XXIX

OGÓLNOPOLSKI RAJD GÓRSKI
SŁUŻB MUNDUROWYCH
RESORTU SPRAW WEWNĘTRZNYCH
”RABKA-ZDRÓJ 2022”

REGULAMIN

Rabka-Zdrój, 20 - 24 września 2022 roku

Pusto w Gorcach jest jesienią
Chociaż w dole życie wre
Tutaj w górach tylko buki
Złocą się wśród innych drzew.
(słowa starej piosenki turystycznej o Gorcach)

Co za szczęście spotkać się tu, ileż tu wspaniałych lasów szarozielonych zimą, nieśmiało zielonych wiosną, by soczystą zieleń lata zamienić w bajecznie kolorową jesień. Czyste wody potoków, strumieni, rzek i okolicznych jezior, to raj ludzi lubiących spokój i ciszę, której tu jeszcze nie brakuje. Okolice Rabki, która geograficznie leży w północno-zachodniej części Gorców i Beskidu Wyspowego, stanowią świetną bazę wypadową w te góry. Blisko stąd w Pieniny i do Tatr niedaleko, a sama Rabka, od 1999 roku Rabka-Zdrój, pozwala na odpoczynek, rekreację i skorzystanie z licznych ofert lecznictwa sanatoryjno-uzdrowiskowego przede wszystkim dzieciom z chorobami górnych dróg oddechowych, ale też dorosłym. W wyniku badań przeprowadzonych w 1858 roku przez krakowskiego chemika Adolfa Aleksandrowicza i lekarza Fryderyka Skobla stwierdzono, że miejscowe solanki są jednymi z najsilniejszych solanek jodowo-bromowych w Europie. Jak zanotował w 1860 roku w „Przewodniku w wycieczkach na Babią Górę,do Tatr i Pienin" Eugeniusz Janota „ciepłota tych źródeł wynosi + 12°C., ciężar gatunkowy niejednakowy; funt wody jednego źródła okazał 126.41, drugiego 177.6 ziarn pierwiastków leczniczych (chloru, jodu i bromu, węglanów alkalowych, żelaza i trochę wapna, prócz kwasu węglowego." Pierwszy zakład kąpielowo-leczniczy powstał w 1864 roku, a osiem lat później otwarto zakład leczenia dzieci. Specyficzny mikroklimat spowodował, że Rabka szybko rozwijała się, zwłaszcza jako uzdrowisko dziecięce.

Rabka-Zdrój (do 1999 Rabka) – miasto w województwie małopolskim, w powiecie nowotarskim, siedziba gminy Rabka-Zdrój. Położona jest w Kotlinie Rabczańskiej, na wysokości 500–560 m n.p.m., u ujścia potoków Poniczanki, Słonki i Skomielnianki do Raby. Nazwę po raz pierwszy wymienia, powołując się na dokument Bolesława Wstydliwego z 1254 roku Jan Długosz w formie *Sal in Rabschyca*, co wskazywałoby, że już wówczas rabczańskie solanki były znane i prawdopodobnie wykorzystywane dla potrzeb klasztoru cystersów, na terenie dóbr których Rabka leżała. Po II wojnie światowej był to obok Zakopanego ważny ośrodek leczenia gruźlicy. Kiedy przestała być ona uważana za chorobę społeczną, sanatoria z największymi: Instytutem Matki i Dziecka z Warszawy oraz Śląskim Ośrodkiem Rehabilitacji Dzieci im. W. Pstrowskiego (obecnie im. Szebesty) stały się placówkami leczenia głównie astmy oskrzelowej i schorzeń górnych dróg oddechowych.

Zabytki, które warto zobaczyć i zwiedzić: Drewniany kościół (1606, 1744–1778), obecnie siedziba Muzeum im. Władysława Orkana, kapliczka św. Floriana z XIX w., kościół św. Teresy i kapliczka zdrojowa z 1928 r. stary cmentarz, Muzeum Górali i Zbójników - Muzeum Gorczańskie Jana Fudali – interaktywna i multimedialna ekspozycja, warsztaty rękodzieła, Państwowy Teatr Lalek „Rabcio", Muzeum Orderu Uśmiechu, Muzeum Rekordów i Osobliwości, pozostałości zespołu dworskiego z XVIII w., kościół parafialny pw. św. Marii Magdaleny z początku XX w.

Wiele cennych eksponatów kultury zagórzańskiej i wołoskiej (w tym szałasy wołoskie) znajduje się w prywatnym Muzeum Gorczańskim Jana Fudali, znanego w Gorcach oraz na Podhalu malarza i poety. Był to jeden z niewielu przypadków, że dyrektor muzeum państwowego miał równocześnie własne muzeum.

Z Rabki prowadzą szlaki piesze i rowerowe na okoliczne szczyty Gorców (Turbacz), Beskidu Wyspowego (Luboń Wielki) i Pasma Babiogórskiego (Babią Górę). Czerwony szlak z Turbacza przez Rabkę na Babią Górę jest częścią Głównego Szlaku Beskidzkiego. W Rabce znajduje się również Stacja Centralna Grupy Podhalańskiej Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego, w której mieści się pierwsze w Polsce Centrum Koordynacji Ratownictwa Górskiego i równocześnie własne muzeum.

Gorce - pasmo górskie leżące w Beskidach Zachodnich. Nazwa związana jest prawdopodobnie ze słowem *gorzeć* (palić się, płonąć) i pochodzi od sposobu uzyskiwania polan śródleśnych metodą żarową. Spotykana jest już w aktach z 1254 r. (*item mons Gorcz nuncupatus*), na pewno używał jej Jan Długosz w 1480 r. (*in monten Gorcz*). W innych źródłach można też spotkać nazwę Górce, która mogłaby oznaczać niskie góry.

Przy obecnie ustalonych granicach Gorce mają z zachodu na wschód długość w prostej linii 33 km, szerokość 15 km i łączną powierzchnię około 550 km^2.

W środkowej części Gorców utworzono **Gorczański Park Narodowy**; został powołany z dniem 1 stycznia 1981 r Roz. RM z dnia 8 sierpnia 1980 r. Obecnie posiada obszar 7029,85 ha, a jego otulina około 16 647 ha. Siedziba Dyrekcji mieści się w Porębie Wielkiej. Gorczański Park Narodowy obejmuje najbardziej wartościowe przyrodniczo rejony Gorców. Oprócz tego w Paśmie Lubania istnieje rezerwat przyrody Modrzewie.

Osobliwością Gorców jest występowanie rozrogu, centrum stanowi Turbacz, od którego we wszystkich kierunkach odbiega 7 grzbietów górskich o różnej długości:

- Pasmo Gorca we wschodnim kierunku. Od pasma tego na Kiczorze odgałęzia się boczny grzbiet, który poprzez Przełęcz Knurowską przechodzi w długie Pasmo Lubania
- grzbiet Mostownicy i Kudłonia w północno-wschodnim kierunku
- grzbiet Turbaczyka w północnym kierunku

- grzbiet Suchego Gronia w północno-zachodnim kierunku
- grzbiet Obidowca ciągnący się na zachód do Przełęczy Sieniawskiej
- grzbiet Średniego Wierchu, również w zachodnim kierunku
- grzbiet Bukowiny Obidowskiej w południowo-zachodnim kierunku. Odgałęzia się od niego grzbiet Bukowiny Waksmundzkiej.

Niektóre z tych grzbietów rozgałęziają się na dalsze, podrzędne grzbiety.

Najwyższe szczyty:

Turbacz (1310 m), Jaworzyna Kamienicka (1288 m), Kiczora (1282 m), Kudłoń (1276 m), Czoło Turbacza (1259 m), Mostownica (1251 m), Gorc Troszacki (1235 m), Gorc (1228 m), Lubań (1225 m).

Wznoszące się wysoko nad otaczającymi je dolinami szczyty Gorców są łagodne, kopulaste, niewiele wznoszące się ponad grzbiet. W Gorcach jest 11 ważniejszych dolin, z czego pod Turbacz podchodzi pięć. Najdłuższa jest dolina Kamienicy (33 km), a najobszerniejsza – dolina Ochotnicy (109 km²). Gorce zbudowane są z fliszu karpackiego, który powstał na dnie morza, a potem uległ wypiętrzeniu. Spływające z gór wody wyrzeźbiły głębokie w kształcie V doliny z licznymi wodospadami, progami i gruzowiskiem na wietrzenie gruboławicowych piaskowców i zlepieńców, które utworzyły wiele wychodni skalnych. dużych i mniejszych głazów.

Klimat jest typowo górski. W najwyższym piętrze klimatycznym, znajdującym się powyżej 1100 m n.p.m. - jest to klimat chłodny.

Gorce charakteryzują się bardzo dobrze rozwiniętą siecią wodną, na którą składają się liczne potoki, źródła, młaki i wysięki wodne. Jeziorka są tylko dwa: Pucołowski Stawek i Morskie Oko w masywie Kudłonia. Obydwa są niewielkie i są już w końcowej fazie zarastania. Wszystkie potoki stanowią dorzecze dwóch rzek: Dunajca i Raby. Wzdłuż grzbietu Turbacz – Gorc Troszacki przebiega dział wodny między zlewniami tych rzek. Największymi potokami, mającymi swoje obszary źródliskowe w Gorcach są Kamienica i Ochotnica. Występują także źródła z wodami mineralnymi, które eksploatowane są w Rabce-Zdroju i Szczawie. Jak wspominał Eugeniusz Janota w swoim *Przewodniku* „Na wschód od tej wsi ku wiosce Słoném zwanéj, leżącéj nad potokiem Słonką jest sześć źródeł wody słonéj, jodowobromowéj żelezistéj, od niepamiętnych czasów od górali Beskidowych na gubienie woli używanéj, lecz za doniesieniem jakiegoś lekarza w 1813 roku z rozkazu rządu kamieniami zawalonych i strzeżonych, by wody nie brano. Z nazwy jednego z tych źródeł *na szybisku* (na polu dworskiém) wnosić wypada, że tu kiedyś były kopalnie, niezawodnie soli”.

W Gorcach występuje wiele gatunków roślin bardzo rzadkich w Karpatach: bagno zwyczajne, dzwonek piłkowany, głodek żółty, irga czarna, kukułka bzowa, marzanka pagórkowa, ostrożeń dwubarwny, ostrożeń głowacz, pływacz zachodni, podejźrzon lancetowaty, rozrzutka brunatna, turzyca dwupienna, turzyca obła, turzyca skąpokwiatowa, widlicz Isslera, widlicz Zeillera, zarzyczka górska. Wiele z nich rzadkie jest również w całej Polsce

Występuje tu 185 gatunków kręgowców, z tego 21 jest w rejestrze Polskiej Czerwonej Księgi Zwierząt. Wśród płazów jest to traszka karpacka, wśród ptaków cietrzew, dzięcioł białogrzbiety, dzięcioł trójpalczasty, głuszec, orlik krzykliwy, orzeł przedni, puchacz, puszczyk uralski, sóweczka, włochatka.

Wśród ssaków występują koszatka leśna, mroczak posrebrzany, mroczek pozłocisty, niedźwiedź brunatny, podkowiec mały, popielica, rzęsorek mniejszy, ryś euroazjatycki, wilk szary, żbik, również dziki, jelenie, sarny, a także mniejsze: wydry, borsuki oraz gronostaje. Występuje 9 gatunków nietoperzy, 130 gatunków ptaków, w tym 100 gniazdujących na terenie parku, 7 gatunków płazów. W potokach występują 2 gatunki ryb: pstrąg potokowy i głowacz pręgopłetwy. Stwierdzono występowanie ponad 1000 gatunków bezkręgowców, w tym 23 endemity karpackie lub karpacko-sudeckie. Liczne są gatunki bezkręgowców górskich i borealnych (ok. 100 gatunków). Sporo gatunków chrząszczy, a na polanach liczne motyle, m. in. rusałka admirał, rusałka pokrzywnik, perłowiec większy.

Gorce są terenem, na którym najliczniej w Polsce występuje salamandra plamista, która znajduje się w logo Gorczańskiego Parku Narodowego.

Sąsiadujący z Gorcami **Beskid Wyspowy** – to też część Beskidów Zachodnich położona pomiędzy doliną Raby a Kotliną Sądecką. Charakterystyczną cechą tego regionu południowej Polski jest występowanie odosobnionych, pojedynczych szczytów, od czego pochodzi jego nazwa. Najwyższym szczytem jest Mogielica (1170 m n.p.m.). Beskid Wyspowy zajmuje powierzchnię ok. 1000 km² i położony jest pomiędzy Beskidem Makowskim, Kotliną Rabczańską, Gorcami, Kotliną Sądecką, a Pogórzem Wiśnickim od północy. Nie jest to jednak wystarczająco dokładne określenie, stąd przez różnych autorów różnie wytyczane są jego granice. Według Jerzego Kondrackiego granice przebiegają następująco: granica zachodnia od Myślenic w górę wzdłuż Raby i jej dopływu Krzczonówki do Łętowni, stąd przez Skomielną Białą i wzdłuż Skomielnianki do Raby w Rabce-Zdroju. Granicę południową stanowi rzeka Raba w dół, dalej rzeką Mszanką w górę do przełęczy Przysłop i rzeka Kamienica, zwana też Kamienicą Gorczańską, wpływająca do Dunajca. Granicę północną stanowi rzeka Białka.

Luboń Wielki – 1022 m n.p.m. najwybitniejszy szczyt górski w Beskidzie Wyspowym, nazywany przez miejscowych Biernatką. Luboń Wielki jest popularnym celem turystów. U jego podnóża znajdują się miejscowości: Glisne, Krzeczów, Mszana Dolna, Raba Niżna, Rabka-Zaryte, Skomielna Biała i Tenczyn.

Pierwszych informacji o tej części Beskidów Zachodnich szukać należy w literaturze epoki romantyzmu - w utworach Seweryna Goszczyńskiego, Teodora Tripplina, Wincentego Pola, Bogusza Zygmunta Stęczyńskiego. Gorce jawią się w nich tylko jako tło dla Tatr, które mocniej przyciągały i inspirowały. Dopiero Władysław Orkan, młodopolski pisarz i poeta urodzony w Porębie Wielkiej, wprowadził je do literatury. Stanowią tło akcji większości jego powieści, są tematem licznych wierszy. Mimo innych intencji artysty, pozostają w świadomości czytelników szare, biedne i smutne. Taki jest bowiem los i życie

mieszkańców tej części gór. W ten sposób widzą Gorce także odwiedzający Orkanówkę przyjaciele pisarza, m. in. Leopold Staff.

Do powojennej „literatury gorczańskiej" należą utwory o tematyce krajoznawczej, przeznaczone dla czytelników zainteresowanych turystyką. Pokazano w nich nie tylko przyrodę Gorców, ich walory kulturowe. Autorzy, m. in. Jerzy Młodziejowski i Stanisław Pagaczewski, nie kryją związków emocjonalnych z krainą gorczańską, poświęcając jej wiele ciepłych słów. Współcześnie omawianą tematykę podejmują głównie poeci – regionaliści, inspirowani pięknem przyrody.

Opracował
Andrzej Placek

I. CEL RAJDU

- doskonalenie umiejętności uprawiania pieszej turystyki górskiej,
- podnoszenie sprawności fizycznej, w tym orientowania się w terenie górskim,
- poznawanie piękna przyrody oraz kultury regionalnej Gorców,
- rekreacja i wypoczynek.

II. Rajd został objęty honorowym patronatem **Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego.**

KOMITET HONOROWY RAJDU

Prezes Zarządu Głównego PTTK
Przewodniczący Federacji Stowarzyszeń Służb Mundurowych RP
Przewodniczący Zarządu Głównego NSZZ Policjantów
Prezes Zarządu Głównego SEiRP
Prezes Stowarzyszenia Generałów Policji RP
Prezydent Sekcji Polskiej IPA
Przewodniczący Stowarzyszenia Komendantów Policji
Komendant Wojewódzki Policji w Krakowie
Burmistrz Rabki-Zdroju

III. ORGANIZATORZY

- Komisja Turystyki w resorcie spraw wewnętrznych
- Komisja Środowiskowa Zarządu Głównego PTTK

IV. KOMITET ORGANIZACYJNY

p.o. Komandor Rajdu	- **Janusz Urbański**
Przewodniczący Komisji Turystyki	- **Kazimierz Rabczuk**
Rzecznik prasowy Rajdu, kronikarz	- **Halina Chrzan**
Koordynator Turystyki Motorowej	- **Józef Wrzeszczyński**

ZESPÓŁ SĘDZIOWSKI

Sędzia Główny	- **Andrzej Placek**
Sędzia tras pieszych	- **Artur Hejna**
Sędzia konkursu strzelania	- **Klaudiusz Woźniak**

V. WARUNKI UCZESTNICTWA

W Rajdzie mogą uczestniczyć drużyny minimum 4-osobowe reprezentujące służby mundurowe resortu SW, Wojsko Polskie, organizacje związkowe, PTTK, szkoły i zakłady pracy, a także resortowi emeryci i renciści oraz członkowie ich rodzin.

Punktacji rajdowej podlega drużyna czteroosobowa, która może mieć dodatkowo osoby rezerwowe.

Uczestnikami Rajdu mogą być osoby, które ukończyły 12 rok życia (młodzież szkolna do lat 18 - pod opieką rodziców lub wychowawców, a dzieci do lat 12 - wyłącznie pod opieką i na odpowiedzialność rodziców). Wszystkich uczestników Rajdu powinna cechować dobra kondycja, ponieważ impreza odbywać się będzie bez względu na warunki atmosferyczne.

Kierownikiem drużyny powinna być osoba posiadająca doświadczenie w uprawianiu turystyki górskiej oraz umiejętności udzielania pierwszej pomocy. Każdy uczestnik Rajdu musi posiadać odpowiednie obuwie i nieprzemakalne ubranie oraz dokument tożsamości.

Organizacje zgłaszające drużyny **mają obowiązek ubezpieczenia swoich uczestników od następstw nieszczęśliwych wypadków na czas trwania Rajdu** /nie dotyczy członków PTTK z opłaconą składką członkowską za rok 2022, bowiem obejmuje ich grupowe ubezpieczenie NNW/.

VI. ZASADY FINANSOWANIA

Organizacje zgłaszające drużyny bądź osoby indywidualne ponoszą koszty wpisowego w wysokości **480,00 zł** (czterysta osiemdziesiąt) od osoby.

- dzieci do 2 lat – **80,00 zł** /żywią się i śpią z rodzicami/,
- dzieci w wieku 2-10 lat – **390,00 zł** /połówka wyżywienia + łóżko + znaczek/.

W ramach wpisowego Komitet Organizacyjny zapewnia:

- 4 noclegi,
- 4 śniadania,
- 4 obiadokolacje,
- znaczek rajdowy,
- pokrycie opłaty uzdrowiskowej /3,10 zł od osoby dorosłej i 1,60 zł od dziecka za dobę/.

UWAGA: W razie nieprzybycia drużyny (lub osoby indywidualnej) na Rajd, Komitet Organizacyjny nie zwraca kosztów poniesionych przez te osoby. Wpłacone wpisowe nie podlega zwrotowi **po 2 września 2022 roku**.

VII. ZGŁASZANIE UCZESTNIKÓW

O przyjęciu uczestników decyduje kolejność zgłoszeń. Zgłoszenia na Rajd należy przesłać na załączonych Kartach Zgłoszeń w terminie **do 2 września 2022 roku**

a) na adres e-mailowy: **krabczuk@interia.pl**

b) Pocztą na adres: **Kazimierz Rabczuk, os. Zielone 6/80, 33-100 TARNÓW**

Telefon kontaktowy: kom. 502 623 226.

Wpisowe należy wpłacać na konto:

ZW NSZZ Policjantów woj. małopolskiego
PKO BP Oddział I w Krakowie 06 1020 2892 0000 5102 0629 5986
z dopiskiem **"XXIX RAJD".**

Drużyny bądź osoby indywidualne zgłaszające się na Rajd winny posiadać ze sobą odcinek potwierdzający dokonanie wpłaty za udział w rajdzie.

VIII. MIEJSCE ZAKWATEROWANIA

Uczestnicy Rajdu zakwaterowani zostaną w **Ośrodku Wypoczynkowym „ELA" przy ul. Krętej 13a, w Domu Wczasowym „ELA" przy ul. Na Banię 3A i w Willi „ELA" przy ul. Na Banię 21a w Rabce-Zdroju** w pokojach 2, 3, 4 i 5-osobowych z pełnym węzłem sanitarnym. Dla uczestników Rajdu udostępniony zostanie bezpłatny parking.

IX. PUNKTACJA DRUŻYN

1) Drużyny otrzymują punkty dodatnie za:

- wiadomości o terenie	**0 – 10**
- konkurs piosenki rajdowej	**0 – 10**
- konkurs strzelania z broni krótkiej	**0 – 10**
- konkurs strzelania z broni długiej	**0 – 10**
- posiadanie godła (proporca) /ocena wykonania/	**1 - 5**
- posiadanie apteczki na trasie /ocena wyposażenia/	**1 - 5**
- posiadanie zweryfikowanej książeczki GOT	**5/os.**
- posiadanie aktualnej legitymacji PTTK	**5/os.**

2) Drużyny otrzymują punkty ujemne za:

- nieobecność kierownika drużyny na odprawie	**- 10**
- brak apteczki pierwszej pomocy na trasie	**- 10**
- zakłócanie ciszy nocnej	**- 10**
- ominięcie punktu kontrolnego	**- 10**

3) Dla najlepszych drużyn przewidziane są puchary i nagrody.

X. NAGRODY

Nagrody dla drużyn uczestniczących w Rajdzie ufundowane będą przez organizatorów i współorganizatorów Rajdu oraz członków Komitetu Honorowego. Mogą to być puchary lub upominki rzeczowe.

Organizatorzy tradycyjnie przygotują także statuetki dla zwycięzców w konkursie: piosenki rajdowej, strzelania i wiadomości o terenie.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Rajd nie ma charakteru komercyjnego, odbywa się na zasadach samoorganizacji, jest imprezą non-profit i realizowany jest zgodnie z przepisami Ustawy o pożytku publicznym i wolontariacie.
- Rajd odbywać się będzie na trasach dla turystów pieszych.
- W czasie trwania Rajdu wszyscy jej uczestnicy winni przestrzegać praw i zasad obowiązujących na szlakach turystycznych (koleżeństwo, przestrzeganie Karty Turysty) oraz postanowień Kierownictwa Rajdu.
- Organizatorzy nie przyjmują odpowiedzialności za szkody i wypadki powstałe w czasie trwania Rajdu.
- Rajd odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

- Podczas Rajdu odbędzie się konkurs strzelania z krótkiej oraz długiej broni pneumatycznej o energii rażenia poniżej 17 dżuli wg następującej punktacji:

1 – 5	**1 pkt**
6 – 10	**2 pkt**
11 – 15	**3 pkt**
16 – 20	**4 pkt**
21 – 25	**5 pkt**
26 – 30	**6 pkt**
31 – 35	**7 pkt**
36 – 40	**8 pkt**
41 – 45	**9 pkt**
powyżej 45	**10 pkt**

UWAGA: W konkursie strzelania udział bierze 1 zawodnik wytypowany z danej drużyny.

- Sprawdzian z wiadomości o terenie – jak w roku ubiegłym – **przeprowadzony zostanie w formie pisemnej**. Pytania do sprawdzianu opracowano korzystając z:

  Przewodnika „Gorce. Przewodnik dla prawdziwego turysty". Oficyna „Rewasz", wydanie I z 2004 r./,
  Atlasu Gór Polskich /ExpressMap, wydanie III, wrzesień 2010/,
  Regulaminu Rajdu.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo dokonania zmiany przebiegu zaplanowanych tras.
- Na odprawach wymagana jest obecność wszystkich kierowników drużyn uczestniczących w Rajdzie.
- W bazie Rajdu będą potwierdzane – a w miarę możliwości weryfikowane – punkty zbierane w celu uzyskania odznak turystyki kwalifikowanej.
- Istnieje możliwość **wcześniejszego** zakwaterowania uczestników Rajdu w terminie 17 – 19 września 2022 roku w cenie:

  - 70 zł od osoby za dobę /nocleg ze śniadaniem/.

  UWAGA: Doba hotelowa trwa od godz. 16.00 do godz. 11.00 dnia następnego. O wcześniejszym przyjeździe **należy poinformować organizatorów** na karcie zgłoszenia, telefonicznie lub e-mailem. Opłaty za pobyt w w/w terminie należy uiszczać indywidualnie w recepcji /**nie wpłacać razem z wpisowym**/.
- W dniach wyjścia na trasę przy śniadaniu można będzie zakupić kanapki /bułki/ w cenie **5 zł za sztukę.**
- Istnieje możliwość korzystania z krytego basenu w Ośrodku Wypoczynkowym „ELA" - **10 zł za godzinę od osoby.**

Do zobaczenia na trasach
Komitet Organizacyjny Rajdu

PROGRAM RAJDU

20 września 2022 roku - wtorek

do godz. 17:30 - przyjmowanie uczestników Rajdu
godz. 18:00 - uroczyste otwarcie Rajdu
godz. 18:30 - obiadokolacja
godz. 19:30 - odprawa kierowników drużyn
godz. 20.00 - Wieczór Integracyjny/Zebranie sprawozdawczo-wyborcze KT*

21 września 2022 roku - środa

godz. 7:30 - śniadanie
godz. 8:30 - 9:00 - wyjście na trasę

TRASA Wyjście z bazy, dojście do szlaku zielonego i tym szlakiem na Luboń Wielki – schronisko. Zejście szlakiem żółtym do Rabki Zaryte na DK 28, w lewo 100 m do szlaku niebieskiego - szlakiem niebieskim do centrum Rabki Zdroju i do bazy.
Łącznie do przejścia 15,6 km, czas pobytu na szlaku około 5,20 h.
Suma podejść 781 m, zejść 777 m; najwyższy punkt 1 022 m n.p.m.

godz. 17:00 - obiadokolacja
godz. 19:30 - odprawa kierowników drużyn
godz. 20:00 - dyskoteka

22 września 2022 roku - czwartek

godz. 8:00 - śniadanie
godz. 9:00 - 9:30 - wyjście na trasę

TRASA Wyjście z bazy do ul. JP II; ul. JP II do ul. Słonecznej i dość stromo pod górę szlakiem niebieskim przez Przełęcz pod Grzebieniem i Banię (w obniżeniu pomiędzy tymi szczytami warto zejść ze szlaku kawałek - 10 min - na szczyt Grzebienia, z którego są piękne widoki) do Rabki Zaryte (DK 28), kawałek tą drogą około 100 m do szlaku żółtego i tym szlakiem do szlaku czarnego, a w prawo do szlaku niebieskiego - szlakiem niebieskim i czarnym ul. Poniatowskiego do ul. JP II i dalej tą ulicą do bazy.
Łącznie do przejścia 12 km, czas pobytu na szlaku 4 h.
Suma podejść 420 m, zejść 420 m.

godz. 14:00 - konkurs strzelania
godz. 15:00 - konkurs z wiedzy o terenie
godz. 16:30 - obiadokolacja
godz. 17:30 - konkurs piosenki o tematyce rajdowej
godz. 19:00 - sprawdzanie legitymacji PTTK i książeczek GOT
godz. 19:30 - odprawa kierowników drużyn
godz. 20:00 - dyskoteka

23 września 2022 roku - piątek

godz. 7:30 - śniadanie
godz. 8:00 - 8:30 - wyjście na trasę

TRASA Rabka Zdrój - szlakiem zielonym do szlaku żółtego /rozejście szlaków/ dalej szlakiem żółtym na Piątkową - kościółek drewniany, z Piątkowej szlakiem zielonym przez Rdzawkę do czerwonego, czerwonym w lewo do bacówki na Maciejowej i dalej czerwonym do Rabki Zdroju i bazy.
Łącznie do przejścia 19,5 km, czas przejścia bez popasów 6,40 h
Suma podejść 825 m, zejść 809 m; najwyższy punkt 853 m n.p.m.
UWAGA: Istnieje możliwość zmiany lub skrócenia trasy.

godz. 17:00 - obiadokolacja
godz. 20:00 - dyskoteka

24 września 2022 roku - sobota

godz.8:00 - śniadanie
godz.8:30-9:00 - przygotowanie do zakończenia Rajdu
godz.9:00 - uroczyste zakończenie Rajdu

UWAGI:

Osoby pragnące uczestniczyć w Rajdzie na trasach innych niż zaplanowane w Regulaminie, mogą skorzystać z takiej możliwości – po uprzednim uzgodnieniu z Sędzią Głównym lub Kierownictwem Rajdu.

Interpretacja Regulaminu Rajdu należy do Komitetu Organizacyjnego Rajdu.

* W pierwszym dniu Rajdu - **20 września 2022 roku (wtorek) o godz. 20:00** odbędzie się zaległe zebranie sprawozdawczo-wyborcze Komisji Turystyki w resorcie spraw wewnętrznych. Jeśli na zebraniu nie będzie wymaganego kworum – zebranie zwołuje się w drugim terminie – **20 września 2022 roku (wtorek) o godz. 20:30.**

Połączenia busami firmy **RAB BUS**
Dworzec Autobusowy w Krakowie – Dworzec Autobusowy w Rabce-Zdroju

Odjazd	Przyjazd	**Odjazd**	Przyjazd	**Odjazd**	Przyjazd	**Odjazd**	Przyjazd	**Odjazd**	Przyjazd
06:05	07:28	**09:50**	11:13	**12:20**	13:43	**15:25**	16:48	**18:10**	19:33
07:00	08:23	**10:30**	11:53	**12:45**	14:08	**16:10**	17:33	**19:00**	20:21
08:15	09:38	**10:55**	12:18	**13:35**	14:58	**16:55**	18:18	**19:40**	21:03
08:55	10:18	**11:20**	12:43	**14:40**	16:03	**17:40**	19:03	**20:10**	21:33

UWAGA: Z Dworca Autobusowego w Krakowie do Rabki odjeżdżają także autobusy dalekobieżne, ale zatrzymują się na przystanku Rabka-Zdrój Zabornia, a stamtąd czeka nas półgodzinny spacer do bazy.

Połączenia pociągami **POLREGIO** relacji **Kraków Główny – Zakopane**

Kraków Gł. odjazd **07:16** – **Rabka-Zdrój** przyjazd **09:46**
Kraków Gł. odjazd **12:31** – **Rabka-Zdrój** przyjazd **14:55**
Kraków Gł. odjazd **18:02** – **Rabka-Zdrój** przyjazd **20:16**

17:00 USTKA, D.A. Słupska /pośpieszny AD Euro-Trans/
17:30 Słupsk, D.A.
18:05 Kołczygłowy
18:30 Bytów, Kochanowskiego
19:30 Chojnice, D.A./D.K., Towarowa
21:10 Bydgoszcz, D.A.
22:00 Toruń, D.A.
23:00 Włocławek, Okrzei 13, N.W.Przesiadkowy
00:48 Łódź Kaliska, D.A./D.K
02:35 Częstochowa, MPK-Dom Księcia
03:45 Katowice, Sądowa Dworzec
04:58 Kraków, MDA
05:40 Myślenice Estakada
06:15 Rabka-Zdrój, D.A. ul. Jana Pawła II

KARTA ZGŁOSZENIA NA RAJD

ORGANIZACJA ZGŁASZAJĄCA
(pełny adres pocztowy z kodem i nr telefonu
lub pieczęć firmowa)
……
……
……

Numer drużyny
(nadaje organizator)

Nazwa drużyny:			
Skład drużyny /na pierwszym miejscu kierownik drużyny/			
L.p.	**Imię i nazwisko**	**Adres**	**PESEL**
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
Termin przybycia (data, przybliżona godzina):			
Telefon kontaktowy, e-mail:			
Podpis kierownika drużyny:			

<u>Uwaga:</u> Skład drużyny proszę wpisywać grupami, które będą stanowić obsadę pokoi 2, 3, 4 i 5-osobowych

Sympatycy turystyki motorowej

Sympatyków turystyki motorowej zapraszamy na XXIX Ogólnopolski Rajd Górski Służb Mundurowych w RSW – **Zlot Motorowy Klubu „Motomedyk" – Rabka-Zdrój 2022** w dniach 20-24 września 2022 r. (impreza nr 115/22)

Rabka-Zdrój jest na skrzyżowaniu ważnych dróg krajowych:

- 7 (E77) – Gdańsk, Warszawa, Radom , Kielce, Kraków, Rabka-Zdrój, Chyżne.

- 28 – Zator, Wadowice, Rabka-Zdrój, Limanowa, Nowy Sącz, Grybów, Gorlice, Jasło, Krosno, Sanok, Ustrzyki Dolne, granica za Ukrainą.

- 47 – Chabówka, Nowy Targ, Zakopane.

Po trasie przejazdu z miejsca zamieszkania do Rabki-Zdrój, warto zwiedzić i potwierdzić pieczątką w książeczce Odznak Turystyki Motorowej.

Na terenie Małopolski warto zwiedzić:

- parki narodowe: Pieniński, Gorczański, Ojcowski, Tatrzański, Babiogórski.

- skanseny i muzea etnograficzne: Chabówka, Dobczyce, Jaworzyna, Jurgów, Nowy Sącz, Oświęcim, Stróże, Tarnów, Zalipie, Zawoja, Zubrzyce Górne.

- obiekty UNESCO: Binarowa, Bochnia, Dębno Podhalańskie, Kalwaria Zebrzydowska, Kraków /Wawel, Stary Rynek/, Kwiatoń, Lipnica Murowana, Powroźnik, Sękowa, Wieliczka /kopalnia, muzeum/.

Rabka-Zdrój jest wspaniałą bazą „wypadową" w Gorce, na Orawę, w Tatry, do Słowacji – warto skorzystać.

Przodownik Turystyki Motorowej PTTK 3712

Józef Wrzeszczyński

20 - 24 września 2022 r.

KARTA ZGŁOSZENIA TURYSTYKI MOTOROWEJ

Klubu „Motomedyk” o/m Płock

XXIX Ogólnopolski Rajd Górski Służb Mundurowych resortu spraw wewnętrznych „Rabka-Zdrój 2022”

Turyści Motorowi w Gorcach - Impreza nr 115/22

L.p.	Imię i nazwisko	PESEL	Adres	Nr Leg. PTTK
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

Uwagi: kierowca – **A**, pilot – **B**, pasażer – **C**

1. załoga 1 nr rej. pojazdu_____
2. załoga 2 nr rej. pojazdu_____
3. załoga 3 nr rej. pojazdu_____

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w karcie zgłoszenia dla celów organizacyjnych rajdu /zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych Dz. U. nr 133 z dnia 29.08.1997r./

….……	……..	……...
Miejscowość	data	podpis kierownika klubu