

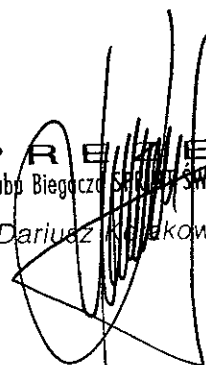
DZIAŁALNOŚĆ

KLUBU BIEGACZA SPRINT ŚWIDWIN

W 2014 ROKU.

DANE KLUBU	KLUB BIEGACZA SPRINT ŚWIDWIN UL. SŁONECZNA 7, ŚWIDWIN 78-300 tel. 609 636 292 e-mail: dario19724@wp.pl www.sprintswidwin.manifo.com
LP.	2014
LICZBA CZŁONKÓW KLUBU	28
LICZBA ZAWODNIKÓW	28
DZIAŁALNOŚĆ KLUBU: DYSCYPLINY	BIEGI DŁUGODYSTANSOWE
PROWADZONE ZAJĘCIA	-
ZORGANIZOWANE ZAWODY	- III ŚWIDWIŃSKI TEST COOPERA, 13.04.2014 r., ILOŚĆ UCZESTNIKÓW 37. - I DYCHA NAD REGĄ-memoriał Wojtka PISMENKI, 08.06.2014r., ILOŚĆ UCZESTNIKÓW 151 - OD PRZEDSZKOLAKA DO MARATOŃCZYKA, 23.06.2014r., ILOŚĆ UCZESTNIKÓW 193 - I ŚWIDWIŃSKA MILA, 27.09.2014r., ILOŚĆ UCZESTNIKÓW 43 W RAMACH TEGO BIEGU ODBYŁY SIĘ TEŻ BIEGI DLA DZIECI NA RÓŻNYCH DYSTANSACH , STARTOWAŁO 143
UCZESTNICTWO W ZAWODACH(osignięcia)	- KOSZALIN „BIEG NIE TYLKO DLA KOBIET” 08.03.2014r.- 10 km. (2 m-c Agnieszka PASIEKA wśród kobiet) - KOŁOBRZEG „ BIEG ZAŚLUBIN” 16.03.2014r.-15 km. (wysokie 16 m-c naszej drużyny, wśród blisko 60 zespołów z czasem 3.07.23 s.) - DĘBNO „41 MARATON DĘBNO”06.04.2014r.- 42.195 m. - SZCZECINEK „ BIEG WIDANDA OSIŃSKIEGO”27.04.2014r.-10 km. - RESKO „BIEG O STRZAŁĘ WIDANTA”01.05.2014r.- 10 km. (I MIEJSCE W KAT. NAJLICZNIEJSZA DRUŻYNA) - KRAKÓW „CRACOVIA MARATON” 18.05.2014r.- 42.195 m. - SŁAWNO „BIEG ŚWIĘCÓW”24.05.2014r.- 10 km. - KOSZALIN „BIEG WENEDÓW”25.05.2014r. – 10 km. - SZCZECIN-KOŁOBRZEG „III ULTRAMARATON”07.06.2014r.- 151km. (wystartowało i ukończyło 2 zawodników z naszego klubu Rafał GROCHOWALSKI I Łukasz GOLIŃSKI)

	<ul style="list-style-type: none"> - STARGARD SZCZECIŃSKI „BIEG ULICZNY O BŁĘKITNĄ WSTĘGĘ” 14.06.2014r. – 10 km. - KARLINO „BIEG PAPIESKI” 15.06.2014r. – 15 km. - ŁOBEZ „ŁOBESKA DZIESIĄTKA” 05.07.2014r. – 10 km. - JAROSŁAWIEC „MIĘDZYNARODOWY BIEG PO PLAŻY” 06.07.2014r. 15 km. - DŹWIŻYNO „BIEG KU SŁOŃCU” 26.07.2014r. – 10 km. - GRYFICE „BIEGI LEŚNE” 17.08.2014r. – 10 km. - ZŁOTÓW „BIEG PIASTA KOŁODZIEJA” 31.08.2014r. – 10 km. - SZCZECIN „BIEG GRYFA” 31.08.2014r. -21.097 m. - PIŁA „BIEG PHILIPSA” 07.09.2014r. – 21.097 m. - WROCŁAW „MARATON WROCŁAW” 14.09.2014r. – 42.195 m. - PŁOTY „BIEG O SZTACHETE” 20.09.2014r. – 10 km. - BERLIN „BMW BERLIN MARATON” 27.09.2014r. – 42.195 m. - POZNAŃ „15POZNAŃ MARATON” 12.10.2014r. – 42.195 m. <p>(rekord naszego Klubu w maratonie Wojtek WEINAR – 3.09.13 s.)</p>
<p style="text-align: center;">DODATKOWE INFORMACJE</p>	<p>Klub Biegacza SPRINT Świdwin istnieje od 4 października 2013 roku, początkowo w naszym klubie było 16 zawodników, na dzień dzisiejszy jest nas 28 osób. Jako miłośnik biegania i wielokrotny maratończyk wiem, że pokonanie trasy 42,195 km to duże wyzwanie, które jest nagradzane jeszcze większą satysfakcją. Do treningów i samego maratonu potrzebna jest silna wola i samodyscyplina, a zmęczenie i wątpliwości, które przychodzą w trakcie biegu konfrontują nas z naszymi ograniczeniami i słabościami. Bieganie to nie tylko wysiłek fizyczny i trening ducha. Trzeba poczuć zmęczenie, ból w nogach i płucach, a potem ze zdziwieniem dojść do wniosku, że jest to coś, czego mi w życiu właśnie brakowało. Najpierw kilometr, potem dwa, 10, 15, półmaraton, a któregoś dnia przebiec maraton 42,195 km i na mecie mieć wyraz twarzy, który mówi więcej niż tysiące słów. Maraton to przede wszystkim źródło radości, zadowolenia i satysfakcji. Biegamy z różnych powodów, dla siebie i dla innych oraz by pokonać własne słabości i przełamać kolejne bariery. W czasach nieustannego pośpiechu i stresu, długodystansowe bieganie jest wspaniałym sposobem na relaks, wyciszenie się i przemyślenie własnych spraw.</p>


P R E Z I E S
 Klub Biegaczy SPRINT ŚWIDWIŃ
 Dariusz Kulakowski