



# SĄDECKIE AKTYWNE ZIMĄ

KOLEJ GONDOLOWA, STACJE NARCIARSKIE,  
NARCIARSTWO BIEGOWE, SNOW PARKI, LODOWISKA





# SADECKIE AKTYWNE ZIMĄ

KOLEJ GONDOŁOWA, STACJE NARCIARSKIE,  
NARCIARSTWO BIEGOWE, SNOW PARKI, LODOWISKA

s  deckie

**Wydawca:**

Starostwo Powiatowe w Nowym Sączu



© Copyright by Starostwo Powiatowe w Nowym Sączu, 2019

ul. Jagiellońska 33, 33-300 Nowy Sącz

tel. +48 18 41 41 600, fax +48 18 41 41 700

e-mail: powiat@nowosadecki.pl

**[www.nowosadecki.pl](http://www.nowosadecki.pl)**

**[www.sadeckie.eu](http://www.sadeckie.eu)**

Wszelkie prawa zastrzeżone | All rights reserved

**Zdjęcie na okładce:**

Andrzej Klimkowski

**Opracowanie tekstu:**

Andrzej Zarych

**Projekt graficzny i DTP:**

Ewa Mrózek

**ISBN 978-83-62735-45-7**



## KOLEJ GONDOLOWA NA JAWORZYNĘ KRYNICKĄ

**Kolej gondolowa** jest elementem stacji narciarskiej Jaworzyna Krynicka. Gondola wspina się po zboczu Jaworzyny na wysokość 1114 m. Podróż na szczyt trwa ok. 7 minut. Zimą narciarze, a latem rowerzyści mogą przewozić gondolami swój sprzęt sportowy. Stacja dolna kolejki znajduje się w dolinie Czarnego

Potoku w Krynicy-Zdroju. Widok ze szczytu Jaworzyny Krynickiej jest bardzo rozległy i uważany za najpiękniejszy w regionie. Można stąd zaobserwować cały Beskid Sądecki, część Beskidu Niskiego, Tatry, a przy dobrych warunkach pogodowych nawet Bieszczady. Na szczycie jest kilka restauracji i karczma, która





Stacja górna kolejki gondolowej na Jaworzynę Krynicką. fot. A. Klimkowski

w ofercie poza daniami kuchni regionalnej ma również noclegi w klimatycznych pokojach. Nieco poniżej znajduje się schronisko górskie, a tuż obok muzeum turystyki górskiej. Latem najlepiej wyruszyć na pieszą wycieczkę edukacyjno-przyrodniczą. Zatrzymując się na każdym z 13 przystanków trasy

można dowiedzieć się wiele o polskiej przyrodzie lub poznać legendę Diabelskiego Kamienia. Miłośnicy rowerów na stokach Jaworzyny też znajdą coś dla siebie. Dostępne są tu dwie trasy rowerowe, obie o długości ok. 5 km. Przy dolnej stacji kolejki gondolowej funkcjonuje komfortowy hotel.



### KOLEJ GONDOŁOWA JAWORZYNA KRYNICKA

Czarny Potok 75, 33-380 Krynica-Zdrój, [www.jaworzynakrynicka.pl](http://www.jaworzynakrynicka.pl)



Na Jaworzynie Krynickiej. fot. K. Barńkowski



**Kolej gondolowa na Jaworzynę Krynicką** jest jedną z największych atrakcji Krynicy-Zdroju. Kursuje pomiędzy dolną stacją położoną w dolinie Czarnego Potoku a szczytem Jaworzyny Krynickiej (1114 m n.p.m.) – najwyższego szczytu we wschodniej części Beskidu Sądeckiego. Pierwszy projekt budowy kolej powstał już w 1957 r., kiedy planowano wybudować tu wyciąg krzeselkowy. Miał on połączyć Górę Parkową z Jaworzyną Krynicką. Nie został on zrealizowany, a do planów wyciągu wrócono dopiero w latach 90. Kolej gondolową na Jaworzynę Krynicką oddano do użytku w 1997 r. Połączyła ona szczyt z Czarnym Potokiem. W marzeniach krynicznan nadal jest odcinek łączący Jaworzynę z miejscem w pobliżu centrum miasta. Władze Muszyny zaś (szczyt Jaworzyny leży w granicach administracyjnych tej gminy uzdrowskiej) pragną wybudować połączenie gondolowe ze stacją narciarską Dwie Doliny. W ten sposób narciarze mogliby swobodnie szusować po stokach od Krynicy po Wierchomłę.



Na szczycie Jaworzyny Krynickiej, fot. K. Bartkowski

## STACJE I WYCIĄGI NARCIARSKIE

**Stacja Narciarska Jaworzyna Krynicka w Krynicy-Zdroju** dysponuje nowoczesną koleją gondolową na szczyt Jaworzyny Krynickiej oraz ośmioma wyciągami orczykowymi, dwoma wyciągami 4-osobowymi krzeselkowymi i wyciągiem szkoleniowym dla dzieci. Łączna przepustowość wynosi ok. 13 200 osób na godzinę. Do dyspozycji gości jest ponad 8 km tras narciarskich, w tym najdłuższa w Polsce oświetlona trasa nr 1 o długości 2,6 km.

Trasa jest podzielona na dwie części – górną, z której wydzielona jest trasa nr 3, znakomita dla początkujących narciarzy i dolną – klasyfikowaną jako typową trasę gigantową. Trasa nr 5 o długości 1 km i średnim nachyleniu 34% posiada homologację FIS (trasa czarna). Tutaj zaawansowani narciarze znajdą wiele miejsca na zimowe szaleństwo. Bardzo lubiane przez narciarzy i snowboardzistów są trasy nr 2 i 2a. Trasy klasyfikowane są jako rodzinne

Jaworzyna Krynicka, fot. K. Bańkowski





i oznaczone kolorem czerwonym. Trasa nr 6 przebiega wzdłuż kolei gondolowej i ma długość 1 km. Dla najmłodszych przygotowano narciarskie przedszkole z wciągiem szkoleniowym Żółwik. Wszystkie są sztucznie dośnieżane i stale ratowane. Miłośnicy bardziej ekstremalnych wrażeń znajdą coś dla siebie w snowparku (1050 m, 2 trasy, 17 przeszkód, skocznie) i funparku (200 m, 5 garbów).

Na Jaworzynie śnieg utrzymuje się przez ok. 150 dni w roku, a sezon trwa od listopada do kwietnia. Stała opieka GOPR-u gwarantuje bezpieczeństwo na stoku. Na stacji czynna jest wypożyczalnia i serwis sprzętu, sklepy sportowe oraz restauracja i bufet. Przy wyciągach znajduje się przystanek autobusowy i bezpłatny parking. Stan stoków i ruch na Jaworzynie można sprawdzać dzięki kamerom online.



### **STACJA NARCIARSKA JAWORZYNA KRYNICKA**

Czarny Potok 75, 33-380 Krynica-Zdrój, [www.jaworzynakrynicka.pl](http://www.jaworzynakrynicka.pl)





*Warto zimą wybrać się również na szlak pieszo. Wystarczy na nogi założyć **rakiety śnieżne** i... wędrować. Powodzeniem cieszy się szlak, który w okolicach Wierchomla ma swój punkt kulminacyjny. Prowadzi z Jaworzyny Krynickiej lub znajdującego się u jej stóp Czarnego Potoku do Wierchomla i z powrotem. Zimowe przejście tej trasy zajmie ok. 6 godzin. Wędrowce towarzyszą wspaniałe widoki na Beskid Sądecki i Tarty.*

**Stacja Narciarska Dwie Doliny Muszyna-Wierchomla** to jedna z największych rodzinnych stacji narciarskich w Polsce. Zlokalizowana jest na stokach Pustej Wielkiej (1062 m). Dzięki specyficznemu mikroklimatowi śnieg utrzymuje się od listopada do marca. Stacja łączy dwie miejscowości (Wierchomlą i Szczawnik koło Muszyny) systemem wyciągów, dzięki któremu narciarze mogą zsusować po dwóch stronach góry. Dwie Doliny to 11 km tras zjazdowych o różnym stopniu trudności, z czego ponad 6 km jest oświetlonych i umożliwia zsusowanie jeszcze po



Na trasie narciarskiej w Szczawniku, fot. K. Barfkowski



zmroku, 2 wyciągi krzesłkowe oraz 7 orczykowych. Jazda na wszystkich wyciągach odbywa się przy użyciu jednego skipassu. Na terenie ośrodka znajdują się parkingi, szkoła narciarska, wypożyczalnia, przechowalnia sprzętu narciarskiego oraz punkty gastronomiczne. W skład kompleksu wchodzi również trzygwiazdkowy hotel z basenem oraz

drewniane domki zlokalizowane tuż przy stoku. W okresie letnim turyści mogą tu skorzystać z wyciągu Wierchomla I, wypożyczalni rowerów górskich i elektrycznych KTM, parku linowego, kortu tenisowego, boiska wielofunkcyjnego, placu zabaw i pola do paintballu. W kasach wyciągu oraz recepcji hotelu dostępne są również mapy do questingu.



**STACJA NARCIARSKA DWIE DOLINY MUSZYNA-WIERCHOMLA**  
33-350 Wierchomla Mała 21, [www.wierchomla.com.pl](http://www.wierchomla.com.pl)





Ośrodek Narciarski Ryterski Raj w Rytrze, fot. A. Klimkowski

**Ośrodek Narciarski Ryterski Raj** w Rytrze położony jest u podnóża Jastrzębskiej Góry (675 m), z której roztacza się wspaniały widok na pasmo Beskidu Sądeckiego. Stacja dysponuje trzema wyciągami: 4-osobowym krzesłkowym, orczykowym i dywanowym dla dzieci, o łącznej przepustowości 3 000 osób na godzinę. Każdy członek rodziny znajdzie tu coś dla siebie, bez względu na umiejętności, jakie po-

siada. Sztucznie naśnieżany i oświetlony stok zapewnia doskonałe warunki do uprawiania narciarstwa nawet do późnych godzin wieczornych. Przy stacji działa wypożyczalnia i profesjonalny serwis sprzętu oraz szkoła narciarska, która prowadzi naukę jazdy i doskonalenie narciarstwa oraz snowboardu. Szkolenia obejmują: naukę najmłodszych dzieci z wykorzystaniem form zabawowych („Rogasiowe przedszkole”)



Ośrodek Narciarski Ryterski Raj w Rytrze, fot. A. Klimkowski



oraz naukę młodzieży i dorosłych na każdym etapie zaawansowania. W szkole pracują wykwalifikowani i doświadczeni instruktorzy. Zajęcia narciarskie prowadzą według wytycznych bezpiecznego nauczania Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Narciarstwa. Przy dolnej sta-

cji wyciągu krzeselkowego działa ośrodek wypoczynkowy dysponujący 110 miejscami noclegowymi oraz „Oberża pod Aniolami” serwująca regionalne przekąski z grilla. To miejsce spotkań narciarzy i strefa odpoczynku dla turystów i mieszkańców Sądecczyzny.



**STACJA NARCIARSKA RYTERSKI RAJ**  
33-343 Rytro 302, [www.ryterskiraj.pl](http://www.ryterskiraj.pl)



**Stacja Tylicz-Ski** znajduje się w Tyliczu, blisko Krynicy-Zdroju, na zboczach liczącego 770 m n.p.m. Bradowca. Położenie ośrodka w otulinie Popradzkiego Parku Krajobrazowego, spokojna okolica, dobry dojazd i konkurencyjne ceny noclegów zapewniają udany wypoczynek w gronie rodziny i przyjaciół. Stacja narciarska jest również idealnym miejscem do nauki jazdy na nartach i snowboardzie. W pobliżu parkingów znajduje się gospoda „Gościniec”, w której można się ogrzać i zjeść smaczny posiłek. Ośrodek dysponuje dwoma kolejkami krzeselkowymi 3- i 4-osobową o długości odpowiednio 750 m i 400 m, dwoma wyciągami orczykowymi oraz bezpiecznym,

przeznaczonym dla najmłodszych wyciągiem Baby Ski. Zmodernizowane i urozmaicone trasy narciarskie zadowolą zarówno zaawansowanych, jak i początkujących miłośników białego szaleństwa. Stacja narciarska obejmuje 7 tras o łącznej długości 5 km, a ukształtowanie terenu umożliwia 11 różnych wariantów zjazdu ze szczytu Bradowca. Specjalnie wydzielony stok gwarantuje bezpieczeństwo najmłodszych adeptów narciarstwa. Stacja Tylicz-Ski znajduje się w odległości 1,5 km od centrum Tylicza przy drodze do Powroźnika i Muszyny i zapewnia swoim Gościom bezpłatne parkingi. Możliwy jest również dojazd komunikacją publiczną z Krynicy-Zdroju.



#### STACJA NARCIARSKA TYLICZ-SKI

ul. Wolności, 33-383 Tylicz, [www.tylicz.ski](http://www.tylicz.ski)



Stacja Tylicz-Ski, fot. K. Barńkowski



**Master-Ski** to rodzinna stacja narciarska położona jedynie 200 m od tylickiego Rynku. Dysponuje 4-osobową koleją krzesłkową, trzema wyciągami i funparkiem ze zjazdem przez tunel. Na stokach przygotowano łącznie 10 tras o różnorodnym stopniu trudności. Najkrótsza ma 150 m długości, a najdłuższa to nartostrada oferująca ponad kilometr jazdy. Większość tras zaczyna się w tym samym punkcie, do którego prowadzi kolej krzesłkowa. Przygotowano także 400-metrową specjalną trasę do jazdy na tyczkach i 100-metrowe poletko do jazdy na sankach.

Stoki są naśnieżane, codziennie ratrakowane i oświetlone. Łagodne, szerokie trasy przygotowano z myślą o tych, którzy dopiero zaczynają swoją przygodę z narciarstwem. Każdy uczeń może tu bezpiecznie cieszyć się urokami białego szaleństwa. Bardziej wymagającym dedykowana jest główna szeroka trasa o równomiernym nachyleniu, która sprzyja jeździe „na krawędzi”. Najdłuższa jest trasa rodzinna. Została

ona przygotowana tak, aby każdy narciarz – niezależnie od wieku i umiejętności – mógł bezpiecznie pokonać ten malowniczy odcinek. Z myślą o adeptach zimowego szaleństwa stacja przygotowała przedszkole narciarskie dla dzieci, które chcą uczyć się jeździć pod opieką instruktorów oraz kącik zabaw dla najmłodszych. Ważny dla uczących się jest również wyciąg szkoleniowy mieszczący się tuż przy tarasie widokowym karczmy (obok wypożyczalni), skąd rodzice mogą obserwować postępy swoich pociech.

Master-Ski oferuje też wypożyczalnię sprzętu sportowego, szkołę narciarską i snowboardingu, bezpłatny parking oraz świetną kuchnię w karczmie regionalnej. Moc atrakcji czeka także na narciarzy w funparku, gdzie każdy może spróbować wyjątkowej przejażdżki przez tunel. Specjalnie z myślą o klientach stacji na terenie Tylcza uruchomiono specjalny SKI BUS dowożący narciarzy do Centrum Master Ski.



#### CENTRUM NARCIARSKIE MASTER-SKI

ul. Kazimierza Pułaskiego 11a, 33-383 Tylcz, [www.master-ski.pl](http://www.master-ski.pl)



Centrum Slotwiny Arena, fot. A. Klimkowski

**Centrum Slotwiny Arena** to 12 tras zjazdowych o różnej skali trudności, dwie 6-osobowe kanapy z osłonami przeciwwietrznymi i zimowy plac zabaw Kubuś-Ski na wyciągu szkoleniowym dla dzieci. Trasa nr 1 (główna) i 1a przebiegają wzdłuż kolei linowej. Są sztucznie naśnieżane i oświetlone. Mają długość: trasa

1 około 880 m (różnica poziomów wynosi tu 163 m) i trasa 1a ok. 300 m (różnica poziomów wynosi 85 m). W połowie stoku trasy łączą się. To ulubione trasy wymagających narciarzy. Trasa nr 2 („dookoła świata”) ma 1650 m długości, jest przeznaczona dla osób lubiących spokojną, relaksującą jazdę. Nie jest



Panorama stoku Centrum Slotwiny Arena, fot. A. Klimkowski





sztucznie naśnieżana, a przygotowywana ratrakami tylko przy dostatecznej ilości naturalnego śniegu. Trasa 2a (na polanie) to 1350 m rodzinnego zjazdu. Początkowo biegnie szeroką nartostradą przez las, następnie przebiega łagodnie przez widokową rozległą polanę, by łączyć się z głównym stokiem. Jest sztucznie naśnieżana i ratrakowana. Trasę 3 (pod lasem) stanowi 110 metrów naśnieżanego i oświetlonego zjazdu o średnim i małym stopniu trudności. Jest przeznaczona dla indywidualnych narciarzy i klubów narciarskich. Bardzo lubiana przez narciarzy ze względu na doskonałe warunki, tutaj śnieg utrzymuje się najdłużej. Trasy 4, 5, 6, 7 nie są sztucznie naśnieżane, ratrak pracuje na nich tylko przy odpowiedniej ilości naturalnego puchu. Trasy 8 i 9 są dośnieżane i ratrakowane. Korzystają z nich początkujący i szkółki narciarskie. Trasa 10 przeznaczona jest dla doświadczonych narciarzy, potrafiących radzić sobie w trudnych warunkach i świeżym śniegu. Jej długość to ok. 750 m, a różnica



*Słotwiny zapraszają też do **Parku Słotwińskiego**, gdzie znajduje się **malańka Pijalnia Słotwinka** – najstarszy zachowany budynek zdrojowy w Krynicy.*

poziomów wynosi 94 m. Nie jest ona przygotowywana ratrakami. Beibik to trasa szkoleniowa, przeznaczona dla najmłodszych. Bardzo łatwa, położona przy małym wyciągu BABY LIFT. Ma długość 80 m. Jest naśnieżana, ratrakowana, oświetlona i urozmaicona kolorowymi przeszkodami Kubuś-Ski z licznymi atrakcjami dla dzieciaków. Znajduje się w centralnym miejscu stacji w sąsiedztwie restauracji i placu zabaw. Stacja zaprasza też do uprawiania snowkitingu – zjazdu ze specjalnym latawcem. Do tego nie potrzeba wyjątkowych umiejętności. Nie ma także ograniczeń wiekowych.



#### **CENTRUM NARCIARSKIE SŁOTWINY ARENA**

ul. Słotwińska 51A, 33-380 Krynica-Zdrój, [www.slotwinyarena.pl](http://www.slotwinyarena.pl)



Kompleks Narciarski Slotwiny, fot. K. Bańkowski

**Kompleks Narciarski Slotwiny** znajduje się przy trasie wylotowej z Krynicy w kierunku Nowego Sącza. To najstarszy ośrodek narciarski w Krynicy. Oferuje kolej krzesełkową o długości 925 m oraz trzy wyciągi mające od 120 do 925 m. Łącznie to kompleks 9 wyciągów narciarskich, kilkunastu tras o różnym poziomie trudności, wiele wypożyczalni i szkół narciarskich. Trasy są oświetlone, dośnieżane i ratra-

nowane. Posiadają homologację FIS, co pozwala na organizację zawodów narciarskich na międzynarodowym poziomie. Łączna przepustowość tutejszych wyciągów to ponad 4 tys. osób. Na gości czeka także przygotowany parking. Oprócz uciechy dla narciarzy na uwagę zasługuje snowpark i wiele propozycji dla snowboardzistów. U podnóża góry parking i obiekty gastronomiczne.



#### KOMPLEKS NARCIARSKI SŁOTWINY

ul. Słotwińska 53, 33-380 Krynica-Zdrój, [www.slotwiny.pl](http://www.slotwiny.pl)



Kompleks Narciarski Slotwiny, fot. A. Klimkowski

Na stoku, fot. A. Klimkowski



**Extreme Ski w Tyliczu** zaprasza na łagodny stok, dopasowany do potrzeb początkujących narciarzy, dzieci oraz seniorów. Seniorzy o których tu myślą, to osoby posiadające umiejętności jazdy na nartach, ale obawiające się stromych i zatłoczonych stoków, na których w dodatku szaleją snowboardziści. Na seniorów czekają specjalne zniżki na karnety. Tutejszy wyciąg ma 250 m długości, przepustowość

do 700 osób na godzinę. Stok jest oświetlony i ratakowany. Dla zmotoryzowanych przygotowano dwa parkingi. Na chętnych czeka wypożyczalnia sprzętu, góralska chata z dobrym jedzeniem i wieczornymi tańcami oraz szkółka narciarska. W ofercie obiektu są nie tylko zjazdy na nartach i snowboardzie, ale także snowtubing – zjazd specjalnym torem na przygotowanych do tego pontonach.



#### WYCIĄG NARCIARSKI EXTREME SKI

ul. Biskupa Tylickiego 3, 33-383 Tylicz, [www.tylicznarty.com](http://www.tylicznarty.com)

Na stoku, fot. A. Klimkowski



Oprócz dużych stacji narciarskich w regionie działają również mniejsze obiekty. Specjalną ofertę dla dzieci proponuje **stacja Tomek-Ski w Tyliczu**. To świetny rodzinny stok, szkoła i przedszkole narciarskie oraz ciekawy każdego roku inny snowpark. Stacja oferuje wyciąg orczykowy o długości 300 m i stok o różnicy poziomów 45 m. Na miejscu także wypożyczalnia sprzętu.

Do centrum Krynicy-Zdrój zaprasza **Ośrodek Narciarski Henryk-Ski**, który znajduje się na zboczu Góry Krzyżowej (812 m). W jego skład wchodzi dwie 4-osobowe koleje krzeselkowe, wyciąg orczykowy oraz wyciąg taśmowy. Średnie nachylenie stoku sprawia, iż stacja ta

jest idealnym miejscem dla początkujących i średniozaawansowanych narciarzy. Bezpośrednio przy dolnej stacji wyciągu znajduje się gospoda z regionalnym jadłem. Do dyspozycji gości jest także wypożyczalnia nart, przechowalnia sprzętu i bezpłatny parking oraz wykwalifikowana kadra instruktorów dla początkujących narciarzy i snowboardzistów.

W **Kamiannej** coś dla siebie znajdują nie tylko miłośnicy miodu i wyrobów pszczelich. Warto zajrzeć do tamtejszej stacji narciarskiej. Czeka tam trzy wyciągi talerzykowe o łącznej długości 1050 m. Najdłuższy ma 600 m, a najkrótszy 120 m. Ich przepustowość to 1500 osób na godzinę. Na miłośników białe-



Ośrodek Narciarski Henryk-Ski w Krynicy-Zdroju. fot. K. Bankowski

go szaleństwa czekają 4 trasy zjazdowe, sztuczne oświetlenie stoku i wypożyczalnia sprzętu.

**Stacja Narciarska Kokuszka-Ski** leży nieopodal Piwnicznej-Zdroju. Tutejsze trasy narciarskie o zróżnicowanej skali trudności zadowolą początkujących i zaawansowanych narciarzy. Wszystkie są dośnieżane, ratrakowane i oświetlone. Jest tu wyciąg orczykowy (700 m), talerzykowy (120 m) i dywanowy dla najmłodszych. W ofercie jest również zimowy plac zabaw i snowtubing, wypożyczalnia sprzętu i szkółka narciarska.

Blisko Nowego Sącza leży stacja narciarska **Cieniawa-Ski**. To dobre miejsce dla rodzin z trzema wycią-

gami i trasami o zróżnicowanych poziomach trudności. Wyciąg Mały obsługuje ponad 350 m odcinek łagodnego stoku przeznaczonego do jazdy rekreacyjnej oraz nauki. Wyciąg Duży to trasa o długości ponad 500 m w początkowej fazie o znacznej różnicy wzniesień, najlepsza dla wprawnych i zaawansowanych. Wyciąg Żółwik to bardzo łagodny fragment stoku służący do stawiania pierwszych kroków na nartach ze specjalnym zaczepowym 50-metrowym wyciągiem o niskim prowadzeniu liny. Tutejsze trasy zjazdowe są codziennie ratrakowane, w miarę potrzeb dośnieżane, a stoki oświetlone. Na gości czeka też karczma regionalna, szkółka narciarska i wypożyczalnia sprzętu.



Stacja narciarska Cieniawa-Ski, fot. K. Barńkowski



Snow Park na Jaworzynie, fot. A. Klimkowski

## SNOW PARKI

Niemal każda stacja narciarska w regionie ma w ofercie snowpark. Są one systematycznie modyfikowane i urozmaicane. Przygotowane są w nich elementy dla początkujących i doświadczonych zawodników.

**Snowpark na Jaworzynie** działa na terenie Stacji Narciarskiej Jaworzyna Krynicka, na części trasy nr 6 – to jeden z najdłuższych i największych w Polsce snowparków. W jego skład wchodzi elementy jibowe (17 elementów) o różnym stopniu trudności oraz wybicia typu skocznia. Snowpark ma 1050 m długości i ok. 25 m szerokości, jest doskonale widoczny z wagoników kolei gondolowej, a do jego obsługi dedykowana jest 4-osobowa kolej krzeselkowa. W snowparku działają dwie linie przejazdowe – jedna przeznaczona dla osób, które mają ochotę spróbować przygody w parku snowboardowym oraz dla najmłodszych narciarzy. Natomiast druga linia przeznaczona jest dla bardziej zaawansowanych narciarzy i snowboardzistów. Ponadto

po przeciwnej stronie trasy nr 6 można spróbować sił w slalomie na tyczkach z pomiarem czasu. Wszystko to pod okiem doświadczonego instruktora. W górnej części trasy nr 3 działa także funpark (200 m) przygotowany głównie dla najmłodszych.

**Snowpark Arena Słotwiny** to 30 przeszkód jibowych ustawionych w kilku lajnach o różnym stopniu trudności. Są to: T-BOX – 6 m, RAIL – 6+10 m, T-BOX ŁAMANY 4+4 m, T-TRAPEZ – 9 m, dwa picnic table, drewniany poaljam, dwie rury PCV 8 m oraz profesjonalne skocznie – 10 m, 5 m, 3 m. Snowpark jest w całości oświetlony i obsługiwany przez 3-osobowe krzesło oraz 2-osobowy orczyk. Konfiguracja parku jest każdej zimy modyfikowana. Co rok pojawia tu się wiele nowych przeszkód i atrakcji. Arena Słotwiny uruchomiła także mini snowpark. Znajduje się w nim 5 przeszkód przeznaczonych dla początkujących miłośników ekstremalnego szaleństwa na śniegu. Jest on przeznaczony przede wszystkim dla dzieci.



Znawcy początki snowboardu datują już na 1900 r. Z pewnością jednak w 1929 r. Jack Burchett próbował zjeżdżać na kawałku sklejk, a pierwszy zakład produkujący deski miał założyć Dimitrij Milovich, którzy przygodę ze snowboardem zaczynał od jazdy na metalowych tackach w 1975 r. w Utah w USA.

**Snowboarding** rozwijał się równolegle do kultury hip-hopowej. Był przejawem buntu młodych ludzi, którzy mieli dość nudnej – ich zdaniem – jazdy na nartach. W rosnącym zainteresowaniu snowboardem ważne było też to, że zjazd można sobie urozmaicać wykonując tricke w powietrzu czy pokonując przeszkody. Obecnie w snowboardingu wyróżnia się cztery różne style: **freestyle** – celem jest wykonanie jak najtrudniejszych i jak najefektowniejszych ewolucji; **styl alpejski** – jak najszybszy zjazd po wyznaczonej trasie; **freeride** – jazda poza wytyczonymi trasami; **snowcross** – łączenie zjazdu na czas z pokonywaniem przeszkód.



Snow Park na Jaworzynie, fot. A. Klimkowski

**Snow Park w Wierchomli** działa na terenie Stacji Narciarskiej Dwie Doliny Muszyna-Wierchomla. Ma długość ponad 400 m, jest oświetlony, a jego największym atutem jest fakt, że najazdy oraz lądowania w całości zostały przygotowane z ziemi. Dla wszystkich fanów krzesania iskier z rur, boxów i krawędzi każdego roku przygotowany będzie nowy setup. Z kolei miłośnicy powietrznych trików mogą tu popracować nad techniką na sześciu skoczniach o zróżnicowanym poziomie trudności. Jest sporo przestrzeni na długie skoki i miejsca na dobrą zabawę. Całość jest

dostosowana do każdego poziomu zaawansowania jazdy.

W Snow Parku istnieje możliwość organizacji specjalnych sesji foto/video, zawodów, szkoleń i imprez związanych z szeroko rozumianym freestylem. Stacja „Dwie Doliny” organizuje również zawody free’style’owe dla wszystkich chętnych. Sobotnio-niedzielny cykl imprez zaczyna się w styczniu i trwa do marca.

Projekt Snow Parku był konsultowany z czołowymi shaperami europejskimi odpowiedzialnymi za budowy podobnych miejsc w Alpach. Maksymalne szaleństwo gwarantowane.



Snow Park w Wierchomli, fot. A. Klimkowski





Miłośnicy sportów ekstremalnych w mogą w Wierchomli poskakać na wielkiej dmuchanej **poduszce AirPad** o wymiarach 12x9 m. Można na niej trenować skoki na nartach i snowboardzie. Skacząc na poduchę da się ćwiczyć tricke o dużym stopniu trudności. Dzięki poduszce każdy adept ekstremalnej jazdy na nartach lub snowboardzie jest w stanie oszacować swoje przygotowanie do prawdziwego skakania i oszczędzić wielu przykrych kontuzji w trakcie sezonu. Skoki można kupować w karnetach po 10 i 15 sztuk lub pojedynczo w zależności od potrzeb. Dzieci z AirPadu mogą korzystać tylko za zgodą opiekuna. W trakcie silnego wiatru atrakcja może być nieczynna.





Na biegówkach, fot. A. Klimkowski

## NARCIARSTWO BIEGOWE

Narciarstwo biegowe znajduje na Sądecczyźnie coraz więcej amatorów. Dla nich przygotowano kilka specjalnych tras. Większość skupiona jest wokół Krynicy i Muszyny.

**Trasa Góra Parkowa w Krynicy – Tylicz** to łącznie 13 km dla średniozaawansowanych. Narciarze zachwycają się pięknymi widokami i panoramą okolic widoczną ze szlaku. Trasa ma oświetlony 2-kilometrowy odcinek Roma – szczyt Góry Parkowej. Całość trasy jest ra-

trakowana i profesjonalnie przygotowana. Przeznaczona raczej dla zaawansowanych biegaczy.

W Tyliczu można też skorzystać z mniej wymagającej trasy. Przy **Osadzie „Domki w Lesie”** są dwie pętle o długości 2,5 i 4 km, ratrakowane z założonym śladem, przeznaczone dla osób średniozaawansowanych i początkujących. Na miejscu jest również wypożyczalnia nart biegowych, posiadająca także sprzęt dla maluchów

oraz serwis narciarski. Początkujący biegacze mogą skorzystać z zajęć w szkole narciarskiej, która w ofercie ma też przedszkole biegowe. Na miejscu parking dla samochodów osobowych i autokarów.

**Trasy „U Leśników” w Krynicy-Zdroju** zlokalizowane są pomiędzy drogą na Izwór i dolną stacją

kolejki gondolowej w Czarnym Potoku. Zielona trasa (długość ok. 500 m) przeznaczona jest dla dzieci i uczących się chodzić lub biegać, żółta (długość ok. 2,4 km) – dla początkujących, niebieska (długość ok. 2,8 km) – dla zaawansowanych oraz trasa ekstremalna (nieoświetlona, dostępna tylko w dzień).



#### OSADA DOMKI W LESIE

al. Wolności 1, 33-383 Tylisz, [www.domkiwlesie.pl](http://www.domkiwlesie.pl)



#### CENTRUM SZKOLENIA U LEŚNIKÓW

ul. Ludowa 12-16, 33-380 Krynica-Zdrój, [www.krynica.ur.krakow.pl](http://www.krynica.ur.krakow.pl)



Współczesne **biegi narciarskie** wyodrębniły się z narciarstwa, które było po prostu jednym ze sposobów przemieszczania się po terenie pokrytym śniegiem. Sportem stało się dopiero w XIX w. Współczesne narciarstwo biegowe uprawiane poza specjalnie przygotowanymi trasami nazwano **narciarstwem backcountry** lub **narciarstwem przełajowym**.



Na biegówkach, fot. A. Klimkowski



Na biegówkach, fot. A. Klimkowski

**W Muszynie** zapraszamy na 3-kilometrową trasę przy lodowisku na „Zapopradiu” (Al. Zdrojowa). Na bardziej wytrawnych biegaczy czeka 6-kilometrowa trasa, która rozpoczyna się przy górnym wyciągu w Szczawniku (Stacja Narciarska Dwie Doliny Muszyna-Wierchomla) i wiedzie aż do Bacówki nad Wierchomlą. Na miłośników biegówek czekają także dwie trasy w **Ptaszkowej**, nieopodal Nowego Sącza. Są one utrzymywane przez gminny sa-

morząd i zarządzane przez Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Grybowie. Mają długość 1 km i 1,5 km. Są wyasfaltowane, oświetlone, sztucznie naśnieżane i ratrakowane. Różnica poziomów wynosi od 24 do 36 m. Trasy uzyskały homologację Polskiego Związku Narciarskiego, co umożliwia organizowanie zawodów i mistrzostw w biegach narciarskich. Informacje na temat tras można uzyskać pod numerem +48 18 415 70 35.



#### GMINNY OŚRODEK SPORTU I REKREACJI W GRYBOWIE

ul. Jakubowskiego 33, 33-330 Grybów, [www.csz.gminagrybow.pl](http://www.csz.gminagrybow.pl)



Na biegówkach, fot. A. Klimkowski



## LODOWISKA

**Hala Lodowa w Krynicy-Zdroju** posiada pełnowymiarowe lodowisko o wymiarach 30x60 metrów z trybunami mogącymi pomieścić 2635 osób na miejscach siedzących i ok. 300 osób na stojąco. W hali jest czynna wypożyczalnia łyżew. Działa tu także siłownia. Na miejscu zapewniona jest fachowa opieka

instruktorska. Na lodowisku odbywają się mecze hokejowe, zawody w jeździe figurowej, treningi oraz ślizgawki. Z tych ostatnich można korzystać już w lecie. Ich edycja rozpoczyna się od... lipca. Trwają do kwietnia następnego roku, bowiem w maju i czerwcu lodu na tafli nie ma. Każda ślizgawka trwa 45 minut.



### MIEJSKI OŚRODEK SPORTU I REKREACJI

Park Sportowy im. dra J. Zawadowskiego 5, 33-380 Krynica-Zdrój  
[www.mosir.krynica.com.pl](http://www.mosir.krynica.com.pl)

W **Nowym Sączu** zimą działają dwa lodowiska. Jedno znajduje się obok hali MOSiR przy ul. Nadbrzeżnej, a drugie przy Al. Wolności. Obie tafle są sztucznie chłodzone. Lodowisko przy hali sportowej ma powierzchnię 800 m<sup>2</sup>.

Wielbiciele aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu zaprasza sztuczne lodowisko przy Alei Zdrojowej w **Musznynie**. Przy lodowisku działa wypożyczalnia łyżew, kasków, ostrzalnia łyżew i pingwinki do nauki jazdy dla dzieci.

Łyżwiarzy zaprasza też lodowisko-rolkowisko w **Chełmcu**. Obiekt jest zadaszony, a tafla ma wymiary 20x35 m i powierzchnię 700 m<sup>2</sup>. Na miejscu działa także wypożyczalnia i ostrzalnia łyżew oraz punkt gastronomiczny.

Zimą wszystkich miłośników łyżew zaprasza basen w **piwniczańskim Radwanowie**. Wówczas zamiast kąpieliska urządzana jest tam ogólnodostępna ślizgawka. Jest ona czynna od godz. 11.00 do godz. 20.00 przez cały tydzień.



**Powiat Nowosądecki** położony jest w południowo-wschodniej części województwa małopolskiego. Od południa graniczy z Republiką Słowacką.

Siedziba władz Powiatu Nowosądeckiego mieści się w Nowym Sączu.

**Gminy (16):** Chełmiec, Gródek nad Dunajcem, Grybów, Kamionka, Korzenna, Łabowa, Łącko, Łososina Dolna, Nawojowa, Podegrodzie, Ryto, Krynica-Zdrój, Muszyna, Piwniczna-Zdrój, Stary Sącz i miasto Grybów.

**Powierzchnia:** 1550 km<sup>2</sup> (tj. 0,49% powierzchni kraju), z czego większość zajmują tereny górskie i wyżynne.

**Ludność:** ok. 200 tys. mieszkańców, stanowi to 0,5% mieszkańców Polski.

**Rzeki, zbiorniki wodne:** rzeki – Dunajec, Poprad, Kamienica, Biała, jezioro – Rożnowskie.

**Pasma górskie:** Beskid Sądecki, Beskid Niski, Beskid Wyspowy.



 **SADECKIEzaprasza**

 **SADECKIE\_zaprasza**

 **SADECKIE\_zaprasza**

 **SADECKIE**

WYDAWCA

**Starostwo Powiatowe w Nowym Sączu**  
ul. Jagiellońska 33, 33-300 Nowy Sącz  
tel. 18 41 41 600, fax 18 41 41 700  
e-mial: [powiat@nowosadecki.pl](mailto:powiat@nowosadecki.pl)  
[www.nowosadecki.pl](http://www.nowosadecki.pl)

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

**ISBN 978-83-62735-45-7**