



2014



---

[www.trener.awf.poznan.pl](http://www.trener.awf.poznan.pl)



## ROWERAMI NAD STRZESZYNEK



19 lipca 2014 r. w słoneczną sobotę wyruszyliśmy rowerami nad jezioro Strzeszyńskie. Dość liczną grupą zebraliśmy się na boisku przy gimnazjum 56. Każdy z uczestników wycieczki wyposażony był w plecak i przede wszystkim dobry humor.

Tekst: **Dominik Wójcik**

Chodziło nam o dobrą zabawę i radość ze wspólnie spędzonego czasu w doborowym towarzystwie. Grono chłopaków pod moim przewodnictwem nie mogło się doczekać aż wystartuje rowerami i zasmakuje orzeźwiającego powietrza podczas podróży przez lasy i ciekawe zakątki Poznania. Na pełnym gazie dojechalśmy w końcu na miejsce. Czekala na nas gorąca plaża, na której od razu wypakowaliśmy swoje rzeczy, rowery bezpiecznie przypięte, zatem czas do wody! W wodzie nie tylko pływalimy, zabraliśmy ze sobą piłkę oraz frisbee, które rzucaliśmy między sobą. Było przy tym dużo śmie-

chu i radości. Po wyjściu z wody trochę zgłodnieliśmy, więc każdy z nas poszukiwał czegoś smacznego w plecaku. Niektórzy skusili się na lokalne gofry lub inne słodkości. Gdy wszyscy już byli najedzeni i szczęśliwi poszliśmy na rozgrzany piasek i zabraliśmy się za rzucanie frisbee. Podczas zabawy spostrzegliśmy bardzo dużą lunetę, przez którą mogliśmy podglądać, co ciekawego dzieje się na sąsiedniej plaży. Czas płynął, aż w końcu musieliśmy odpiąć rowery i wracać do domu. Wspaniałe wspomnienia i niezapomniane chwile sprawiają, że takie wycieczki trzeba organizować ponownie w następnym roku Trenera Osiedlowego AWF.



## WYCIECZKI ROWEROWE



Wakacje oraz wiosenne weekendy to wspaniała okazja, aby wybrać się na wycieczkę rowerową. W Poznaniu i okolicach jest mnóstwo ciekawych miejsc, do których można dojechać coraz liczniejszymi ścieżkami i szlakami rowerowymi. Jednakże aby nasza podróż była bezpieczna, należy pamiętać o kilku szczegółach.

Tekst: **Aga Staniewska**



**Przed wyjazdem warto:**  
- sprawdzić stan techniczny roweru – przede wszystkim hamulce, stan łańcucha oraz czy aby żadna śrubka się nie poluzowała...  
- zaplanować trasę – warto wybrać ścieżki rowerowe, drogi polne i leśne, nawet jeśli miało by to wydłużyć drogę,  
- jeśli trasa jest długa i istnieje ryzyko jazdy po zmroku, koniecznie weźcie ze sobą kompletne oświetlenie – białe

światło na przód oraz czerwone na tył. Bardzo przydaje się też kamizelka odblaskowa!

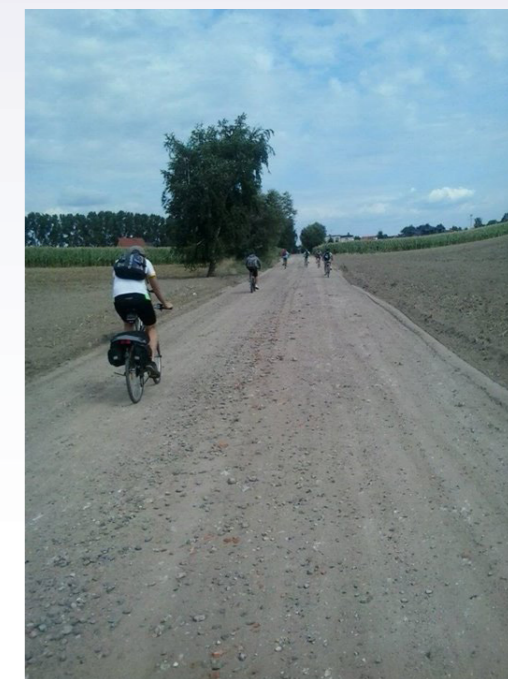
### W czasie jazdy pamiętaj:

- jedź zawsze prawą stroną jezdni/ścieżki!  
- zmieniając kierunek jazdy rozejrzyj się odpowiednio wcześniej, czy manewr jest bezpieczny!  
- przez przejście dla pieszych, jak sama

nazwa wskazuje, rower przeprowadzamy PIESZO! Wjeżdżanie z dużą prędkością na pasy może powodować bardzo niebezpieczne sytuacje, bardzo niebezpieczne w skutkach!!!

### Po wycieczce:

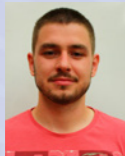
- Mam nadzieję, że będzie Wam miło i przyjemnie! Życzę Wam niezapomnianych wrażeń oraz bezpiecznych podróży!



## SPIS TREŚCI

- 2 Rowerami nad Strzeszynek
- 3 Wycieczki rowerowe
- 4 Deszczowy dzień
- 5 Wakacyjne rozgrywki międzysiedlowe
- 6 Wywiad z Panią dr Ewą Bąk
- 7 Chwiałka dla ochłody
- 8 Trener Osiedlowy na... Placu Wolności
- 10 Program "Trener Osiedlowy AWF" - po co i dla kogo?
- 11 Bowling
- 12 Boisko moim drugim domem
- 14 Spartakiada 2014
- 16 Decathlon Cup
- 18 My wiemy najlepiej, jak używać kija bejsbolowego
- 20 Dziękujemy!

# DESZCZOWY DZIEŃ



Nadszedł październik. Dzień stawał się krótszy, na dworze panował półmrok. Złe warunki pogodowe wyparły nas z boiska, trzeba było przenieść się na salę. Postanowiliśmy potrenować nie tylko sprawność fizyczną ale również wyobraźnię i kreatywność.

Tekst: Robert Woźniak

Tematem przewodnim zajęć był tor przeszkód. Każdy z uczestników po kolei ustawiał swój tor, następnie reszta grupy miała za zadanie przejść go w jak najkrótszym czasie. Mali adepci mieli do wykorzystania cały sprzęt znajdujący się na sali - szarfy, drabinki, piłki do skakania, hula hop, ławki i wiele, wiele innych. Duży wybór przyborów w połączeniu z młodzieńczą

fantazją dały oszałamiający efekt! Każdy tor był inny, oryginalny, charakteryzujący daną osobę. Jedne opierały się na szybkości, inne na zwinności czy dokładności. Mali sportowcy czołgali się, skakali, przechodzili po drabinkach, przenosili różne przedmioty w wyznaczone miejsca. Każdy z uczestników dawał z siebie tyle, ile mógł, a przy tym świetnie się bawiał!



# WAKACYJNE ROZGRYWKI MIĘDZYOSIEDŁOWE



Wraz z rozpoczęciem wakacji na zajęcia przy ulicy Harcerskiej dotarł Trener Osiedlowy z boiska przy ul. Tomickiego wraz ze swoimi podopiecznymi. Dzieci rozegrały tego dnia mecz piłki nożnej „Harcerska-Tomickiego”.

Tekst: Mateusz Kietbowski



W grę wchodził nie tylko honor. Był to też ostatni sprawdzian przed rozpoczynającymi się rozgrywkami eliminacyjnymi do „DECATHLON CUP”.

3 lipca był dniem bardzo upalnym, dlatego trenerzy ustalili, że mecz odbędzie się w 4 kwartach po 15 minut każda, z przerwą na uzupełnienie płynów i wskazówki taktyczne.

Tomickiego stawiało się na mecz niemalże punktualnie, dlatego po krótkiej rozgrzewce i objaśnieniu zasad rozpoczęliśmy grę. Główną siłą napędową obu zespołów byli chłopcy z 5 i 6 klasy podstawówki, jednak poziom gry był niezwykle wysoki a rozgrywki zacięte.

Gospodarze ze szkoły przy ul. Harcerskiej szybko objęli prowadzenie, jednak chyba poczuli się zbyt pewnie i dołączając do tego kontuzję bramkarza - z wyniku 5:2 dla Harcerskiej po dwóch pierwszych kwartach ostatecznie mieliśmy 6:7 dla Tomickiego. Zaraz po zmianie bramkarza przez gospodarzy na mniej doświadczonego, chłopcy zaczęli szybko odbierać straty i po 3 kwartach był remis. Dopiero ostatnia niezwykle zacięta kwarta wyłoniła zwycięzcę i to osiedle Tomickiego podchodziło do turnieju eliminacyjnego do „DECATHLON CUP” z większym spokojem, ponieważ obie drużyny były w tej samej grupie w walce o awans do finałowego turnieju.

Po zakończonym meczu dzieci pogratulowały sobie i od razu zaczęły planować rewanż, tym razem na boisku przy Tomickiego ;)



# WYWIAD Z PANIĄ DR EWĄ BĄK

**P**ani Dyrektor, jak narodził się pomysł stworzenia w Poznaniu instytucji Trenera Osiedlowego?

Pomysł akcji Trener Osiedlowy narodził się w 2009 roku i był odpowiedzią na ważny problem społeczny. Część dzieci i młodzieży z tak zwanego pokolenia Y, musiała na nowo odkryć radość z uprawiania sportu i rekreacji co poniekąd w dużym stopniu się udało. Cieszy mnie, że atrakcyjność zajęć z Trenerami Osiedlowymi pozwoliła odciągnąć najmłodszych poznaniaków od szklanych monitorów komputerów i na nowo bawić się ruchem. Od sześcioletniej edycji programu realizują go dwa doświadczone podmioty – Poznański Szkolny Związek Sportowy oraz Fundacja na rzecz Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Przy tworzeniu go skorzystaliśmy z dobrych przykładów stosowanych we Wrocławiu, modyfikując je jednak. Zaangażowanie w przygotowanie programu Radnych Miasta Poznania i pracowników Wydziału Sportu było moim zdaniem kluczem do sukcesu.

**Jak ocenia Pani realizowany program?**

Uważam, że program bardzo dobrze spełnił swoje zadanie, oferując formy aktywności fizycznej dla dzieci i młodzieży w czasie wolnym od nauki w oparciu o miejską bazę sportowo-rekreacyjną. Miasto Poznań w ciągu sześciu lat trwania akcji wydało ok. 2.5 miliona złotych, tworząc warunki do jego prowadzenia. Niemniej sukces nie byłby możliwy bez zaangażowania trenerów, instruktorów, nauczycieli czy dyrektorów szkół. Wysoka ocena społeczna misji i realizowanych zajęć ale przede wszystkim zadowolenie dzieci i młodzieży pozwalają mi obiektywnie stwierdzić, że Trener Osiedlowy jest przysłówiowym strzałem w dziesiątkę.



dr Ewa Bąk

Dyrektor Wydziału Sportu Urzędu Miasta Poznania

**Czy program kontynuowany będzie w następnych latach?**

Mam głęboką nadzieję, że tego typu działania będą kontynuowane w następnych latach. Najlepszym dowodem na społeczną ich potrzebę jest dofinansowanie akcji, decyzją mieszkańców miasta w ramach Poznańskiego Budżetu Obywatelskiego. Ze swojej strony mogę zapewnić, że działania skierowane na rozwój sportu dzieci i młodzieży, czyli najważniejszej dla nas grupy społecznej były i będą ważnym zadaniem Wydziału Sportu, którym mam zaszczyt zarządzać.

**Czym zajmuje się Wydział Sportu w Urzędzie Miasta, którym Pani kieruje i jakie inne propozycje w dziedzinie Kultury Fizycznej proponuje mieszkańcom naszego miasta?**

Wydział Sportu jest jednostką organizacyjną Urzędu Miasta Poznania. Prezydent miasta Poznania poprzez Wydział Sportu sprawuje nadzór nad klubami i związkami sportowymi mającymi siedzibę w Poznaniu. Wydział prowadzi również ewidencję Uczniowskich Klubów Sportowych (UKS) i klubów sportowych nieprowadzących działalności gospodarczej.

Do zadań Wydziału należą także sprawy z zakresu: upowszechniania sportu, rekreacji, krajoznawstwa, szkolenia dzieci i młodzieży w ramach Młodzieżowych Centrów Sportu (MCS), oraz koordynacja i współudział przy organizacji najważniejszych imprez sportowych organizowanych w Poznaniu, takich jak np. Mistrzostwa Europy w Piłce Nożnej UEFA - Euro 2012. Mistrzostwa Europy w Wioślarstwie w 2015r., Enea Trathlon

2014.

Ważnym zadaniem jest również rozwijanie współpracy i wymiana zagraniczną w zakresie kultury fizycznej z miastami partnerskimi, wydawanie decyzji zezwalających na organizację imprez masowych - sportowych w Poznaniu, wspieranie i współpraca z różnymi organizacjami i podmiotami w zakresie sportu i rekreacji osób niepełnosprawnych.

Ponadto Wydział Sportu w ramach nadzoru nad POSiR (Poznańskie Ośrodki Sportu i Rekreacji) koordynuje rozbudowę i utrzymanie bazy sportowej.

Wydział Sportu współpracuje z Departamentem Sportu i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego województwa wielkopolskiego, Poznańskim Szkolnym Związkiem Sportowym, Spółką „Termy Maltańskie”, Polskim Komitetem Olimpijskim (PKOl), Komisją Turystyki, Kultury Fizycznej i Sportu Związku Miast Polskich i Polskimi Związkami Sportowymi.

Cieszą nas sukcesy sportowe zarówno naszych sportowców, którym fundujemy stypendia, ale również wysokie, bo drugie miejsce w Polsce (po Warszawie), we współzawodnictwie dzieci i młodzieży.

**Wiemy, że była Pani znakomitym sportowcem wyczynowy, posiada Pani również tytuł doktora nauk o kulturze fizycznej. Jest Pani wykładowcą akademickim, kieruje Pani dużym wydziałem w Urzędzie Miasta. Czy przy tak wielu obowiązkach na co dzień znajduje Pani czas na aktywność fizyczną?**

Staram się, chociaż nie jest to łatwe. Raz w tygodniu od 7.00, przed naradą z Poznańskimi Ośrodkami Sportu i Rekreacji, można mnie spotkać na pływalni „Chwiałka”.

Od niedawna z mężem zapaliliśmy się również do Nordic Walking, a że mieszkamy pod Poznaniem, mamy ku temu doskonałe warunki. Zimą oczywiście wyjazdy na narty, które po piłce ręcznej są moją największą pasją.

**Dziękuję za wywiad.**

**Rozmawiał Szymon Rakowski**

# „CHWIAŁKA” DLA OCHŁODY



W okresie wakacyjnym pogoda nas bardzo rozpieszczała. Skorzystały z tego również dzieci z boiska przy ul. Zmartwychstańców, które chętnie spędzały gorące południa w chłodnych kompleksach wodnych „Chwiałka”.

Tekst: **Bartosz Michalski**

**B**liska lokalizacja i atrakcyjna cena sprzyjały wypadom nad wodę, nawet do dwóch razy w tygodniu. Ciężko wysiedzieć w takim upale na płycie boiska, dlatego chętnie dzieci popisywały się najatrakcyjniejszymi skokami do wody, zjazdami ze zjeżdżalni czy swoimi umiejętnościami pływackimi. Dzieci zaczynające przygodę z pływaniem chętnie czerpały ze wskazówek trenera. W wolnym

czasie oczywiście nie mogło zabraknąć wyjścia na lody - dla ochłody - rzecz jasna. Do tego oprócz wylegiwania na kocu dzieci mogły integrować się przez zabawę z piłką do siatkówki czy pogranie w ciekawą odmianę badmintona jaką jest speedminton. Po intensywnym czasie spędzonym na „Chwiałce” cała grupa ze spieczonymi twarzami maszerowała do swoich domów na dobry letni obiad.



# TRENER OSIEDLOWY NA... PLACU WOLNOŚCI



Dnia 8 października Trenerzy Osiedlowi wpadli na wspaniały pomysł by udać się na Plac Wolności i pokazać mieszkańcom Poznania, że do dobrej zabawy wystarczy ludzie i trochę przestrzeni.

Tekst: Dawid Kaniewski

**D**zieci długo nie było trzeba namawiać, kiedy tylko usłyszeli o możliwości pogrania w Piłkę Nożną czy Palanta w samym centrum Poznania tłumem ruszyli ze swoimi trenerami na miejsce zbiórki. Umówiliśmy się na godzinę 16.30 przy fontannie, ale jakby to było, gdyby wszystko poszło zgodnie z planem... Okazało się, że już od godziny 16 na Placu królowała Palant i boisko z ulicy Krakowskiej. Trener Rafał jak zawsze wyszedł przed szereg i postanowił beczynnienie nie czekać na resztę osiedli :-)

się ludzie we wszystkich kategoriach wiekowych, nawet Ci najstarsi :-). Kiedy wszyscy już myśleli, że to koniec niespodzianek, na naszym nowym „boisku” pojawiła się telewizja WTK zainteresowana tym co się tam dzieje.

Panowie nie wierzyli w to co zobaczyli, byli pełni podziwu dla wszystkich osób którzy uczestniczyli w naszych zajęciach. Korzystając z okazji postanowiliśmy promować nasz program i zachęcić mieszkańców Poznania do głosowania na projekt nr 8 „TRENER OSIEDLOWY” który znalazł się w pro-

pozycjach Budżetu Obywatelskiego w 2015 roku.

Po krótkich wywiadach których udzielali Trenerzy Dawid i Kasia postanowiliśmy zamienić cały plac w boisko do piłki nożnej i zagrać wielki mecz! Był to przedsmak emocji który czekał nas 3 dni później, czyli wielkie wydarzenie na Stadionie Narodowym mecz POLSKA - NIEMCY.

Chyba wywołałoby wilka z lasu, ponieważ emocje były nie mniejsze niż we wspomnianym meczu. W naszych składach byli zawodnicy z Ukrainy, Hiszpanii, Portugalii i Szwecji... czyli studenci którzy przyjechali na wymianę dzięki programowi ERASMUS. Mieszanka tak wielu narodowości sprawiła że nie tylko oglądaliśmy piękne bramki, ale także cudowne akcje które tworzyli nasi podopieczni z rodakami takich piłkarzy jak Cristiano Ronaldo, Zlatan Ibrahimovic czy Iker Casillas.

Tego dnia liczyła się tylko zabawa, pochłonięci grą nawet nie zauważyliśmy ile ludzi zatrzymuje się i głośno kibicuje. Atmosfera była jak na praw-



Dokładnie o 16.30 ostatni na miejsce zbiórki przybył Trener Robert ze swoimi dziećmi.

Po krótkiej naradzie postanowiliśmy podzielić liczną grupę na kategorie wiekowe i zagrać w Piłkę Nożną, Siatkówkę, Koszykówkę i Palanta tworząc małe boiska na całym Placu. Trenerce Kasi oddelegowaliśmy najmłodszych uczestników którzy bawili się w gry i zabawy dla najmłodszych!

Nie potrzebowaliśmy dużo czasu, by coraz chętniej przyłączali się do wspólnej zabawy przechodnie. I tak po 20 minutach razem z nami bawili



dziwym stadionie!

Padło tyle bramek że nikt nie odważył się głośno powiedzieć końcowego wyniku. W międzyczasie panowie z kamerą wylawiali najjaśniejsze gwiazdy spotkania i zapraszali do wspólnego wywiadu, tak jak ma to miejsce w pro-

fesjonalnym sporcie. Widać było, że nasi podopieczni mają parcie na szkło i kamera nie jest im straszna.

Podsumowując wspaniały dzień, można śmiało powiedzieć, że ekipa trenerów oraz ich podopieczni po raz kolejny spisali się na medal. Mamy na-

stępne miłe wspomnienia, które będą nam towarzyszyć podczas zbliżających się zimowych wieczorów. Jeśli tylko będzie zimno warto przypomnieć sobie mecz na Placu Wolności. Jestem pewien, że nie jednemu uczestnikowi tego spotkania zrobi się gorąco!!!



# PROGRAM „TRENER OSIEDLOWY AWF” — PO CO I DLA KOGO?



„A wakacje w mieście, proszę pana, to jest tak: nuda... Nic się nie dzieje, proszę pana. Nic. Taka, proszę pana... Dzieci wynudzone... Bardzo wynudzone są. W ogóle brak akcji jest. Nic się nie dzieje”\* – odpowiedziałby z pewnością bohater kultowego filmu, zapytany o to, jak dzieci spędzają lato w mieście. I być może miałyby rację, gdyby na boiskach nie było w wakacje trenerów osiedlowych!

Tekst: Katarzyna Żebrowska

Ku uciesze wielu młodych miłośników ruchu, na poznańskich osiedlach nie zabrakło jednak ani słońca, ani trenerów. Oprócz zajęć na podwórku, gdzie codziennie odbywały się emocjonujące rozgrywki w piłkę nożną, siatkówkę, ręczną, kosza i palanta, dzieci mogły uczestniczyć w zorganizowanych wyjazdach poza boisko. O tym ile przyjemności w upalne dni sprawiają synchroniczne skoki na bombę na Chwiałce, gonitwy za generałem na Cytadeli czy turlanie się z górki na Plaży MTP, wiedzą tylko ci, którym bliski żółty gwizdek na niebieskim tle. O tym, ile warte są splecione skanką przyjaźnie, wiedzą bez wątpienia ci, którzy na boisku odkryli znaczenie słów fair-play i drużyna. To, ile satysfakcji niesie ze sobą udział w zawodach sportowych, nie jest tajemnicą dla tych, którzy z dumą noszą koszulkę „Wuchta wiary na Trenera!” Bo zajęcia z Trenerem Osiedlowym AWF to coś więcej niż ruchowa zabawa i trening umiejętności motorycznych. Oprócz porządnego szkolenia z rozmaitych dyscyplin sportowych, uczestnicy zajęć rozwijają swoje zdolności interpersonalne – komunikacji, empatii, współpracy. Uczą się jak funkcjonować w grupie, jak cieszyć się zwycięstwem i jak wyciągać wnioski po przegranych walkach. Zdobywają umiejętność organizacji czasu wolnego i rozpalają zamięłowanie do aktywności fizycznej, która staje się wartością na całe życie.

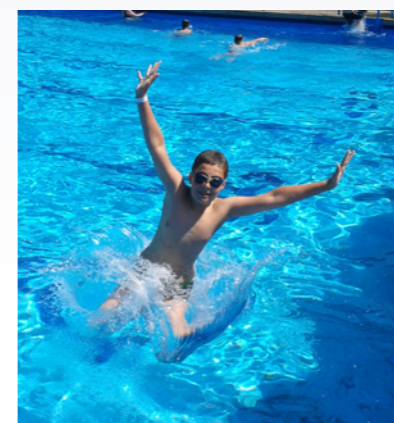
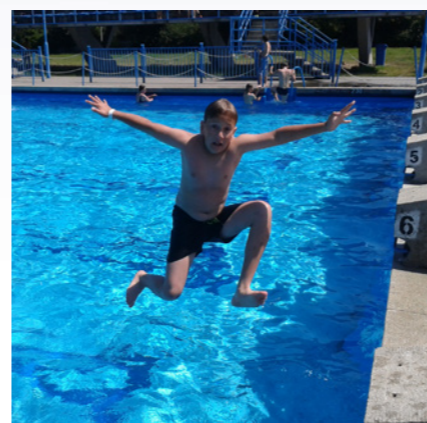
Z każdą kolejną edycją programu



na boisku pojawiają się nowi adepci ruchowej zabawy. Wszyscy są mile widziani! Bez względu na poziom sportowy, bez względu na predyspozycje fizyczne! Jedynym, choć bardzo ważnym wymogiem, jaki stawia się uczestnikom, to postawa szacunku wobec kolegów i trenerów! I tak wiele osób, często nieśmiało rozpoczynających swoją osiedlową przygodę, zostaje na bo-

isku przez lata. Mało tego, wielu marzy o studiach na poznańskiej AWF i dopytuje, jaką drogą pójść, by tam trafić. Wczoraj od jednego z chłopców, z którym widzimy się na boisku już piąty rok z rzędu usłyszałam słowa: „Bo wie Pani, nasze osiedle to zostało wychowane na Trenerze AWF” i myślę, że to zdanie stanowi najlepszą odpowiedź na pytanie – po co i dla kogo nasz program. Dzięki Domino! ;)

\*W tekście użyto słów pochodzących z filmu „Rejs” w reżyserii Marka Piwowskiego



## BOWLING

Gdy przyszły pierwsze chłodniejsze dni dzieci w ramach zajęć miały okazję pojechać na bowling do galerii MM.

Tekst: Tomasz Zaorski



Dla wielu z nich był to pierwszy kontakt z kulami oraz kręglami jednak po krótkim instruktazie trenerów każdy radził sobie bez większych problemów. Dla niektórych dzieci ważące 6 i więcej kilogramów kule początkowo może i wydawały się nieco ciężkie lecz w żaden sposób nie popsulo im to zabawy ponieważ z czasem rzuty były coraz mocniejsze oraz bardziej celne co widać było po wynikach. Po mimo dużej różnicy wieku i umiejętności zabawa była świetna. Każdy z dzieciaków mógł oddać mnóstwo rzutów a przy każdym z nich celem był przysłowiowy „strike”. Oczywiście niektórym udawała się ta sztuka co jak było widać wywoływało wielką radość u wszystkich grających. Zanim jeszcze skończyła się gra dzieci już pytały kiedy będzie następne wyjście na kręgle. Widocznie musiało im się podobać.



# BOISKO MOIM DRUGIM DOMEM



Historia zaczyna się pewnego wiosennego dnia gdzie każdy czeka aż kolejny dzień będzie choć o pięć minut dłuższy, pięć minut wspólnej gry.

Tekst: Maksymilian Olszak

**Adam** - lat 13, na osiedlu znany przede wszystkim z pokrzykiwania na kolegów, że nie wracają po akcji. Dla bliższych „Młody Lekier”, pseudonim po starszym kumplu (obaj wybitni kopytkaze\*).

Kiedy ktoś chce żeby Adaś zjawił się na placu (punkt zero na osiedlu, tam spotykają się wszyscy) lub na boisku wystarczy mocno krzyknąć - ADAŚ!!, po chwili na wysokości kilku pięter otworzy się okno i usłyszymy - Cooo?. Tak, tak słyhać go na całym osiedlu. Ulubiony sport - piłka nożna. Zawsze uważny dla uwag trenera, może grać na każdej pozycji. Po piłce uwielbia chodzić po drzewach, to On wchodzi po piłki na drzewa i jest znany z niekonwencjonalnych ukryć podczas gry w „szukano”. Samodzielny, ale lubi zająć za skórę, w pierwszej edycji był rekordzistą w robieniu pompek. Lider obecności i człowiek zakochany w spędzaniu czasu na boisku. Chłopak z uśmiechem zawsze na twarzy oraz niezawodzący nigdy trenera. VICE kapitan drużyny.

**Grześ** - lat 12, „Gregor”. Znany z nie

przeciętnej szybkości i smykałki do wszystkich sportów (poza kręglami).

Mały, ale waleczny. Trudno go dogonić z piłką i bez piłki. Kapitan drużyny. Od niego zaczyna zawsze się wybieranie składów. To on rozdziela piłki i decyduje, która drużyna wygrywa (uważany za największy talent przez trenera na boisku). Podobno ma słabość do dziewczyn, ale kto go tam wie. Widać z oczu, że piłka najważniejsza dla niego jest. Obok Adama najlepsza frekwencja na zajęciach. Parę razy zęgnął już się z boiskiem, oj nawet czasami na długo. Zawsze wracał, przeproszał i znów był liderem. Napastnik bez dwóch zdań. Bramki workami strzela i wie, że czy mały czy duży od niego na „siatkę” zasłuży :)

**Mikołaj** - 9 lat, „Miki”. Malutki Mikołaj. Znany z wiecznej energii, uśmiechu i miłości do piłki.

Jest takie przysłowie „mały w ciele, wielki w sercu”. Taki właśnie jest Miki. Połowa by umarła gdyby nie jego butelka wody na codziennych zajęciach. Biega

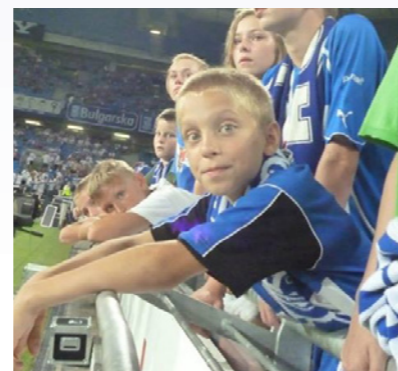


Kerti

za trzech, choć siły mu jeszcze brak. Najmłodszy, nigdy się nie poddaje i nie rezygnuje. Jego tata często łapie się za głowę, jak Miki znów chce iść na boisko. Obok piłki i rakietki tenisowej, które uwielbia chętnie gra we wszystko. Nie boi się walki ze starszymi, choć czasami nie jedna łezka poleciała.



Grześ



Buła



Starsza ekipa

**Łukasz** - 20 lat. Po prostu Lekier.

Nie ma trenera (ze starej ekipy), który by go nie znał. 6 edycji trenera osiedlowego, cztery obozy w Chylinie. Zaczynał na Jagiellońskim, skończył na Piastowskim. Dziś już dumny tata. Wpada na boisko coraz rzadziej, ale zawsze wprowadza ten sam podział, jedna drużyna z Lekierem, druga z trenerem. Lider starszej ekipy uczęszczającej na trenera. Dla wielu uważany za Play Makera boiska\*. Przyjaciel trenera i nieoficjalnie jego prawa ręka.

O reszcie już trochę, krócej.

**Łuki** - 14 lat. „Goguś”. Z kulturą, ale i nieźle zakręcony. Snowboarder oraz mistrz jazdy na wake boardzie :)

**Maja** - 12 lat. Pływa jak ryba i żadnych sportów się nie boi.

**Kasia i Patryk** - 15 lat i 17 lat. Rodzeństwo na śmierć i życie. Na trenerze byli by zawsze tylko gdyby doba miała 48h

**Zawias i Rusek** - obaj 14 lat. Chłopaki, do których trener nigdy nie miał zastrzeżeń. Wzorowa postawa.

**Tomek** - 13 lat. Znakomity pływak i nasz niezawodny obrońca. Pracowity chłopak.

**Buła i Kerti** - 10 lat i 12 lat. Brachole. Nie ma ich od ponad sezonu. Byli największymi jajcaczami na boisku :D

**Michał** - 25 lat. Najstarszy, ale ceniony za chęć do zmiany siebie.

**Robert** - 16 lat. Uśmiechnięty i zawsze pomocny.

**Koziej** - 13 lat. Nasz bramkarz. Ulubieniec trenera i chłopak o niezwykłym sercu do sportu.

**Gołąb** - 12 lat. Bramkarz numer dwa. Towarzysz Adasia. Wielki fan Lecha Poznań.

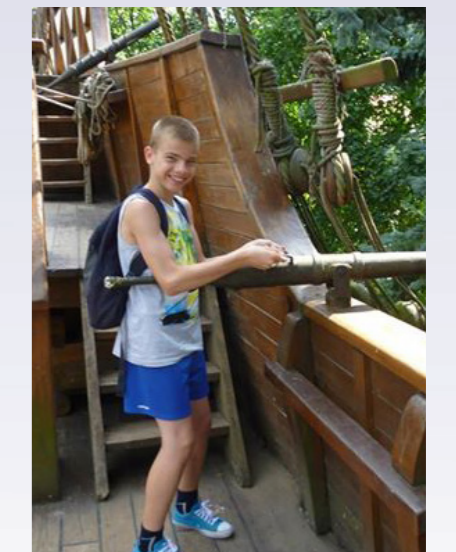
**Ciapek** - 15 lat. Pracowity. W każdym sporcie był dobry.

**Wiktor** - 17 lat. Bramkarz starszej ekipy\*. Lider na tej pozycji na osiedlu.

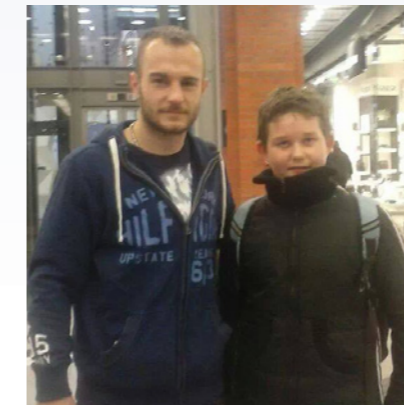
Zbieżność imion i pseudonimów nie jest przypadkowa, ponieważ jest to ekipa dzieciaków najczęściej uczęszczająca na zajęcia na osiedlu Piastowskim.



Maja i Łukasz



Koziej



Gołąb



Ciapek

# SPARTAKIADA 2014



Piękna słoneczna pogoda oraz wspaniałe nastroje towarzyszyły nam 9 sierpnia, kiedy to na terenach młodzieżowego Domu Kultury przy Drodze Dębińskiej rozegrana została kolejna Spartakiada Sportowa Trenera osiedlowego. W tym roku jak zwykle nie zabrakło tradycyjnych rozgrywek drużynowych a także nowych, ciekawych i zabawnych konkursów indywidualnych.

Tekst: **Aga Staniewska**



Pierwsi na swoją arenę weszli piłkarze, którzy rozgrywali finałowe mecze Decathlon Cup. Po długich i ciężkich eliminacjach, do turnieju zakwalifikowało się po 12 zespołów w kategorii szkół podstawowych oraz gimnazjów. W młodszej kategorii nie było wyraźnego faworyta. Pierwsze miejsce wywalczyła drużyna z os. Zwycięstwa/Batorego.

Wspomagana przez kolegów z os. Batorego. W Meczach finałowych chłopcy z Piątkowa pokonali drużynę z os. Piastowskiego. Na trzecim miejscu uplasował się zespół z os. Lecha. W kategorii gimnazjum to właśnie reprezentanci os. Lecha nie mieli sobie równych. W finale pokonali sąsiadów z Rataj – os. Jagiellońskie a trzecie miejsce zajęła eki-

pa z os. Piastowskiego.

Na rozległym terenie MDK toczyły się również rozgrywki w unihokeja, siatkówkę plażową, ringo, streetball i w mini-tenisa. W poszczególnych dyscyplinach zawodnicy podzieleni byli na kategorie wiekowe a czas rozgrywek oraz niektóre przepisy zostały dostosowane do ich umiejętności. Na szczególną uwagę zasługuje trio: Magda Idaszak, Ada Wójcik i Gosia Makowska, reprezentantki os. Przyjaźni. Dziewczętom udało się wywalczyć aż 3 złote medale w konkurencjach drużynowych! Brawa za wszechstronność, wspaniałą postawę sportową oraz zgranie w drużynie!

Jak co roku, na wszystkich zawodników czekały ciekawe konkursy. Podczas tej edycji, każdy kto ukończył wszystkie 6 konkurencji indywidualnych mógł sobie wybrać nagrodę rzeczową- od piłek, przez okularki pływackie, skakanki, paletki, rakiетки po zestawy do darta. Nie było to jednak takie proste! Trzeba było wykazać się w takich konkurencjach jak tor przeszkód, bieg z kijem, rzuty

do celu... lecz najbardziej zapamiętany zostanie przez nas slalom w spodniach cioci Genowefy! Imponujących rozmiarów portki mieściły dwie osoby i przede wszystkim współpraca liczyła się przy pokonywaniu trasy. Śmiechu było co nie miara!

Dla najmłodszych uczestników do dyspozycji była trampolina oraz



ruchomy zamek, a co odważniejsi mogli spróbować swoich sił na ścianie wspinaczkowej!

W Spartakiadzie udział wzięło ponad 500 dzieci, uczęszczających na zajęcia na 20 boiskach w Poznaniu. I właśnie dla tego hasło, umieszczone na pamiątkowych koszulkach brzmi „Wuchta Wiary na Trenera, tej!”. Do zobaczenia za rok!

## MEDALIŚCI SPARTAKIADY 2014

### DECATHLON CUP

Szkoły Podstawowe:

1. Zwycięstwa/Batorego
2. Piastowskie
3. Lecha

Gimnazjum:

1. Lecha
2. Jagiellońskie
3. Piastowskie

Open:

1. Lecha
2. Harcerska
3. Promyk

### UNIHOKEJ

Szkoły Podstawowe:

1. Idaszak Magda, Wójcik Ada, Makowska Gosia
2. Lis Kuba, Lis Bartek, Kaptur Franek, Kaptur Stanisław
3. Kowalski Szymon, Ubaniak Maciej, Karaszewski Alex

Gimnazjum:

1. Dąbrowski Kuba, Socha Adrian, Socha Dawid, Wlazły Martyna
2. Foltyn Szymon, Siegień Jędrzej, Nowak Mikołaj, Stańsko Mateusz
3. Mensfelski Michał, Ogór Grzegorz, Kwaśny Mateusz

### RINGO

1. Idaszak Magda, Wójcik Ada, Makowska Gosia
2. Wajdzik Wojciech, Gendera Sebastian, Gendera Karol
3. Śliwińska Natalia, Mrczek Marta, Krzyżaniak Piotr

### PLAŻÓWKA

Dziewczeta:

1. Chełmińska Agata, Mielcarzewicz Natalia
2. Graczyk Karolina, Wieczorek Sylwia
3. Dudlik Marta, Przybylska Patrycja

Gimnazjum:

1. Bartyś Maciej, Nowak Dawid
2. Pawłowski Alex, Skrobała Marcin
3. Jarożyński Adam, Maćkowski Dawid

Open:

1. Maciaszek Michał, Śliwa Jakub
2. Przybyszewski Marcin, Supiński Michał
3. Socha Adrian, Socha Dawid

### STREETBALL

Szkoły Podstawowe:

1. Idaszak Magda, Wójcik Ada, Makowska Gosia
2. Szagzdowicz Oskar, Flegel Daniel, Baczyński Oskar
3. Sprenger Martyna, Kaźmierczak Wiktoria, Zbrożyna Julia

Gimnazjum:

1. Kuś Anna, Kuś Kamil, Konieczny Aleksander
2. Przybyszewski Marcin, Tyniec Natalia, Kimmel Jakub
3. Wachowiak Dawid, Witkowski Igor, Gorzaniak Krzysztof

### RZUTY OSOBISTE

1. Grzeško Michał
2. Judek Jakub
3. Gładysiak Nicole

1. Tyniec Natalia
2. Kuś Anna
3. Konieczny Aleksander

### TENIS

Dziewczeta:

1. Przybylska Patrycja
2. Dudlik Marta
3. Gajewska Patrycja

Szkoły Podstawowe:

1. Ratajczak Daniel
2. Kobus Adrian
3. Urbaniak Maciej

Gimnazjum:

1. Wójtowicz Kacper
2. Maćkowski Mateusz
3. Nowak Mikołaj





# DECATHLON CUP



Już po raz szósty, a pod patronatem Decathlonu po raz 3. rozegrane zostały rozgrywki piłkarskiej ligi - Decathlon Cup.

Tekst: **Rajmund Sobkowiak**

## DECATHLON

Już po raz szósty, a pod patronatem Decathlonu po raz 3. rozegrane zostały rozgrywki piłkarskiej ligi - Decathlon Cup. Tym razem eliminacje odbyły się w innej formie. Zamiast kilku grup boiska zostały podzielone na dwie (decydowała lokalizacja). Rozegrano turnieje eliminacyjne w kategoriach podstawówka i gimnazjum. Bezpośredni awans uzyskało 7 ekip, o pozostałe dwa miejsce walka toczyła się na turniejach barażowych pomiędzy boiskami, które niezakwalifikowały się do dalszej fazy. Turnieje eliminacyjne i barażowe rozegrane zostały na orlikach na os. Lecha i MDK w Poznaniu. Przedstawiam listę boisk, które uzyskały prawo gry w finałach podczas Spartakiady:

### w kategorii podstawówka:

- Łozowa, Lecha, Zmartwychwstańców, Zwycięstwa, Batorego, Sobieskiego, Krakowska, Piastowskie, Jagiellońskie

### w kategorii gimnazjum:

- Powstańców Wielkopolskich, Lecha, Zwycięstwa, Zmartwychwstańców, Przyjaźni, Promyk, Jagiellońskie, Piastowskie, Łozowa

### Wyniki w kategorii podstawówka Decathlon Cup turniej finałowy:

grupa A:  
Zmartwychwstańców-Łozowa 5:1  
Łozowa-Lecha 0:2  
Lecha-Zmartwychwstańców 0:1

grupa B:  
mecze nie odbyły się ze względu na brak przeciwników dla drużyny Zwycięstwa i Sobieskiego

grupa C:  
Krakowska-Piastowskie 0:2



Krakowska-Jagiellońskie, Piastowskie -Jagiellońskie; walkowery dla Krakowskiej i Piastowskiego

### FAZA 2:

grupa 1:  
Zmartwychwstańców-Sobieskiego 3:0  
Krakowska-Sobieskiego i Zmartwychwstańców-Krakowska\* walkower dla Sobieskiego i Zmartwychwstańców

grupa 2:  
Zwycięstwa-Lecha 0:1  
Piastowskie-Lecha 0:1



Zwycięstwa-Piastowskie 0:1  
Półnały:  
\*Zwycięstwa dopuszczone do gry ze względu na niestawienie się na kolejną rundę drużyny Sobieskiego  
Zmartwychwstańców-Piastowskie 1:1 karne 2:3  
Lecha-Zwycięstwa 0:1  
Mecz o 3 miejsce:  
Lecha-Zmartwychwstańców 1:0  
Finał:  
Zwycięstwa-Piastowskie 0:0 karne 2:1

Piłką nożną nie zawsze jest sprawiedliwa co dowiodły wyniki drugiej fazy rozgrywek w kategorii podstawówka. Zwycięstwa było już za burtą Decathlon Cup tymczasem w związku z opuszczeniem zawodów przez boisko Sobieskiego zajęli ich miejsce i wygrali po drodze pokonując w półfinale Lecha (odparli niesamowity szturm ratajskiej drużyny). W finale również sprzyjało im szczęście dzięki czemu doprowadzili do serii jedenastek i pokonali faworytów i obrońców tytułu osiedle Piastowskie.

### Wyniki w kategorii gimnazjum:

grupa A:  
Lecha-Powstańców Wielkopolskich 3:0  
Przyjaźni-Powstańców Wielkopolskich 1:2  
Lecha-Przyjaźni 2:0  
grupa B:  
Zwycięstwa-Zmartwychwstańców 1:2  
Zmartwychwstańców-Promyk 0:3  
Promyk-Zwycięstwa 3:3  
grupa C:  
Jagiellońskie-Piastowskie 0:2  
Jagiellońskie-Łozowa 3:0  
Piastowskie-Łozowa 1:0

### FAZA 2:

grupa 1:  
Lecha-Zmartwychwstańców 1:1  
Lecha-Jagiellońskie 0:0  
Jagiellońskie-Zmartwychwstańców 2:1  
grupa 2:  
Promyk-Powstańców Wielkopolskich 2:0  
Piastowskie-Promyk 1:2  
Powstańców Wielkopolskich-Piastowskie 0:0

Półfinały:  
Promyk-Lecha 0:3  
Jagiellońskie-Piastowskie 0:0 karne 3:2  
Mecz o 3 miejsce:  
Promyk-Piastowskie 1:2  
Finał  
Lecha-Jagiellońskie 3:0

Lecha po raz czwarty z rzędu wygrało ligę w kategorii gimnazjum! Wynik na razie poza zasięgiem innych boisk. Niewiele brakowało, a zabrakło by ich w półfinałach, ale fair zagrało boisko Ja-



giellońskie i zdobyło 3 punkty w kluczowym meczu ze Zmartwychwstańców. Jednej i drugiej drużynie do awansu wystarczył bramkowy remis, ale na szczęście dla Lecha Jagiellońskie wygrało. Świetna postawa debiutantów z Promyka oraz oczywiście ekip ratajskich. Brawa dla Piastowskiego za miejsce na podium. Rok temu ta ekipa przegrała dopiero w finale.

Osobny turniej rozegrany został w kategorii Open na orliku na os. Lecha. Tu, podobnie jak w kategorii gimnazjum triumf święcili piłkarze z Lecha, którzy po drodze dali się raz ograć w finale jed-

nak nie pozostawiając złudzeń i po raz trzeci w historii wygrywając ligę w kategorii Open.

Mamy dobrą wiadomość dla fanów programu Trener Osiedlowy AWF oraz piłki nożnej! Jeśli zajęcia ruszą już w styczniu to liga będzie trwać zdecydowanie dłużej! Trzymajcie kciuki.

Podsumowując tegoroczne zmagania młodych piłkarzy. Mamy multi-medalistów z Lecha - dwa złota i brąz, świetny debiut Promyka oraz utrzymanie się w czołówce osiedla Piastowskiego! Co przyniesie nowy sezon? Miejmy nadzieję, że dowiemy się jak najszybciej.

# MY WIEMY NAJLEPIEJ, JAK UŻYWAĆ KIJA BEJSBOLOWEGO



Na zakończenie tegorocznych wakacji, w czwartek, 28 sierpnia br. tradycyjnie na boisku przy Szkole Podstawowej nr 82 w Poznaniu po raz trzeci zorganizowaliśmy Mistrzostwa Trenera Osiedlowego AWF w Palanta. Kolejny raz turniej cieszył się zaskakującym zainteresowaniem ze strony uczniów szkół podstawowych i gimnazjów.

Tekst: Rafał Węglarz

Do losowania przystąpiło sześć ośmioosobowych reprezentacji, które podzielone zostały na dwie grupy. W grupie A, oprócz gospodarzy – ul. Krakowskiej, znaleźli się reprezentanci Batorego i Łozowej Juniors. Grupa B składała się z drużyn z osiedla Wichrowe Wzgórza, Łozowej Seniors oraz Harbat, czyli połączenie „sił” Harcerskiej i Batorego 2.

Regulamin mistrzostwa nie uległ zmianie. Prawo startu mieli dziewczęta i chłopcy z poznańskich szkół podstawowych i gimnazjów. Stosowaliśmy również ubiegłoroczną punktację, tj. „koszyk” – 2 pkt., „kampa” – 3 pkt., a przebiegnięcie przez wszystkie bazy po swoim od-

biciu – 3 pkt. Dodatkowo każda uczestniczka punktowała dla swojej drużyny x 2. Reszta przepisów respektowana była bez zmian.

Poniżej przedstawiamy wyniki:

Gr. A:

I miejsce – **Krakowska**

II miejsce – **Batorego**

III miejsce – **Łozowa Juniors**

Gr. B:

I miejsce – **Łozowa Seniors**

II miejsce – **Wichrowe Wzgórza**

III miejsce – **Harbat**

Półfinały:

**Łozowa Seniors – Batorego** 18:12,

**Krakowska – Wichrowe Wzgórza** 16:12

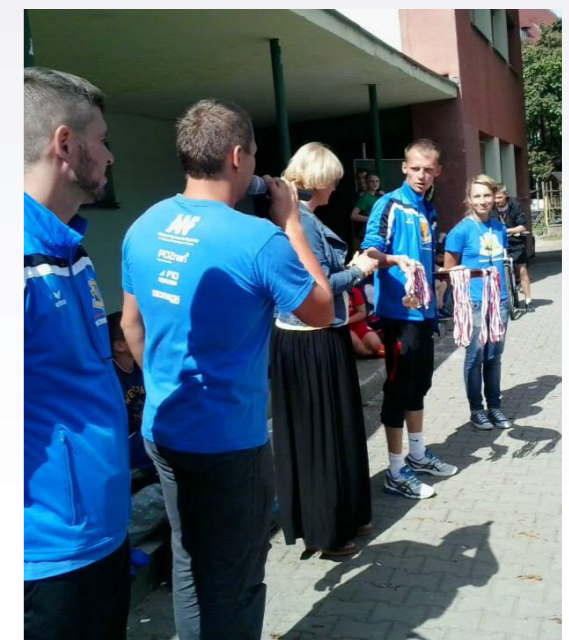
Mecz o 3. miejsce:

**Batorego – Wichrowe Wzgórza** 20:13

Finał:

**Łozowa Seniors – Krakowska** 14:21

Zdobyty już w zeszłym roku, tytuł Mistrza Trenera Osiedlowego AWF w Palanta został zatem obroniony przez gospodarzy z boiska przy ulicy Krakowskiej. Dekoracji trzech najlepszych zespołów dokonała Pani Dyrektor Szkoły Podstawowej nr 82 w Poznaniu – mgr Danuta Werner, której serdecznie dziękujemy za udostępnienie obiektu na potrzeby turnieju i regularnych zajęć Trenera Osiedlowego AWF.



# DZIĘKUJEMY!



W tym roku, nieco później, bo z końcem grudnia zakończymy tę edycję akcji Trener Osiedlowy AWF, szóstą prowadzoną przez Fundację na rzecz AWF w Poznaniu.

Tekst: **Szymon Rakowski**

**W** imieniu organizatorów chcielibyśmy gorąco podziękować Wydziałowi Sportu Urzędu Miasta Poznania, Radnym Miasta Poznania, którzy znaleźli pieniądze na realizację działań Trenera. Gorące podziękowania należą się również Ministerstwu Sportu i Turystyki, które to współfinansowało nasze działania. Słowa podziękowania należą się sponsorom programu marketom DECATHLON FRANO-WO oraz DECATHLON SWADZIM, bez których nie moglibyśmy prowadzić zajęć na tak dobrym

i atrakcyjnym sprzęcie. Wreszcie największe podziękowania należą się Trenerom Osiedlowym AWF, którzy z uporem, cierpliwością, pomysłem i pasją realizowali setki godzin pracy na dwudziestu boiskach naszego miasta. To dzięki ich pracy zapałowi i pracy nasz program odniósł tak duży sukces.

W czerwcu 2014 roku, zgłosiliśmy projekt Trener Osiedlowy do konsultacji społecznych pod nazwą Poznański Budżet Obywatelski 2015. Projekt nasz znalazł się w finałowej dwudziestce projektów, na które można było oddawać głos

od 1 do 12 października. Dzięki Waszym głosom, głosom Waszych Rodziców i znajomych, projekt Trener Osiedlowy zajął 3 miejsce oraz dofinansowanie w kwocie przeszło 500 000 zł. W 2015 roku szykuje się największy z dotychczas prowadzonych program, specjalnie dla Was! Dziękujemy za oddane głosy i wsparcie!

Za wszystkie chwile spędzone razem – Wam uczestnikom programu w 2014 roku gorąco dziękujemy.

Zespół koordynujący program – Tomasz Ber, Tomasz Wudarski oraz moja skromna osoba.

