



GAZETA POMIECHOWSKA

BIULETYN INFORMACYJNY
GMINY POMIECHÓWEK

KOŚCIÓŁ I CERKIEW W NOWYM ŚWIETLE

Od niedawna możemy podziwiać oświetlone bryły kościoła parafialnego w Pomiechowie i cerkwi prawosławnej w Staniławowie. Oświetlenie zrealizowała firma Thorn, wykonująca modernizację oświetlenia ulicznego w Gminie Pomiechówek.



fot. Elżbieta Nowicka

KOLEJNY EGZAMIN GIMNAZJALNY JUŻ ZA NAMI!

W środę 22 kwietnia w gimnazjach całej Polski rozpoczęły się egzaminy gimnazjalne. W naszym Gimnazjum im. Sławoja Felicjana Składkowskiego przystąpiło do nich 78 uczniów klas trzecich. Do rozwiązania przedstawiono aż trzy rodzaje testów: humanistyczny, matematyczno-przyrodniczy oraz z języka obcego nowożytnego. Motywem przewodnim części humanistycznej stała się podróż, natomiast w części matematyczno-

-przyrodniczej – według relacji uczniów – królowała chemia. W tym roku po raz pierwszy zdawano egzamin ze znajomości języka obcego. W pomiechowskim gimnazjum był to język angielski. Wyniki spodziewane są w II połowie czerwca.

W poniedziałek 4 maja rozpoczęły się egzaminy dojrzałości. Wszystkim maturzystom z Gminy Pomiechówek życzymy powodzenia.

Red.

Projekt „Biblioteka Spotkań” prowadzony przez Bibliotekę Publiczną Gminy Pomiechówek we współpracy z Gminnym Ośrodkiem Kultury zbliża się ku końcowi. Jednym z zadań były warsztaty teatralne dla młodzieży gimnazjalnej pt. „Podwieczorki z Melpomeną”.

Zwieńczeniem prac uformowanej w ramach warsztatów grupy teatralnej „Chochlik” stało się wystawienie spektaklu pt. „Opowieść wigilijna” wg Charlesa Dickensa. Gimnazjaliści uczestniczący w projekcie przygotowali przedstawienie dla swoich młodszych kolegów ze Szkoły Podstawowej w Pomiechówku, które zaprezentowali 20 kwietnia 2009.

Uroczysta premiera miała miejsce w Sali Gminnego Ośrodka Kultury w piątek 24 kwietnia 2009 o godz. 18. Zostali na nią zaproszeni rodzice i bliscy wykonawców, jak i wszyscy mieszkańcy Gminy Pomiechówek. Przedstawienie wzbudziło żywe zainteresowanie zgromadzonej widowni. Zwracano uwagę na grę aktorską młodych artystów, oprawę muzyczną, nadającą klimat przedstawieniu, jak i dopracowaną, interesującą scenografię. Po spektaklu, nagrodzonym rześnymi brawami,



aktorzy i zaproszeni goście skosztowali specjalnie zamówionego na tę okazję tortu i słodkości oraz wymieniali się wrażeniami z premiery. Kierownik Biblioteki Ewa Mróz, pełniąc funkcję koordynatora projektu, podziękowała wykonawcom oraz opiekunce grupy teatralnej i zarazem reżyserce przedstawienia Małgorzacie Czerwonce. Szczególne wyrazy wdzięczności skierowała także w stronę Janki Patockiej, która

zainspirowała powstanie grupy teatralnej i projektu „Biblioteki Spotkań”.

Mamy nadzieję, że teatralne fascynacje wpiszą się na trwałe w pomiechowski krajobraz kulturalny, a kolejne klasy gimnazjalne będą chętne do udziału w warsztatach.

„Opowieść wigilijna”

Reżyseria:

Małgorzata Czerwona

Oprawa muzyczna:

Małgorzata Czerwona

Scenografia:

Karolina Radomska

Obsada:

Paweł Ciuchta – duch Marleya, Ebenezer Scrooge jako dziecko
 Robert Ciuchta – Joe
 Damian Fabisiak – chłopiec
 Karolina Jarosławska – duch, córka
 Jan Kleta – Ebenezer Scrooge
 Michał Labęda – Bob Cratchit
 Zuzanna Oliwa – duch
 Magdalena Palac – pani Cratchit, narzeczona Scrooga
 Ola Pisarska – duch, córka
 Aneta Rożek – służąca, kwestraka
 Daria Sulkiewicz – żona Freda, siostra Scrooga, kobieta
 Karolina Sikorska – anioł, duch Przyszłego Bożego Narodzenia
 Natalia Szpigiel – duch Tegorocznego Bożego Narodzenia
 Martyna Śmietajska – Fred
 Wioletta Zalewska – kwestartka, kobieta, młody Ebenezer Scrooge
 Sylwia Zawadzka – anioł, służąca
 Daria Ziemińska – mały Tim, duch Minionych Świąt Bożego Narodzenia

Red.



SUKCES POMIECHOWSKICH DZIECIAKÓW!

Dzieci z Gminnego Przedszkola w Pomiechówku oraz uczniowie Szkoły Podstawowej im. gen. Thomme w Pomiechówku zajęli I miejsce w etapie powiatowym Ogólnopolskiego Festiwalu Piosenki o Zdrowiu.

We wtorek 21 kwietnia 2009 w Klubie Garnizonowym w Modlinie Twierdzy odbył się etap powiatowy IV Ogólnopolskiego Festiwalu Piosenki o Zdrowiu, organizowany przez Powiatowy Inspektorat Sanitarny w Nowym Dworze Mazowieckim.

Konkurs skierowany był do dzieci przedszkolnych, młodzieży szkół podstawowych i gimnazjów. Celem Festiwalu było zainteresowanie dzieci, młodzieży i ich opiekunów tematyką zdrowia oraz zainspirowanie uczestników do poszukiwania treści prozdrowotnych i nowych form wyrazu. Do Festiwalu przystąpiło 6 przedszkoli, 4 szkoły podstawowe i 4 gimnazja

z terenu powiatu nowodworskiego. Jury złożone z przedstawicieli wydziałów oświaty urzędów gmin powiatu nowodworskiego i Starostwa wybrało zwycięzców w trzech kategoriach.

W kategorii „Przedszkole” I miejsce przyznano grupie z Gminnego Przedszkola w Pomiechówku. Nasze maluchy zachęcały publiczność do dbania o zdrowie dynamiczną piosenką „Hej dzieciaki, weźcie zdrowie w swoje ręce”. Komisja doceniła także ciekawe, imitujące owoce i warzywa stroje małych artystów.

W kategorii „Szkoła Podstawowa” bezapelacyjnie wygrali uczniowie Szkoły Podstawowej im. gen. Thomme w Pomiechówku pod opieką Agnieszki Żulawnik. Komisję zachwyciło nie tylko doskonałe przygotowanie muzyczne, ale i aktualność treści w prezentowanej piosence.

Dzieciom i młodzieży oraz ich opiekunom serdecznie gratulujemy.

Agnieszka Brzezińska

VI SPOTKANIE W CYKLU POMIECHÓWEK KULINARNY

W czwartek 2 kwietnia 2009 w Zespole Szkół Rolniczego Centrum Kształcenia Ustawicznego w Pomiechówku odbyło się kolejne, już szóste spotkanie w cyklu POMIECHÓWEK KULINARNY. Tym razem klimaty wielkanocne, zgodnie z tytułem spotkania: „W wielkanocnym koszyku”, zaprezentowano więc sposoby na dekorację świątecznego stołu. Wszyscy goście zostali zaproszeni do degustacji faszerowanych jajek i babki wielkanocnej upieczonej przez uczniów pod opieką Magdaleny Górskiej. Szczególnie atrakcyjnym punktem programu był pokaz wykonania palm wielkanocnych, przygotowany przez przedstawicielki Akcji Katolickiej z Nasielska. Nie zabrakło także odpowiedniej oprawy artystycznej – uczniowie prezentowali fragmenty Reymontowskich „Chłopów”, wybrane przez Ewę Szejnert.



JAJA FASZEROWANE WIOSENNE

1 łyżka majonezu
4 jaja ugotowane na twardo
½ świeżego ogórka
6 rzodkiewek
sól, pieprz
1 łyżka posiekanego szczypiorku

Ogórek, rzodkiewki i szczypiorek drobno pokroić. Jaja przekroić na pół, wyjąć żółtka, połączyć z majonezem i warzywami. Doprawić solą i pieprzem, z masy formować kulki i nakładać je do białek. Posypać szczypiorkiem.

JAJA FASZEROWANE SEREM I SZYNKĄ

8 jaj
15 dag szynki
5 dag parmezanu
50 ml śmietany
vegeta
majonez
zielona sałata

Jajka ugotować na twardo, obrać, przekroić w poprzek na pół i wyjąć z nich żółtka. Szynkę, ser i żółtka zemielić. Dodać śmietanę, przyprawić 1 łyżeczką vegety i wymieszać. Białka napędzić farszem, nadając im kształt całego jajka. Ułożyć na liściach sałaty, polać majonezem i posypać posiekanym szczypiorkiem.

JAJA FASZEROWANE RYBĄ I GRZYBKAMI

5-6 jaj ugotowanych na twardo
10 dag wędzonej ryby
3-4 marynowane grzybki
łyżka majonezu
1,5 łyżki posiekanego szczypiorku
sól, pieprz
kilka liści sałaty
½ kolorowej papryki
kilka rzodkiewek i gałązek natki pietruszki do dekoracji

Jaja obrać, przekroić wzdłuż na połowy, wyjąć żółtka. Rybę oczyścić z ości. Do żółtek dodać rybę, posiekane grzybki, część drobno pokrojonej papryki, majonez, łyżkę szczypiorku. Przyprawić do smaku i dokładnie wymieszać. Białka napędzić masą, ułożyć na półmisku, udekorować pozostałymi warzywami.

JAJA FASZEROWANE PIECZARKAMI

8 jajek
3 łyżki majonezu dekoracyjnego
1 łyżka masła
mała cebulka
6 pieczarek
natka pietruszki
3 oliwki faszerowane papryką
1 łyżeczka kawioru
6 kaparów
sól, pieprz, papryka słodka/ostra

Jajka ugotować na twardo. Ostudzić, obrać, pokroić na pół, ostrożnie wybrać żółtka. Dwa żółtka odłożyć, resztę utrzeć z majonezem. Przyprawić solą i pieprzem. Masę umieścić w szprycy. Napędzić nią połowę jajek. Udekorować kawiorom i kaparami. Rzeźbękę przełożyć na półmisek i na nim ustawić jajka. Schłodzić. Posiekać cebulę i pieczarki, przesmażyć na maśle. Przyprawić solą i pieprzem. Przesłodzić, zmiksować z odłożonymi żółtkami. Dodać łyżeczkę posiekanej natki pietruszki. Masę napędzić pozostałe połówki białek, ułożyć na posłaniu z rzeźbicy obok wcześniej przygotowanych jajek. Udekorować listkami pietruszki i plasterkami oliwek.

O KOBIECIACH NIE TYLKO DLA KOBIECI

program:

17:30 otwarcie wystawy fotograficznej „JEJ OBRAZ” – zdjęcia pomiechowskich kobiet wykonane 8 marca przez Romualda Nowackiego

18:00 wykład psycholog Iwony Majewskiej nt. „Czas kobiet – uwalnianie potencjału w domu i w pracy”

19:00 MALARZE SŁOWA – recital Margity Ślizowskiej

Wydarzenie organizowane w ramach projektu „Czas kobiet – uwalnianie potencjału w domu i w pracy” realizowanego w ramach projektu „Czas kobiet – uwalnianie potencjału w domu i w pracy” z planowanymi wydarzeniami: 10 maja 2009 r. w Pomiechówku, 17 maja 2009 r. w Nasielsku, 24 maja 2009 r. w Nasielsku, 31 maja 2009 r. w Nasielsku, 7 czerwca 2009 r. w Nasielsku, 14 czerwca 2009 r. w Nasielsku, 21 czerwca 2009 r. w Nasielsku, 28 czerwca 2009 r. w Nasielsku, 5 lipca 2009 r. w Nasielsku, 12 lipca 2009 r. w Nasielsku, 19 lipca 2009 r. w Nasielsku, 26 lipca 2009 r. w Nasielsku, 2 sierpnia 2009 r. w Nasielsku, 9 sierpnia 2009 r. w Nasielsku, 16 sierpnia 2009 r. w Nasielsku, 23 sierpnia 2009 r. w Nasielsku, 30 sierpnia 2009 r. w Nasielsku, 6 września 2009 r. w Nasielsku, 13 września 2009 r. w Nasielsku, 20 września 2009 r. w Nasielsku, 27 września 2009 r. w Nasielsku, 4 października 2009 r. w Nasielsku, 11 października 2009 r. w Nasielsku, 18 października 2009 r. w Nasielsku, 25 października 2009 r. w Nasielsku, 1 listopada 2009 r. w Nasielsku, 8 listopada 2009 r. w Nasielsku, 15 listopada 2009 r. w Nasielsku, 22 listopada 2009 r. w Nasielsku, 29 listopada 2009 r. w Nasielsku, 6 grudnia 2009 r. w Nasielsku, 13 grudnia 2009 r. w Nasielsku, 20 grudnia 2009 r. w Nasielsku, 27 grudnia 2009 r. w Nasielsku, 3 stycznia 2010 r. w Nasielsku, 10 stycznia 2010 r. w Nasielsku, 17 stycznia 2010 r. w Nasielsku, 24 stycznia 2010 r. w Nasielsku, 31 stycznia 2010 r. w Nasielsku, 7 lutego 2010 r. w Nasielsku, 14 lutego 2010 r. w Nasielsku, 21 lutego 2010 r. w Nasielsku, 28 lutego 2010 r. w Nasielsku, 6 marca 2010 r. w Nasielsku, 13 marca 2010 r. w Nasielsku, 20 marca 2010 r. w Nasielsku, 27 marca 2010 r. w Nasielsku, 3 kwietnia 2010 r. w Nasielsku, 10 kwietnia 2010 r. w Nasielsku, 17 kwietnia 2010 r. w Nasielsku, 24 kwietnia 2010 r. w Nasielsku, 1 maja 2010 r. w Nasielsku, 8 maja 2010 r. w Nasielsku, 15 maja 2010 r. w Nasielsku, 22 maja 2010 r. w Nasielsku, 29 maja 2010 r. w Nasielsku, 5 czerwca 2010 r. w Nasielsku, 12 czerwca 2010 r. w Nasielsku, 19 czerwca 2010 r. w Nasielsku, 26 czerwca 2010 r. w Nasielsku, 3 lipca 2010 r. w Nasielsku, 10 lipca 2010 r. w Nasielsku, 17 lipca 2010 r. w Nasielsku, 24 lipca 2010 r. w Nasielsku, 31 lipca 2010 r. w Nasielsku, 7 sierpnia 2010 r. w Nasielsku, 14 sierpnia 2010 r. w Nasielsku, 21 sierpnia 2010 r. w Nasielsku, 28 sierpnia 2010 r. w Nasielsku, 4 września 2010 r. w Nasielsku, 11 września 2010 r. w Nasielsku, 18 września 2010 r. w Nasielsku, 25 września 2010 r. w Nasielsku, 2 października 2010 r. w Nasielsku, 9 października 2010 r. w Nasielsku, 16 października 2010 r. w Nasielsku, 23 października 2010 r. w Nasielsku, 30 października 2010 r. w Nasielsku, 6 listopada 2010 r. w Nasielsku, 13 listopada 2010 r. w Nasielsku, 20 listopada 2010 r. w Nasielsku, 27 listopada 2010 r. w Nasielsku, 4 grudnia 2010 r. w Nasielsku, 11 grudnia 2010 r. w Nasielsku, 18 grudnia 2010 r. w Nasielsku, 25 grudnia 2010 r. w Nasielsku, 1 stycznia 2011 r. w Nasielsku, 8 stycznia 2011 r. w Nasielsku, 15 stycznia 2011 r. w Nasielsku, 22 stycznia 2011 r. w Nasielsku, 29 stycznia 2011 r. w Nasielsku, 5 lutego 2011 r. w Nasielsku, 12 lutego 2011 r. w Nasielsku, 19 lutego 2011 r. w Nasielsku, 26 lutego 2011 r. w Nasielsku, 5 marca 2011 r. w Nasielsku, 12 marca 2011 r. w Nasielsku, 19 marca 2011 r. w Nasielsku, 26 marca 2011 r. w Nasielsku, 2 kwietnia 2011 r. w Nasielsku, 9 kwietnia 2011 r. w Nasielsku, 16 kwietnia 2011 r. w Nasielsku, 23 kwietnia 2011 r. w Nasielsku, 30 kwietnia 2011 r. w Nasielsku, 7 maja 2011 r. w Nasielsku, 14 maja 2011 r. w Nasielsku, 21 maja 2011 r. w Nasielsku, 28 maja 2011 r. w Nasielsku, 4 czerwca 2011 r. w Nasielsku, 11 czerwca 2011 r. w Nasielsku, 18 czerwca 2011 r. w Nasielsku, 25 czerwca 2011 r. w Nasielsku, 2 lipca 2011 r. w Nasielsku, 9 lipca 2011 r. w Nasielsku, 16 lipca 2011 r. w Nasielsku, 23 lipca 2011 r. w Nasielsku, 30 lipca 2011 r. w Nasielsku, 6 sierpnia 2011 r. w Nasielsku, 13 sierpnia 2011 r. w Nasielsku, 20 sierpnia 2011 r. w Nasielsku, 27 sierpnia 2011 r. w Nasielsku, 3 września 2011 r. w Nasielsku, 10 września 2011 r. w Nasielsku, 17 września 2011 r. w Nasielsku, 24 września 2011 r. w Nasielsku, 1 października 2011 r. w Nasielsku, 8 października 2011 r. w Nasielsku, 15 października 2011 r. w Nasielsku, 22 października 2011 r. w Nasielsku, 29 października 2011 r. w Nasielsku, 5 listopada 2011 r. w Nasielsku, 12 listopada 2011 r. w Nasielsku, 19 listopada 2011 r. w Nasielsku, 26 listopada 2011 r. w Nasielsku, 3 grudnia 2011 r. w Nasielsku, 10 grudnia 2011 r. w Nasielsku, 17 grudnia 2011 r. w Nasielsku, 24 grudnia 2011 r. w Nasielsku, 31 grudnia 2011 r. w Nasielsku, 7 stycznia 2012 r. w Nasielsku, 14 stycznia 2012 r. w Nasielsku, 21 stycznia 2012 r. w Nasielsku, 28 stycznia 2012 r. w Nasielsku, 4 lutego 2012 r. w Nasielsku, 11 lutego 2012 r. w Nasielsku, 18 lutego 2012 r. w Nasielsku, 25 lutego 2012 r. w Nasielsku, 4 marca 2012 r. w Nasielsku, 11 marca 2012 r. w Nasielsku, 18 marca 2012 r. w Nasielsku, 25 marca 2012 r. w Nasielsku, 1 kwietnia 2012 r. w Nasielsku, 8 kwietnia 2012 r. w Nasielsku, 15 kwietnia 2012 r. w Nasielsku, 22 kwietnia 2012 r. w Nasielsku, 29 kwietnia 2012 r. w Nasielsku, 6 maja 2012 r. w Nasielsku, 13 maja 2012 r. w Nasielsku, 20 maja 2012 r. w Nasielsku, 27 maja 2012 r. w Nasielsku, 3 czerwca 2012 r. w Nasielsku, 10 czerwca 2012 r. w Nasielsku, 17 czerwca 2012 r. w Nasielsku, 24 czerwca 2012 r. w Nasielsku, 1 lipca 2012 r. w Nasielsku, 8 lipca 2012 r. w Nasielsku, 15 lipca 2012 r. w Nasielsku, 22 lipca 2012 r. w Nasielsku, 29 lipca 2012 r. w Nasielsku, 5 sierpnia 2012 r. w Nasielsku, 12 sierpnia 2012 r. w Nasielsku, 19 sierpnia 2012 r. w Nasielsku, 26 sierpnia 2012 r. w Nasielsku, 2 września 2012 r. w Nasielsku, 9 września 2012 r. w Nasielsku, 16 września 2012 r. w Nasielsku, 23 września 2012 r. w Nasielsku, 30 września 2012 r. w Nasielsku, 7 października 2012 r. w Nasielsku, 14 października 2012 r. w Nasielsku, 21 października 2012 r. w Nasielsku, 28 października 2012 r. w Nasielsku, 4 listopada 2012 r. w Nasielsku, 11 listopada 2012 r. w Nasielsku, 18 listopada 2012 r. w Nasielsku, 25 listopada 2012 r. w Nasielsku, 2 grudnia 2012 r. w Nasielsku, 9 grudnia 2012 r. w Nasielsku, 16 grudnia 2012 r. w Nasielsku, 23 grudnia 2012 r. w Nasielsku, 30 grudnia 2012 r. w Nasielsku, 6 stycznia 2013 r. w Nasielsku, 13 stycznia 2013 r. w Nasielsku, 20 stycznia 2013 r. w Nasielsku, 27 stycznia 2013 r. w Nasielsku, 3 lutego 2013 r. w Nasielsku, 10 lutego 2013 r. w Nasielsku, 17 lutego 2013 r. w Nasielsku, 24 lutego 2013 r. w Nasielsku, 3 marca 2013 r. w Nasielsku, 10 marca 2013 r. w Nasielsku, 17 marca 2013 r. w Nasielsku, 24 marca 2013 r. w Nasielsku, 31 marca 2013 r. w Nasielsku, 7 kwietnia 2013 r. w Nasielsku, 14 kwietnia 2013 r. w Nasielsku, 21 kwietnia 2013 r. w Nasielsku, 28 kwietnia 2013 r. w Nasielsku, 5 maja 2013 r. w Nasielsku, 12 maja 2013 r. w Nasielsku, 19 maja 2013 r. w Nasielsku, 26 maja 2013 r. w Nasielsku, 2 czerwca 2013 r. w Nasielsku, 9 czerwca 2013 r. w Nasielsku, 16 czerwca 2013 r. w Nasielsku, 23 czerwca 2013 r. w Nasielsku, 30 czerwca 2013 r. w Nasielsku, 7 lipca 2013 r. w Nasielsku, 14 lipca 2013 r. w Nasielsku, 21 lipca 2013 r. w Nasielsku, 28 lipca 2013 r. w Nasielsku, 4 sierpnia 2013 r. w Nasielsku, 11 sierpnia 2013 r. w Nasielsku, 18 sierpnia 2013 r. w Nasielsku, 25 sierpnia 2013 r. w Nasielsku, 1 września 2013 r. w Nasielsku, 8 września 2013 r. w Nasielsku, 15 września 2013 r. w Nasielsku, 22 września 2013 r. w Nasielsku, 29 września 2013 r. w Nasielsku, 6 października 2013 r. w Nasielsku, 13 października 2013 r. w Nasielsku, 20 października 2013 r. w Nasielsku, 27 października 2013 r. w Nasielsku, 3 listopada 2013 r. w Nasielsku, 10 listopada 2013 r. w Nasielsku, 17 listopada 2013 r. w Nasielsku, 24 listopada 2013 r. w Nasielsku, 1 grudnia 2013 r. w Nasielsku, 8 grudnia 2013 r. w Nasielsku, 15 grudnia 2013 r. w Nasielsku, 22 grudnia 2013 r. w Nasielsku, 29 grudnia 2013 r. w Nasielsku, 5 stycznia 2014 r. w Nasielsku, 12 stycznia 2014 r. w Nasielsku, 19 stycznia 2014 r. w Nasielsku, 26 stycznia 2014 r. w Nasielsku, 2 lutego 2014 r. w Nasielsku, 9 lutego 2014 r. w Nasielsku, 16 lutego 2014 r. w Nasielsku, 23 lutego 2014 r. w Nasielsku, 1 marca 2014 r. w Nasielsku, 8 marca 2014 r. w Nasielsku, 15 marca 2014 r. w Nasielsku, 22 marca 2014 r. w Nasielsku, 29 marca 2014 r. w Nasielsku, 5 kwietnia 2014 r. w Nasielsku, 12 kwietnia 2014 r. w Nasielsku, 19 kwietnia 2014 r. w Nasielsku, 26 kwietnia 2014 r. w Nasielsku, 3 maja 2014 r. w Nasielsku, 10 maja 2014 r. w Nasielsku, 17 maja 2014 r. w Nasielsku, 24 maja 2014 r. w Nasielsku, 31 maja 2014 r. w Nasielsku, 7 czerwca 2014 r. w Nasielsku, 14 czerwca 2014 r. w Nasielsku, 21 czerwca 2014 r. w Nasielsku, 28 czerwca 2014 r. w Nasielsku, 5 lipca 2014 r. w Nasielsku, 12 lipca 2014 r. w Nasielsku, 19 lipca 2014 r. w Nasielsku, 26 lipca 2014 r. w Nasielsku, 2 sierpnia 2014 r. w Nasielsku, 9 sierpnia 2014 r. w Nasielsku, 16 sierpnia 2014 r. w Nasielsku, 23 sierpnia 2014 r. w Nasielsku, 30 sierpnia 2014 r. w Nasielsku, 6 września 2014 r. w Nasielsku, 13 września 2014 r. w Nasielsku, 20 września 2014 r. w Nasielsku, 27 września 2014 r. w Nasielsku, 4 października 2014 r. w Nasielsku, 11 października 2014 r. w Nasielsku, 18 października 2014 r. w Nasielsku, 25 października 2014 r. w Nasielsku, 1 listopada 2014 r. w Nasielsku, 8 listopada 2014 r. w Nasielsku, 15 listopada 2014 r. w Nasielsku, 22 listopada 2014 r. w Nasielsku, 29 listopada 2014 r. w Nasielsku, 6 grudnia 2014 r. w Nasielsku, 13 grudnia 2014 r. w Nasielsku, 20 grudnia 2014 r. w Nasielsku, 27 grudnia 2014 r. w Nasielsku, 3 stycznia 2015 r. w Nasielsku, 10 stycznia 2015 r. w Nasielsku, 17 stycznia 2015 r. w Nasielsku, 24 stycznia 2015 r. w Nasielsku, 31 stycznia 2015 r. w Nasielsku, 7 lutego 2015 r. w Nasielsku, 14 lutego 2015 r. w Nasielsku, 21 lutego 2015 r. w Nasielsku, 28 lutego 2015 r. w Nasielsku, 5 marca 2015 r. w Nasielsku, 12 marca 2015 r. w Nasielsku, 19 marca 2015 r. w Nasielsku, 26 marca 2015 r. w Nasielsku, 2 kwietnia 2015 r. w Nasielsku, 9 kwietnia 2015 r. w Nasielsku, 16 kwietnia 2015 r. w Nasielsku, 23 kwietnia 2015 r. w Nasielsku, 30 kwietnia 2015 r. w Nasielsku, 7 maja 2015 r. w Nasielsku, 14 maja 2015 r. w Nasielsku, 21 maja 2015 r. w Nasielsku, 28 maja 2015 r. w Nasielsku, 4 czerwca 2015 r. w Nasielsku, 11 czerwca 2015 r. w Nasielsku, 18 czerwca 2015 r. w Nasielsku, 25 czerwca 2015 r. w Nasielsku, 2 lipca 2015 r. w Nasielsku, 9 lipca 2015 r. w Nasielsku, 16 lipca 2015 r. w Nasielsku, 23 lipca 2015 r. w Nasielsku, 30 lipca 2015 r. w Nasielsku, 6 sierpnia 2015 r. w Nasielsku, 13 sierpnia 2015 r. w Nasielsku, 20 sierpnia 2015 r. w Nasielsku, 27 sierpnia 2015 r. w Nasielsku, 3 września 2015 r. w Nasielsku, 10 września 2015 r. w Nasielsku, 17 września 2015 r. w Nasielsku, 24 września 2015 r. w Nasielsku, 1 października 2015 r. w Nasielsku, 8 października 2015 r. w Nasielsku, 15 października 2015 r. w Nasielsku, 22 października 2015 r. w Nasielsku, 29 października 2015 r. w Nasielsku, 5 listopada 2015 r. w Nasielsku, 12 listopada 2015 r. w Nasielsku, 19 listopada 2015 r. w Nasielsku, 26 listopada 2015 r. w Nasielsku, 3 grudnia 2015 r. w Nasielsku, 10 grudnia 2015 r. w Nasielsku, 17 grudnia 2015 r. w Nasielsku, 24 grudnia 2015 r. w Nasielsku, 31 grudnia 2015 r. w Nasielsku, 7 stycznia 2016 r. w Nasielsku, 14 stycznia 2016 r. w Nasielsku, 21 stycznia 2016 r. w Nasielsku, 28 stycznia 2016 r. w Nasielsku, 4 lutego 2016 r. w Nasielsku, 11 lutego 2016 r. w Nasielsku, 18 lutego 2016 r. w Nasielsku, 25 lutego 2016 r. w Nasielsku, 4 marca 2016 r. w Nasielsku, 11 marca 2016 r. w Nasielsku, 18 marca 2016 r. w Nasielsku, 25 marca 2016 r. w Nasielsku, 1 kwietnia 2016 r. w Nasielsku, 8 kwietnia 2016 r. w Nasielsku, 15 kwietnia 2016 r. w Nasielsku, 22 kwietnia 2016 r. w Nasielsku, 29 kwietnia 2016 r. w Nasielsku, 6 maja 2016 r. w Nasielsku, 13 maja 2016 r. w Nasielsku, 20 maja 2016 r. w Nasielsku, 27 maja 2016 r. w Nasielsku, 3 czerwca 2016 r. w Nasielsku, 10 czerwca 2016 r. w Nasielsku, 17 czerwca 2016 r. w Nasielsku, 24 czerwca 2016 r. w Nasielsku, 1 lipca 2016 r. w Nasielsku, 8 lipca 2016 r. w Nasielsku, 15 lipca 2016 r. w Nasielsku, 22 lipca 2016 r. w Nasielsku, 29 lipca 2016 r. w Nasielsku, 5 sierpnia 2016 r. w Nasielsku, 12 sierpnia 2016 r. w Nasielsku, 19 sierpnia 2016 r. w Nasielsku, 26 sierpnia 2016 r. w Nasielsku, 2 września 2016 r. w Nasielsku, 9 września 2016 r. w Nasielsku, 16 września 2016 r. w Nasielsku, 23 września 2016 r. w Nasielsku, 30 września 2016 r. w Nasielsku, 7 października 2016 r. w Nasielsku, 14 października 2016 r. w Nasielsku, 21 października 2016 r. w Nasielsku, 28 października 2016 r. w Nasielsku, 4 listopada 2016 r. w Nasielsku, 11 listopada 2016 r. w Nasielsku, 18 listopada 2016 r. w Nasielsku, 25 listopada 2016 r. w Nasielsku, 2 grudnia 2016 r. w Nasielsku, 9 grudnia 2016 r. w Nasielsku, 16 grudnia 2016 r. w Nasielsku, 23 grudnia 2016 r. w Nasielsku, 30 grudnia 2016 r. w Nasielsku, 6 stycznia 2017 r. w Nasielsku, 13 stycznia 2017 r. w Nasielsku, 20 stycznia 2017 r. w Nasielsku, 27 stycznia 2017 r. w Nasielsku, 3 lutego 2017 r. w Nasielsku, 10 lutego 2017 r. w Nasielsku, 17 lutego 2017 r. w Nasielsku, 24 lutego 2017 r. w Nasielsku, 3 marca 2017 r. w Nasielsku, 10 marca 2017 r. w Nasielsku, 17 marca 2017 r. w Nasielsku, 24 marca 2017 r. w Nasielsku, 31 marca 2017 r. w Nasielsku, 7 kwietnia 2017 r. w Nasielsku, 14 kwietnia 2017 r. w Nasielsku, 21 kwietnia 2017 r. w Nasielsku, 28 kwietnia 2017 r. w Nasielsku, 5 maja 2017 r. w Nasielsku, 12 maja 2017 r. w Nasielsku, 19 maja 2017 r. w Nasielsku, 26 maja 2017 r. w Nasielsku, 2 czerwca 2017 r. w Nasielsku, 9 czerwca 2017 r. w Nasielsku, 16 czerwca 2017 r. w Nasielsku, 23 czerwca 2017 r. w Nasielsku, 30 czerwca 2017 r. w Nasielsku, 7 lipca 2017 r. w Nasielsku, 14 lipca 2017 r. w Nasielsku, 21 lipca 2017 r. w Nasielsku, 28 lipca 2017 r. w Nasielsku, 4 sierpnia 2017 r. w Nasielsku, 11 sierpnia 2017 r. w Nasielsku, 18 sierpnia 2017 r. w Nasielsku, 25 sierpnia 2017 r. w Nasielsku, 1 września 2017 r. w Nasielsku, 8 września 2017 r. w Nasielsku, 15 września 2017 r. w Nasielsku, 22 września 2017 r. w Nasielsku, 29 września 2017 r. w Nasielsku, 6 października 2017 r. w Nasielsku, 13 października 2017 r. w Nasielsku, 20 października 2017 r. w Nasielsku, 27 października 2017 r. w Nasielsku, 3 listopada 2017 r. w Nasielsku, 10 listopada 2017 r. w Nasielsku, 17 listopada 2017 r. w Nasielsku, 24 listopada 2017 r. w Nasielsku, 1 grudnia 2017 r. w Nasielsku, 8 grudnia 2017 r. w Nasielsku, 15 grudnia 2017 r. w Nasielsku, 22 grudnia 2017 r. w Nasielsku, 29 grudnia 2017 r. w Nasielsku, 5 stycznia 2018 r. w Nasielsku, 12 stycznia 2018 r. w Nasielsku, 19 stycznia 2018 r. w Nasielsku, 26 stycznia 2018 r. w Nasielsku, 2 lutego 2018 r. w Nasielsku, 9 lutego 2018 r. w Nasielsku, 16 lutego 2018 r. w Nasielsku, 23 lutego 2018 r. w Nasielsku, 1 marca 2018 r. w Nasielsku, 8 marca 2018 r. w Nasielsku, 15 marca 2018 r. w Nasielsku, 22 marca 2018 r. w Nasielsku, 29 marca 2018 r. w Nasielsku, 5 kwietnia 2018 r. w Nasielsku, 12 kwietnia 2018 r. w Nasielsku, 19 kwietnia 2018 r. w Nasielsku, 26 kwietnia 2018 r. w Nasielsku, 3 maja 2018 r. w Nasielsku, 10 maja 2018 r. w Nasielsku, 17 maja 2018 r. w Nasielsku, 24 maja 2018 r. w Nasielsku, 31 maja 2018 r. w Nasielsku, 7 czerwca 2018 r. w Nasielsku, 14 czerwca 2018 r. w Nasielsku, 21 czerwca 2018 r. w Nasielsku, 28 czerwca 2018 r. w Nasielsku, 5 lipca 2018 r. w Nasielsku, 12 lipca 2018 r. w Nasielsku, 19 lipca 2018 r. w Nasielsku, 26 lipca 2018 r. w Nasielsku, 2 sierpnia 2018 r. w Nasielsku, 9 sierpnia 2018 r. w Nasielsku, 16 sierpnia 2018 r. w Nasielsku, 23 sierpnia 2018 r. w Nasielsku, 30 sierpnia 2018 r. w Nasielsku, 6 września 2018 r. w Nasielsku, 13 września 2018 r. w Nasielsku, 20 września 2018 r. w Nasielsku, 27 września 2018 r. w Nasielsku, 4 października 2018 r. w Nasielsku, 11 października 2018 r. w Nasielsku, 18 października 2018 r. w Nasielsku, 25 października 2018 r. w Nasielsku, 1 listopada 2018 r. w Nasielsku, 8 listopada 2018 r. w Nasielsku, 15 listopada 2018 r. w Nasielsku, 22 listopada 2018 r. w Nasielsku, 29 listopada 2018 r. w Nasielsku, 6 grudnia 2018 r. w Nasielsku, 13 grudnia 2018 r. w Nasielsku, 20 grudnia 2018 r. w Nasielsku, 27 grudnia 2018 r. w Nasielsku, 3 stycznia 2019 r. w Nasielsku, 10 stycznia 2019 r. w Nasielsku, 17 stycznia 2019 r. w Nasielsku, 24 stycznia 2019 r. w Nasielsku, 31 stycznia 2019 r. w Nasielsku, 7 lutego 2019 r. w Nasielsku, 14 lutego 2019 r. w Nasielsku, 21 lutego 2019 r. w Nasielsku, 28 lutego 2019 r. w Nasielsku, 5 marca 2019 r. w Nasielsku, 12 marca 2019 r. w Nasielsku, 19 marca 2019 r. w Nasielsku, 26 marca 2019 r. w Nasielsku, 2 kwietnia 2019 r. w Nasielsku, 9 kwietnia 2019 r. w Nasielsku, 16 kwietnia 2019 r. w Nasielsku, 23 kwietnia 2019 r. w Nasielsku, 30 kwietnia 2019 r. w Nasielsku, 7 maja 2019 r. w Nasielsku, 14 maja 2019 r. w Nasielsku, 21 maja 2019 r. w Nasielsku, 28 maja 2019 r. w Nasielsku, 4 czerwca 2019 r. w Nasielsku, 11 czerwca 2019 r. w Nasielsku, 18 czerwca 2019 r. w Nasielsku, 25 czerwca 2019 r. w Nasielsku, 2 lipca 2019 r. w Nasielsku, 9 lipca 2019 r. w Nasielsku, 16 lipca 2019 r. w Nasielsku, 23 lipca 2019 r. w Nasielsku, 30 lipca 2019 r. w Nasielsku, 6 sierpnia 2019 r. w Nasielsku, 13 sierpnia 2019 r. w Nasielsku, 20 sierpnia 2019 r. w Nasielsku, 27 sierpnia 2019 r. w Nasielsku, 3 września 2019 r. w Nasielsku, 10 września 2019 r. w Nasielsku, 17 września 2019 r. w Nasielsku, 24 września 2019 r. w Nasielsku, 1 października 2019 r. w Nasielsku, 8 października 2019 r. w Nasielsku, 15 października 2019 r. w Nasielsku, 22 października 2019 r. w Nasielsku, 29 października 2019 r. w Nasielsku, 5 listopada 2019 r. w Nasielsku, 12 listopada 2019 r. w Nasielsku, 19 listopada 2019 r. w Nasielsku, 26 listopada 2019 r. w Nasielsku, 3 grudnia 2019 r. w Nasielsku, 10 grudnia 2019 r. w Nasielsku, 17 grudnia 2019 r. w Nasielsku, 24 grudnia 2019 r. w Nasielsku, 31 grudnia 2019 r. w Nasielsku, 7 stycznia 2020 r. w Nasielsku, 14 stycznia 2020 r. w Nasielsku, 21 stycznia 2020 r. w Nasielsku, 28 stycznia 2020 r. w Nasielsku, 4 lutego 2020 r. w Nasielsku, 11 lutego 2020 r. w Nasielsku, 18 lutego 2020 r. w Nasielsku, 25 lutego 2020 r. w Nasielsku, 4 marca 2020 r. w Nasielsku, 11 marca 2020 r. w Nasielsku, 18 marca 2020 r. w Nasielsku, 25 marca 2020 r. w Nasielsku, 1 kwietnia 2020 r. w Nasielsku, 8 kwietnia 2020 r. w Nasielsku, 15 kwietnia 2020 r. w Nasielsku, 22 kwietnia 2020 r. w Nasielsku, 29 kwietnia 2020 r. w Nasielsku, 6 maja 2020 r. w Nasielsku, 13 maja 2020 r. w Nasielsku, 20 maja 2020 r. w Nasielsku, 27 maja 2020 r. w Nasielsku, 3 czerwca 2020 r. w Nasielsku, 10 czerwca 2020 r. w Nasielsku, 17 czerwca 2020 r. w Nasielsku, 24 czerwca 2020 r. w Nasielsku, 1 lipca 2020 r. w Nasielsku, 8 lipca 2020 r. w Nasielsku, 15 lipca 2020 r. w Nasielsku, 22 lipca 2020 r. w Nasielsku, 29 lipca 2020 r. w Nasielsku, 5 sierpnia 2020 r. w Nasielsku, 12 sierpnia 2020 r. w Nasielsku, 19 sierpnia 2020 r. w Nasielsku, 26 sierpnia 2020 r. w Nasielsku, 2 września 2020 r. w Nasielsku, 9 września 2020 r. w Nasielsku, 16 września 2020 r. w Nasielsku, 23 września 2020 r. w Nasielsku, 30 września 2020 r. w Nasielsku, 7 października 2020 r. w Nasielsku, 14 października 2020 r. w Nasielsku, 21 października 2020 r. w Nasielsku, 28 października 2020 r. w Nasielsku, 4 listopada 2020 r. w Nasielsku, 11 listopada 2020 r. w Nasielsku, 18 listopada 2020 r. w Nasielsku, 25 listopada 2020 r. w Nasielsku, 2 grudnia 2020 r. w Nasielsku, 9 grudnia 2020 r. w Nasielsku, 16 grudnia 2020 r. w Nasielsku, 23 grudnia 2020 r. w Nasielsku, 30 grudnia 2020 r. w Nasielsku, 6 stycznia 2021 r. w Nasielsku, 13 stycznia 2021 r. w Nasielsku, 20 stycznia 2021 r. w Nasielsku, 27 stycznia 2021 r. w Nasielsku, 3 lutego 2021 r. w Nasielsku, 10 lutego 2021 r. w Nasielsku, 17 lutego 2021 r. w Nasielsku, 24 lutego 2021 r. w Nasielsku, 3 marca 2021 r. w Nasielsku, 10 marca 2021 r. w Nasielsku, 17 marca 2021 r. w Nasielsku, 24 marca 2021 r. w Nasielsku, 31 marca 2021 r. w Nasielsku, 7 kwietnia 2021 r. w Nasielsku, 14 kwietnia 2021 r. w Nasielsku, 21 kwietnia 2021 r. w Nasielsku, 28 kwietnia 2021 r. w Nasielsku, 5 maja 2021 r. w Nasielsku, 12 maja 2021 r. w Nasielsku, 19 maja 2021 r. w Nasielsku, 26 maja 2021 r. w Nasielsku, 2 czerwca 2021 r. w Nasielsku

POLSKA BIEGA W POMIECHÓWKU

Wójt Gminy Pomiechówek Dariusz Bielecki wraz z Ludowym Uczniowskim Klubem Sportowym „KUSY-GOŁAWICE” i Klubem Sportowym „WKRA” Pomiechówek mają zaszczyt zaprosić wszystkich chętnych do udziału w wiosennych biegach przełajowych w ramach V edycji ogólnopolskiej akcji „POLSKA BIEGA”.

Zawody odbędą się w dniu 9 maja 2009 r. od godz. 11.00 w Pomiechówku na terenach rekreacyjno-leśnych nad rzeką Wkrą.

Celem imprezy jest popularyzacja biegów przełajowych wśród dzieci, młodzieży dorosłych jako alternatywnej formy spędzania czasu wolnego.



Biuro zawodów – „CHATA LEŚNA” przy Urzędzie Gminy będzie otwarte od godz. 10.00.

REGULAMIN WIOSENNYCH BIEGÓW PRZELAJOWYCH W RAMACH V EDYCJI OGÓLNOPOLSKIEJ AKCJI „POLSKA BIEGA”

I. CEL

- popularyzacja biegania jako forma spędzania czasu wolnego wśród dzieci, młodzieży i dorosłych;
- promocja zdrowego stylu życia;
- promocja terenów rekreacyjnych Gminy Pomiechówek.

II. ORGANIZATORZY

- Wójt Gminy Pomiechówek;
- Ludowy Uczniowski Klub Sportowy „Kusy-Goławice”;
- Klub Sportowy „Wkra” Pomiechówek.

III. TERMIN I MIEJSCE

- 9 maja 2009 r. Pomiechówek – tereny rekreacyjno-leśne nad rzeką Wkrą;

- początek biegów – godz. 11.00;
- biuro zawodów czynne od godz. 10.00 (Chata Leśna).

IV. UCZESTNICTWO

Prawo startu mają wszyscy chętni, którzy nie mają przeciwwskazań do uprawiania sportu.



V. DYSTANSE I UCZESTNICY BIEGÓW

- 500 m – bieg dzieci rocznik 2001 i młodsi – dziewczęta i chłopcy;
- 1000 m – rocznik 1998 i młodsi – dziewczęta i chłopcy;
- 1000 m – rocznik 1996 i młodsi – dziewczęta i chłopcy;
- 2000 m – rocznik 1993 i młodsi – dziewczęta i chłopcy;
- 7000 m – bieg główny – rocznik 1992 i starsi – kobiety i mężczyźni;
- 1000 m – bieg samorządowców.

VI. FINANSOWANIE

- koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy;
- ubezpieczenie na koszt startujących.

VII. NAGRODY

- w biegu dzieci za zajęcie I-III miejsca – dyplomy i dla wszystkich słodycze;
- w kategorii wiekowej 1998-93 I miejsce – puchar, I-III miejsce – medale i dyplomy; dla wszystkich uczestników losowanie 15 nagród rzeczowych;
- w biegu głównym za zajęcie I-III miejsca puchary, medale, dyplomy oraz nagrody rzeczowe;
- dla wszystkich uczestników pamiątkowe medale.

VIII. ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia będą przyjmowane od godz. 10.00 w dniu zawodów w biurze biegu (Chata Leśna).

Informacje dotyczące zawodów można uzyskać w Urzędzie Gminy Pomiechówek:

tel. (022) 765 27 24 lub 508 573 148 oraz na stronie: www.pomiechówek.pl.

IX. UWAGI

Prawo interpretacji regulaminu należy do sędziego głównego zawodów oraz organizatorów zawodów.



Ludowy Uczniowski
Klub Sportowy
„KUSY-GOŁAWICE”