”. Sam trener jest również



łectw: Skrzewowy i Głogowy. Wyścig dostarczył wielu niezapomnianych wrażeń. Organizatorzy dziękują służbie technicznej oraz pracownikom sekretariatu WZKOL w Kaliszu, policjantom Sekcji Ruchu Drogowego KP Policji w Ostrowie Wielkopolskim, funkcjonariuszom Komisariatu Policji w Raszkowie, członkom OSP z Jaskółek, Rąbczy, Przybysławic, Raszkowa, Moszczanki, Bieganina, Głogowy i Korytnicy, służbie medycznej, spikerowi i sędziom. Pragniemy jeszcze raz bardzo serdecznie podziękować wszystkim kolarskim klubom sportowym za udział w wyścigu, wszystkim sponsorom i organizatorom, Panu Lucjuszowi Wasielewskiemu Wiceprezesa Ogołnopolskiego Związku Kolarskiego za włożony wysiłek w organizację tego przedsięwzięcia oraz społeczeństwu gminy i miasta za doping zawodników na trasie i mecie wyścigu.

czynnym zawodnikiem, w tym roku zdobył brązowy medal Pucharu Świata Seniorów. Wszystkich chcących trenować w KBC Raszków zapraszamy na zajęcia w Raszkowie oraz w Radwile. Zapytania dotyczące zajęć kierować na adres email: kbcraszkw@gmail.com.

Moda na „kijki”

W naszej gminie późnym popołudniem można zobaczyć wiele osób spacerujących z kijkami. Gdy trzy lata temu pierwsze osoby pojawiły się na naszych chodnikach budziły zaciekawienie, a często nawet uśmiech przechodniów. Słychać było żarty pod adresem osób uprawiających tą formę rekreacji - „czy aby na pewno nie zapomnieli założyć nart do kompletu z kijkami?”

Nordic Walking jest ciekawą i przyjemną formą odpoczynku. Polega on na marszu ze specjalnie do tego przystosowanymi kijkami. Niektórym może się wydawać, że jest to sport nowy, jednak jego początki datuje się na lata dwudzieste XX wieku. Wtedy była to forma treningu dla narciarzy biegowych. Obecnie trenować może każdy bez względu na wiek czy tuszę. Towarzystwo Miłośników Ziemi Raszkowskiej, któremu prezesuje pani Halina Kądziała, wspólnie z Miejsko-Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Raszkowie w ramach programu działania na rzecz aktywizacji osób starszych realizuje projekt „Przebojowy Senior”. Objął on wsparciem i aktywizacją 25 seniorów w wieku 50+ z terenu Gminy i Miasta Raszków. Środki finansowe pozyskane na ten cel zostały przeznaczone na zakup kijków do nordic walking oraz szkolenie instruktora. Projekt rozpoczął się 31 maja 2011r. spotkaniem organizacyjnym, na którym wypełniono deklaracje uczestnictwa, następnie w dniach 16 i 20 czerwca na terenie Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury odbyło się szkolenie instruktażowe w celu opanowania prawidłowej techniki nordic walking. Uczestnicy projektu poznali zasady i opanowali sztukę marszu wspomaganego dwoma specjalnymi kijkami, prawidłowego ułożenia ramion oraz otrzymali dopasowane do wzrostu kije. Z nabytą wiedzą systematycznie spacerowali i cieszyli się doskonałym sposobem na relaks, mogli zrzuścić zbędne kilogramy, wyprofilować sylwetkę. 24 listopada br. w sali MGOK Raszków odbyło się podsumowanie projektu. Burmistrz Jacek Bartczak pogratulował inicjatywy i wyraził nadzieję, że dyscyplina ta będzie miała coraz więcej zwolenników i naśladowców, a nowo wybudowane chodniki i ścieżki rowerowe ułatwią uprawianie tego sportu, pomogą wszystkim podtrzymać zdrowy styl życia i zagospodarować swój wolny czas w sposób aktywny przez cały rok.



BURMISTRZ ZAPRASZA WSZYSTKIE DZIECI MAŁE I DUŻE NA "GWIAZDORYNKĘ RASZKOWSKĄ"

**W DNIU 11.12.2011 r.
GODZ. 15.00
NA RASZKOWSKI RYNEK**

