

- Sukces Karoliny Gacek na Mistrzostwach Świata Dzieci w Karate

W Brnie odbyły się Mistrzostwa Świata Dzieci w karate. W zawodach wzięło udział ponad 1200 zawodników z blisko 30 państw, m.in. ze Stanów Zjednoczonych, Rosji, Izraela, Niemiec, Ukrainy, Czech, Mołdawii, Litwy i oczywiście Polski. W grupie reprezentantów Polski znalazło się aż 8 zawodników z Zakopiańskiego Klubu Karate Tradycyjnego. Największym sukcesem było zdobycie wicemistrzostwa świata przez Karolinę Gacek z Rabki-Zdroju w konkurencji kumite.

- Szkoła Bramkarzy "Między Słupkami" w Rabce - Zdroju!

Szkoła Bramkarzy "Między słupkami" przy współpracy z klubem Wierchy Rabka, otwierają projekt dla wszystkich początkujących oraz zaawansowanych bramkarzy mających chęć uczenia się i podnoszenia swoich sportowych umiejętności. Jej założycielem jest Mateusz Wójcik, trener współpracujący obecnie z bramkarzami pierwszej drużyny Wierchy Rabka, ...

Kontakt: Trener Mateusz Wójcik: mateusz_1wojcik@wp.pl tel.: 781-286-727

- Rabczanka rajdowym mistrzem Polski

Agnieszka Pyra, z domu Jaworska, rodowita mieszkanka Rabki-Zdroju, a obecnie pracownik Akademii Marynarki Wojennej wraz z mężem Tomaszem Pyra zdobyła tytuł Rajdowego Mistrza Polski w klasie Open 2WD w 2019 roku.

Relacja z rajdów załogi Pyra/Pyra:

<https://www.youtube.com/watch?v=xzjOEJkgq00> oraz:

<https://www.youtube.com/watch?v=Tiufg9lj8rg&t=110s>

- IV liga małopolska (wschodnia) Sezon 2019/2020

16 kolejka 3 listopada

Wierchy 1:0 Glinik Gorlice

17 kolejka 9 listopada

Bocheński KS 0:0 Wierchy

Po 17. kolejkach Wierchy zajmują 9 miejsce, z dorobkiem 24 pkt. i tracąc do prowadzącej Unii Tarnów 12 punktów.

Dotychczas drużyna z Rabki wygrała 7 meczy, zremisowała 3 i przegrała 6. Stosunek bramek - 23-20.

Sukces Karoliny Gacek na Mistrzostwach Świata Dzieci w Karate W Brnie odbyły się Mistrzostwa Świata Dzieci w karate. W zawodach wzięło udział ponad 1200 zawodników z blisko 30 państw, m.in. ze Stanów Zjednoczonych, Rosji, Izraela, Niemiec, Ukrainy, Czech, Mołdawii, Litwy i oczywiście Polski. W grupie reprezentantów Polski znalazło się aż 8 zawodników z Zakopiańskiego Klubu Karate Tradycyjnego. Największym sukcesem było zdobycie wicemistrzostwa świata przez Karolinę Gacek z Rabki-Zdroju w konkurencji kumite. Karolina uległa tylko jednej zawodniczce w walce finałowej o złoty medal. Drugim ogromnym sukcesem było wywalczenie brązowego medalu przez Antoninę Chrustek również w konkurencji kumite w starszej grupie wiekowej. Bardzo blisko medalu był Krzysztof Bolechowski z Rabki - Zdroju, który przegrał ostatnią walkę o wejście do finałowej czwórki, zajmując tym samym 6 lokatę. Również jego brat bliski był awansu przegrywając czwarty

pojedynek o wejście do ćwierć-finału. Wszyscy zawodnicy nie tylko walczyli dzielnie z przeciwnikami, ale również z ogromnym zmęczeniem, bowiem zawody rozgrywane były przez 16 godzin. Trenerami naszych zawodników są Dominika Bolechowska i Józefa Rączki.

Szkoła Bramkarzy "Między Słupkami" w Rabce - Zdroju!

Szkoła Bramkarzy "Między słupkami" przy współpracy z klubem Wierchy Rabka, otwierają projekt dla wszystkich początkujących oraz zaawansowanych bramkarzy mających chęć uczenia się i podnoszenia swoich sportowych umiejętności. Jej założycielem jest Mateusz Wójcik, trener współpracujący obecnie z bramkarzami pierwszej drużyny Wierchy Rabka, oraz NKP Podhale Nowy Targ, a wcześniej w ekstraklasowym Piaście Gliwice, gdzie z powodzeniem wprowadzał młodych wychowanków do kadry pierwszego zespołu, a także na konsultacje młodzieżowych Reprezentacji Polski. Trener posiada uprawnienia UEFA Goalkeeper oraz UEFA A.

Dołączenie do Szkoły Bramkarzy "Między słupkami", to:

- Treningi pod okiem profesjonalnej kadry trenerskiej;
- Trening oparty na autorskim programie szkolenia oraz rozwój umiejętności bramkarskich od roku życia;
- Praca w małych grupach, maksymalnie 6- osobowych;
- Podział na grupy ze względu na indywidualne umiejętności każdego z zawodników;
- Możliwość treningów indywidualnych i grupowych, analiz meczów i wykładów teoretycznych
- Zajęcia w dogodnych terminach
- Wyjazdy na obozy bramkarskie;

Program szkolenia obejmuje m.in.:

- Treningi ogólnorozwojowe
- Treningi koordynacji ruchowej
- Umiejętność gry nogami
- Elementy techniki bramkarskiej
- Elementy taktyki bramkarskiej - obrona i atak

- Trening decyzji bramkarza
- Trening percepcji wzrokowej

Kontakt:

Trener Mateusz Wójcik:

mateusz_1wojcik@wp.pl

781-286-727

Rabczanka

rajdowym mistrzem Polski

Agnieszka Pyra z domu Jaworska, rodowita mieszkanka Rabki-Zdroju, a obecnie pracownik Akademii Marynarki Wojennej wraz z mężem Tomaszem Pyra zdobyła tytuł Rajdowego Mistrza Polski w klasie Open 2WD w 2019 roku. W Dusznikach-Zdrój ? Zieleniec i okolicach, odbył się 53 Rajd Dolnośląski, zaliczany do Rajdowych Samochodowych Mistrzostw Polski, w którym wzięła udział załoga Tomasz Pyra/ Agnieszka Pyra. Trzydniowy rajd na terenie województwa dolno-śląskiego okazał się najcięższą i najdłuższą rundą w cyklu RSMP 2019. Rekordowa trasa składała się z 19 odcinków specjalnych, w tym 6 odcinków nocnych, o łącznej długości 216,25 km, a w całości licząca sobie 803,72 km.

W pierwszym dniu na Duszniki-Arenie, odcinku nocnym, załoga Hondy Civic Type-R, pokonała hopę spektakularnym skokiem, który niestety spowodował poważne uszkodzenia tylnego zawieszenia. Jednak dzięki inten-sywnej pracy całego serwisu, załoga powróciła w dniu następ-nym na odcinki. Pomimo niesprzy-jającej aurze ? ulewne deszcze i mgła- załoga uplasowała się na czwartym miejscu w klasie Open 2WD.

Sezon 2019 RSMP okazał się wyjątkowy dla załogi Pyra/Pyra, która zdobyła tytuł Rajdowego Mistrza Polski w klasie Open 2WD. Sukces gdyńskiej załogi reprezentującej Automobilklub Orski był wynikiem dwóch zwy-cięstw w 28. Rajdzie Rzeszowskim i Rajdzie Śląska, jednym drugim miejscem w Rajdzie Nadwi-ślańskim, czwartym w Rajdzie Dolnośląskim i piątym w 47. Rajdzie Świdnickim-Krause.

Załoga, której członkiem jest pracownik Akademii Marynarki Wojennej w Gdyni, odbierze pamiątkowe puchary Rajdowych Mistrzów Polski w klasie Open 2WD podczas Gali Sportu Samochodowego PZM, która odbędzie się w Warszawie.

Relacja z rajdów załogi Pyra/Pyra:

<https://www.youtube.com/watch?v=xzjOEJkgq00> oraz:

<https://www.youtube.com/watch?v=Tiufg9lj8rg&t=110s>

IV liga małopolska (wschodnia)

Sezon 20192010

16 kolejka 3 listopada

Wierchy 1:0 Glinik Gorlice

17 kolejka 9 listopada

Bocheński KS 0:0 Wierchy

Po 17. kolejkach Wierchy zajmują 9 miejsce, z dorobkiem 24 pkt. i tracąc do prowadzącej Unii Tarnów 12 punktów. Dotychczas drużyna z Rabki wygrała 7 meczy, zremisowała 3 i przegrała 6. Stosunek bramek - 23-20.