

M E R K U R I U S Z

2/ 2018 (rocz. XIII)

niepodległa

POLSKA
STULECIE ODZYSKANIA
NIEPODLEGŁOŚCI

Wydarzenia w Polsce – luty 1918

- 4 lutego – Rada Regencyjna wydała ustawę o Radzie Stanu Królestwa Polski. Rada Stanu została utworzona stosownie do art. II i III patentu z dnia 12 września 1917 r. w sprawie władzy Państwowej w Królestwie Polskim, wydanego przez generalnych gubernatorów warszawskiego i lubelskiego, w imieniu cesarza Niemiec oraz cesarza Austrii i króla Węgier, na podstawie wydanej przez Radę Regencyjną ustawy o Radzie Stanu Królestwa Polskiego z 4 lutego 1918 r.

- 12 lutego – rząd Jana Kucharzewskiego podał się do dymisji - pierwsza Rada Ministrów Królestwa Polskiego, kierowana przez Jana Kucharzewskiego, powołana przez Radę Regencyjną 13 grudnia 1917 r. (W dniu 21 listopada 1917 r. państwa centralne wyraziły zgodę na powołanie Jana Kucharzewskiego na stanowisko Prezydenta Ministrów). Rząd Kucharzewskiego podał się do dymisji 11 lutego 1918 r., zaś Rada Regencyjna dymisję tę przyjęła 27 lutego 1918 r.



- 15 lutego – przejście byłej II Brygady Legionów na stronę Ententy.

II Brygada Legionów Polskich tzw. *Karpacka* lub *Żelazna* – jednostka Legionów Polskich utworzona 8 maja 1915. Podlegała rozkazom państw centralnych. 13 lutego 1918 brygada rozpoczęła marsz ku Czerniowcom i Rarańczy. Austriakom pozostawiono pismo o wypowiedzeniu posłuszeństwa. Nocą z 13/14 lutego pułki piechoty pod Rarańczą torowały sobie drogę do opustoszałych okopów rosyjskich. Tabor i artyleria utknęły jednak na przeszkodach i wzięte zostały przez Austriaków do niewoli. Internowano je w

obozach w Huszt, Marmarosch-Sziget, Szeklencse i Dulfalvja. Przebiło się około 100 oficerów i 1500 szeregowych.

- 16 lutego – Niemcy nałożyli na Warszawę kontrybucję w wysokości 250 tys. marek.

Wg Wikipedii Władysław Adamiec



Co było i co nas czeka w Klubie Polskim?

O tym, co się działo w naszym stowarzyszeniu od stycznia do września ubiegłego roku już pisałam. Ale również ostatnie trzy miesiące starego i początek nowego roku obfitowały w wiele ciekawych wydarzeń, które warto w skrócie przypomnieć.

22 września mieliśmy okazję zobaczyć w teatrze Mana aktorów Sceny Polskiej Teatru Cieszyńskiego, którzy przedstawili sztukę Paula Barza w reżyserii Michaela Taranta p.t. „Kolacja na cztery ręce”. Głównym wątkiem przedstawienia jest fikcyjne spotkanie dwóch wielkich kompozytorów – Johana Sebastiana Bacha oraz Georga Friedricha Händla. Spotkanie, do którego w rzeczywistości nigdy nie doszło, odbyło się w Hotelu Turyńskim w Lipsku w 1747 roku, z okazji przyjęcia Bacha do Towarzystwa Nauk Muzycznych, którego pierwszym i jedynym członkiem honorowym był Händel. Borykającego się z trudnymi warunkami materialnymi, obdarzonego wielką rodziną Bacha i cieszącego się sławą, bogatego Händla łączy tylko jedno - geniusz muzyczny. Dramatyzm rozmów między tymi kompozytorami doskonale podkreśliła w przedstawieniu wspaniała muzyka – urywki z ich dzieł – Bachowskiej „Pasji wg Św. Mateusza” Bacha oraz „Mesjasza” Händla. W głównych rolach wystąpili Bogdan Kokotek (Händel) i Tomasz Kłaptocz (Bach).

17 października odbyło się Nadzwyczajne Walne Zgromadzenie Klubu Polskiego w związku z nowym zapisem naszego stowarzyszenia do rejestru stowarzyszeń (*Rejstřík spolků*) i związaną z tym zmianą statutu. Brzmienie nowego statutu zostało przez obecnych zatwierdzone.

20 października Klub nasz wziął udział we wspólnej akcji stowarzyszeń mniejszości narodowych pod nazwą „Spotkanie kultur”. Głównym organizatorem wieczoru była ukraińska mniejszość narodowa. W udanym wieczorze wystąpił zespół ukraiński Ignis oraz słowacka Limbora, artyści rusińscy oraz przedstawiciele naszego Klubu. Dużymi oklaskami zostały przyjęte nasze śpiewaczki - Anna Nachman i Aleksandra Dąbrowa. Wystąpił również Kazimierz Towarnicki oraz nasz chór A TO MY. Podziękowania należą się również Janowi Bartowi, który akompaniował Annie Nachman.

W tym samym dniu przedstawiciele Klubu – Michał Chrzastowski, Andrzej Magała i Elżbieta Grosseová wzięli udział w konferencji „Animacja kultury polonijnej” zorganizowanej w Budapeszcie przez Samorząd Mniejszości Polskiej na Węgrzech.

W listopadzie obchodziliśmy 130 rocznicę założenia Klubu Polskiego. Główna uroczystość odbyła się w Ambasadzie RP i była połączona z obchodami Święta Niepodległości. Po przywitaniu obecnych przez prezesa Michała Chrzastowskiego oraz przemówieniu okolicznościowym Pani Ambasador Grażyny Bernatowicz, w części artystycznej wystąpili nasi klubowicze. Anna Nachman zaśpiewała dwie piękne polskie pieśni: Mieczysława Karłowicza „Pamiętam ciche, złote jasne dnie” oraz „Uwóz, mamó” Karola Szymanowskiego, po czym Jan Barta zagrał (jak zwykle, brawurowo) dwa utwory Chopina. Po raz pierwszy na takiej uroczystej imprezie przedstawił się niedawno założony chór klubowy A TO MY z wiązką polskich pieśni patriotycznych. Występ został nagrodzony dużymi oklaskami. Dzięki dyrygentowi – Eugeniuszowi Morgunowi i zapałowi chórzystek, repertuar chóru jest co raz bogatszy. W czasie uroczystości liczni zebrani (nie tylko członkowie Klubu) obejrzeni wystawę „Klub Polski w Pradze w fotografii”.

Również w ramach obchodów naszego jubileuszu, Alternatywny Teatr KLUB-PL Praga im. Karola Wojtyły przedstawił w dniu 11 listopada w teatrze Mana spektakl „Ecce Homo”. Warto przypomnieć, że w 2017 roku minęła też 130 rocznica założenia przez malarza Adama Chmielowskiego habitu zakonnego i Sejm RP ogłosił ten rok Rokiem Świętego Brata Alberta.

23 listopada odbył się w muzeum *Národní pedagogické muzeum a knihovna J. A. Komenského* (NPMK) wernisaż wystawy pod nazwą: „Józef Piłsudski – polski i europejski mąż stanu. Wystawa ta powstała w muzeum Józefa Piłsudskiego w Sulejówku z okazji 150 rocznicy jego urodzin. W wernisażu wzięli udział przedstawiciele Ambasady RP w Pradze oraz Instytutu Polskiego. Z ciekawością obejrzelśmy wystawę, dzięki której również młodzież czeska dowie się o ważnej części polskiej historii. Po wernisażu wystawy odbyła się w siedzibie Ambasady RP biesiada na temat wydarzeń, które doprowadziły do powstania państw - polskiego i czechosłowackiego w roku 1918 i roli w tym Józefa Piłsudskiego i Tomáša G. Masaryka.

Listopadowe spotkanie klubowiczów przypadło na dzień tradycyjnych Andrzejek – 30 listopada. Prelekcję na ten temat przygotował Władysław Adamiec, po czym śpiewano i bawiono się do późnego wieczoru.

W dniu 8 grudnia gościliśmy w siedzibie klubu przybyłe z Warszawy członkinie Towarzystwa Rapperswilskiego (w większości są to pracownice Archiwum PAN w Warszawie). W czasie spotkania zostało podpisane porozumienie o współpracy.

15 grudnia wzięliśmy udział w spotkaniu przedświątecznym w Ambasadzie RP w Pradze. Obecny był Prymas czeski, kardynał Dominik Duka. W czasie spotkania mieliśmy również możliwość pożegnać się z odchodzącą po zakończonej misji w Pradze Panią Ambasador Grażyną Bernatowicz.

Nasze tradycyjne klubowe spotkanie przedwigilijne odbyło się 22 grudnia. Na spotkanie przybyła Pani Radca Minister Marzena Krulak, kilka słów na aktualny, bożenarodzeniowy temat powiedział o. Hieronim Kaczmarek. Zebrany przedstawił się pięknie chór A TO MY, który wykonał szereg polskich (i nie tylko) kolęd.

Po Nowym Roku długo nie odpoczywaliśmy i zaczęły się już nowe – tegoroczne akcje. Jeszcze podczas naszego klubowego spotkania przedwigilijnego zaprezentowaliśmy długo oczekiwaną publikację – książkę wydaną przez Klub Polski „Śladami Polaków w Pradze”. I właśnie publiczną prezentacją tej książki w Instytucie Polskim w Pradze w dniu 18 stycznia rozpoczęliśmy nowy rok pracy klubowej. Na prezentację przybyło dużo osób, wśród których było też kilku Czechów. Spotkanie poprowadził redaktor książki Roman Baron przy udziale dyrektora IP Macieja Ruczaja oraz prezesa Klubu Michała Chrzastowskiego i projektantki okładki - Elżbiety Grosseovej. W czasie dyskusji potwierdziła się potrzeba kontynuowania tematu udziału Polaków w życiu praskim, a także były propozycje opracowania pewnego rodzaju przewodników dla przyjeżdżających do Pragi Polaków – nie tylko turystów, ale również osób, które tu pragną zamieszkać.

W dniu 13 stycznia odbyła się w DNM wspólna akcja pod nazwą „Nová radost nastala aneb Vánoce a Nový rok dle juliánského kalendáře u příležitosti jubilejního roku vzniku ČSR”. Organizatorem było nowe stowarzyszenie - Akademie národnostních menšin, z.s. W programie wystąpiła również Anna Nachman, która przy akompaniamencie Jana Barty zaśpiewała piękne polskie kolędy.

Godnym uwagi akcentem współpracy Polaków i Czechów zamieszkałych w Pradze był koncert charytatywny na pomoc głodującym dzieciom z Rwandy, zorganizowany w dniu 26 stycznia przez Annę Nachman i jej czeskie koleżanki. W koncercie kolęd wystąpiła solo Anna Nachman przy akompaniamencie Jana Barty oraz chór Klubu Polskiego z dyrygentem Eugeniuszem Morgunem.

Karnawał w tym roku był krótki, dlatego obchodziliśmy go już 28 stycznia. Spotkanie udało się, o co już tradycyjnie zadbał przede wszystkim nasz kolega Kazimierz Towarnicki przygotowując zabawny program wieczoru. Aktywnie pomagali w tym również nasi młodzi Polacy – zaśpiewała Ania Nachman, akompaniował Janek Barta, za co należy się im szczególne podziękowanie. O ozdobienie sali, przygotowanie loterii fantowej i jedzenia zadbali przybyli klubowicze. Przy muzyce bawili się wszyscy doskonale - nie zabrakło konkursu masek, śpiewu i tańca. Szkoda tylko, że w związku z epidemią grypy wiele osób nie mogło przyjść na to spotkanie.

We wtorek 20 lutego w senacie Parlamentu RC odbył się wernisaż wystawy „Rok 1918. Odrodzenie Polski Niepodległej”. Na zaproszeniu napisano, że wystawa przedstawia trzy Polki: pierwszą jest światowej sławy laureatka nagrody Nobla – Maria Skłodowska - Curie, drugą - Irena Sendlerowa, bohaterka okresu drugiej wojny światowej, która uratowała od hitlerowskiej zagłady 2500 dzieci żydowskich, trzecią – Anna Walentynowicz, czołowa działaczka Solidarności, tragicznie zmarła w katastrofie pod Smoleńskiem. W rzeczywistości zakres wystawy jest o wiele szerszy. Przedstawia szereg Polek, które w dziejach naszego narodu odegrały bardzo dużą, chociaż mniej znaną od wspomnianych wyżej bohaterek, rolę. Od Emilii Plater (uczestniczki powstania listopadowego) poprzez bohaterskie kobiety biorące czynny udział w powstaniu styczniowym, kobiety samotnie prowadzące kwitnące gospodarstwa pod nieobecność wywiezionych na Sybir mężów, pełne poświęcenia nauczycielki i pielęgniarki, kobiety walczące na froncie w czasie II wojny światowej, odważne działaczki Żegoty i tragicznie zamordowaną wraz z całą rodziną córkę ukrywającą przed zagładą Żydów, pierwsze absolwentki wyższych uczelni, młodą współpracowniczkę podziemia skazaną na śmierć przez władze komunistyczne aż po działaczki Solidarności. Kobiety te żyły w różnych okresach, w odmiennych warunkach, angażowały się w innych dziedzinach, ale jedno jest dla nich wspólne - wszystkie zapisały się złotymi literami w historii narodu polskiego i przyczyniły się do niepodległości i wielkości Polski. Wystawa prezentowana jest w ramach programu uroczystości Roku Praw Kobiet, ogłoszonego przez Sejm RP z okazji setnej rocznicy przyznania praw wyborczych kobietom (w 1918 roku), a to w chwili odzyskania samodzielnego państwa polskiego. Wystawę przygotowało Muzeum Historii Polski przy wsparciu Ministerstwa Spraw Zagranicznych

Rzeczypospolitej Polskiej. Czeska wersja wystawy powstała dzięki wsparciu Instytutu Polskiego w Pradze.

A co nas czeka? Wymienię tutaj kilka najważniejszych tegorocznych akcji:

14 kwietnia 2018 r. – Wernisaż wystawy „Od Wyszehradu do Wyszehradu”

27 maja 2018 r. – Wspólna akcja Polaków zamieszkałych w Pradze – „Karolki”

31 maja – Walne Zgromadzenie Klubu Polskiego - sprawozdawczo-wyborcze.

16 czerwca – Ognisko klubowe w Pradze - Kyje

27 października 2018 r. – W ramach obchodów Stulecia Odrodzenia Polskiej Państwowości – koncert Artura Götza „Niebo złote ci otworzę”

To na razie tyle, ale oczywiście akcji będzie znacznie więcej.

Krystyna Olaszek-Kotýnek



Co było a nie weszło się do tekstu powyższego – na ostatnim posiedzeniu zarządu Klubu Polskiego dnia 13 lutego 2018 odgłosowano, że Klub Polski nie będzie finansowo wspierał swoją sekcję w mieście Lysá nad Łabą. Obecnych członków zarządu było 8, 5 członków głosowało za tą decyzją, dwaj wyrazili sprzeciw, jeden się wstrzymał.

Ale na karnawale sekcji goście bawili się! Czy ostatni raz?



Władysław Adamiec



Z Orłowiczem w Czechach

Mieczysław Orłowicz (1881 – 1959) nestor polskiej turystyki, krajoznawca, autor licznych przewodników, w tym pierwszego polskiego przewodnika po Europie wydanego w 1906 r. Urodził się w rodzinie notariusza, w Galicji. Po ukończeniu studiów prawniczych i praktyce w kancelarii adwokackiej zerwał z pracą w sądownictwie i zajął się organizowaniem wycieczek po Polsce i Europie, popularyzacją turystyki w prasie i w literaturze. Był założycielem i współzałożycielem licznych towarzystw turystycznych, w których zarządach zasiadał. W latach II Rzeczypospolitej

pracował w instytucjach centralnych kierując referatami do spraw turystyki w Ministerstwie Robót Publicznych i Ministerstwie Komunikacji. Okres okupacji hitlerowskiej był dla Orłowicza czasem tułaczki i ciężkiej choroby. W powstaniu warszawskim uległy zniszczeniu jego zbiory biblioteczne, rękopisy i archiwum fotograficzne. Po II wojnie powrócił do pracy w Ministerstwie Komunikacji, a



później w Komitecie do Spraw Turystyki powołanym w 1952 r.

Przeszedł pieszo ok. 14 000 kilometrów, był autorem ponad 100 przewodników, zwiedził większość krajów Europy, ale najbardziej fascynowała go Polska.

W latach 1901 – 1903 Orłowicz studiował na uniwersytecie w Wiedniu. Kiedy nadeszły wakacje 1902 r. czescy studenci namówili go na pieszą wycieczkę po Czechach. Opisywali Czechy jako kraj pełen zabytków, pięknych widoków, a przy tym tani dla turysty.

Według ich obliczeń trasę 1200 km mieli przebyć w ciągu u 42 dni, za cenę 80 - 100 koron. Przed wyprawą Orłowicz zakupił za 6 koron w sklepie sportowym worek, zwany przez Czechów *Rucksack*. Była to nowość, nieznana jeszcze w Galicji. Nazwa polska *plecak* utarła się w Polsce dopiero podczas I wojny światowej.

Trasa wiodła przez Brno i Ołomuniec do Pragi. Rannym pociągiem z Wiednia po 5 godzinach dotarli do Brna. Oto co pisze w swoich wspomnieniach: „Pierwsze wrażenie z Brna nie było nadzwyczajne, po Wiedniu, nie mogło mi się ono podobać. Było to miasto liczące około 100 tys. mieszkańców, z których prawie połowę stanowili Niemcy. Wybitniejszych zabytków sztuki i architektury Brno nie posiadało, nie należała do nich tutejsza katedra. Bodaj że najbardziej utrwaliła mi się w pamięci ponuro zapisana w dziejach ludów austriackich dawna forteca na Spielbergu.” Za to zachwyciły go okolice Morawskiego Krasu i Ołomuniec. „W okolicy Ołomuńca zwiedziliśmy kilka wsi, których mieszkańcy noszą piękne stroje ludowe, i opactwo jeszcze z IX stulecia, gdzie pokazano nam w wielkim ołtarzu pamiątkowego kościoła obraz św. Cyryla i Metodego pędzla Jana Matejki z jego lat młodości”.

Podczas tej wycieczki Orłowicz poznał „studenckie nocleharne”. Były to tanie schroniska noclegowe organizowane latem w nieczynnych bursach, internatach, a nawet szkołach. Wystarczyło łóżko z siennikiem, poduszka, koc, czasami podawano śniadanie - bułkę z mlekiem. A wszystko to w cenie 20 halerzy.



Po tygodniu rozstał się z kolegami ze studiów, aby z nowo poznanymi znajomymi udać się do Pragi. Trochę wędrowali pieszo, trochę jeździli pociągami – co zajęło im tydzień. Orłowicz chciał wejść do Pragi od wschodniej strony, żeby mieć widok na położone w dole miasto. Niestety, dzielnica Žižkov tak się już rozbudowała, że widok na Pragę został całkowicie zasłonięty.

Praga wydała mu się najpiękniejszym miastem. Na jej zwiedzenie przeznaczył pięć dni. Aby zobaczyć jak

najwięcej ograniczył sen. Wstawał o 6.00 rano, chodził spać o 12.00. I całymi dniami zwiedzał. Obiecał sobie, że musi tu wrócić. I wrócił w 1903 r. aż na sześć tygodni. Wynajął pokój na Małej Stranie z pięknym widokiem na Wełtawę i Stare Miasto. Chodził na wycieczki urządzone przez Klub ze Starou Prahu lub przez Klub Czeskich Turystów. Zachwycił się winiarnią „Złata Studna” położoną wysoko za Wełtawą pod murami Hradczan, skąd roztaczał się jeden z najpiękniejszych widoków na miasto. Ale nie tylko z tych widoków była znana. Ku zdziwieniu Orłowicza, podawano tutaj tylko wino, a kanapki przynosił każdy sam w kieszeni. Bardzo mu się podobała idea niedzielnych wycieczek za miasto. Podziwiał sprawność sprzedaży biletów nad dworcem kolejowym i panujący tam porządek. Były oddzielne kasy kolejowe dla osób, które miały odliczoną gotówkę na bilet i dla tych, którym trzeba było wydawać resztę. W niedzielę wieczór cały ten tłum wracał do Pragi. Obliczył, że w niedzielę co trzeci mieszkaniec opuszcza Pragę, co dawało ogólną liczbę 200 tys., kiedy we Lwowie w najlepszym razie 5000 osób udawało się na niedzielne wędrówki. W Czechach

rozpowszechnione też było uprawianie sportu, szczególnie wśród kobiet. Czeszki były wysportowane, nie zwracały uwagi na konwenanse, chętnie chodziły w męskim towarzystwie do kawiarni, gdzie same za siebie płaciły rachunki.

Kiedy po 57 latach od tej wycieczki pisał te wspomnienia, wiele zdarzeń, miejscowości, osób zatarło się w jego pamięci. Ale zapamiętał, że Czechy początku XX wieku były krajem, gdzie turystykę uprawiano masowo. Już wtedy działały Kluby Czeskich Turystów, które zakładały schroniska, znakowały szlaki, drogowskazy, wydawały mapy i przewodniki oraz powoływały na wsiach i miasteczkach tzw. delegatów Klubu. Na domu takiego delegata wisiała tabliczka z napisem „Delegat Klubu Czeskich Turystów”. Tutaj można było zdobyć informacje o zabytkach, tanim noclegu, restauracji, wysłać i odebrać korespondencje. Zaadresowany list „Oddział Klubu Czeskich Turystów – Domažlice” dochodził. Delegatami byli nauczyciele, księża, chłopci. Jakież było jego zdziwienie, gdy na trasie poznał nauczycieli, którzy prowadzili wycieczki własnych uczniów. Wycieczki te odbywały się w niedzielę i niektórzy z nauczycieli „nawet 20 niedziel spędzili ze swoimi uczniami po bliższej i dalszej okolicy”. W Galicji to było nie do pomyślenia. Orłowicz uczęszczając do trzech gimnazjów galicyjskich, odbył tylko jedną wycieczkę szkolną. Dziwiła go także duża liczba dziewcząt biorących udział w wycieczkach. Chodziły same lub pod opieką nauczycielki. W Galicji też to było nie do pomyślenia, gdyż „chodzenie i turystyka uchodziły za coś niezdrowego dla kobiecego organizmu”. Zazdrościł Czechom tej mody na turystykę i na uprawianie sportu. „My byliśmy stanowczo zacofani” – stwierdza ze smutkiem w swoim pamiętniku.

Izabela Gass

Widokówki pochodzą z Archiwum PAN. Wszystkie cytaty pochodzą z książki: M. Orłowicz, „Moje wspomnienia turystyczne”. Wydawnictwo Ossolineum, 1970



Nie jest mi zimno...

Rozmowa z Aleksandrą Dąbrową o zaletach zimowych kąpeli w otwartych wodach.



Merkuriusz (Mer) Jakkolwiek ciepłe byłyby zimowe miesiące, jednak większość z nas najchętniej spędza je jak najczęściej w ciepłych miejscach, pokojach, kawiarniach czy barach. Są jednak wśród nas osoby, które w tych najzimniejszych miesiącach roku chętnie kąpią się w otwartych wodach rzek i mórz! Jedną z takich osób jest Ola Dąbrowa, Polka mieszkająca i pracująca w Pradze, która zechciała opowiedzieć czytelnikom Merkuriusza o swoich zamiłowaniach do zimowych kąpeli. - Osoby, które lubują się w kąpielach w lodowatych wodach tradycyjnie nazywamy morsami. Od jak dawna jesteś, że tak powiem panią mors?

Aleksandra (Ola): Panią mors (lub tzw. foczką) jestem gdzieś od dziesięciu lat. Zanim zostałam Panią mors, grypę przechodziłam w tydzień, a dziś, jeśli już zachoruje, to trwa to nie dłużej niż 2-3 dni. Morsowanie hartuje nie tylko nasz organizm, ale też charakter. Należę do osób, które kochają ciepło i słońce. Wejście do zimnej wody zimą jest wyzwaniem, ale jak się człowiek zdecyduje i pokona ten strach przed zimnem, to czuje się po prostu wspaniale :)

Mer: Co było powodem, że zaczął interesować cię ten sposób rekreacji? - W jakiej temperaturze zwykle się kąpicie? W jakiej najniższej temperaturze się zanurzałaś? Jak długo trwa takie zanurzenie się?

Ola: Najlepsza temperatura do morsowania , to 2-5 stopni wody. Na zewnątrz najlepiej jak jest mróz i śnieg – wtedy jest odpowiedni klimat do morsowania :). Kąpiel trwa zazwyczaj od 5 do 15 min. Każdy mors wie, jak długo może zostać w wodzie.

Mer: Jak mi wcześniej mówiłaś praktycznie nie ma większych przeciwwskazań do uprawiania kąpieli w lodowatej wodzie i że praktycznie każdy może tego spróbować. Czy rzeczywiście jest to tak "bezpieczna" rekreacja? Jakie są plusy i minusy morsowania? - Czy byłaś świadkiem jakiejś niebezpiecznej sytuacji przy kąpielach lub może znasz podobną z opowiadań? - Czy była jakaś zabawna, śmieszna sytuacja?

Ola: W zasadzie morsować nie powinny jedynie osoby, które zmagają się z chorobami kardiologicznymi. Kąpią się zarówno dzieci i starsi, kobiety, mężczyźni, szczupli i ci co mają sporo ciała :) Plusów jest masa, ale wymienię te najważniejsze:

Morsowanie jest to aktywność fizyczna, która sprawia, że człowiek lepiej funkcjonuje, ma mnóstwo energii. Nasze baterie są naładowane na maxa, tak, że możemy góry przenosić :) Poprawia się ukrwienie, jakość skóry, znika celulitis i można stracić do 2000 kcal :)

Mer: Z racji tego, że pochodzisz z wybrzeża rozumiem że zimne wody Bałtyku są ci najbliższe. Czy są inne "lodowate" akweny, w których się kąpiesz lub kąpałaś?

Ola: Kąpałam się w jeziorach, rzekach, ale najbardziej lubię kąpać się w Bałtyku. W morzu jest po prostu ciekawiej – są fale przez które można skakać! :)

Mer: Czy należysz do konkretnego klubu morsów, czy też jesteś indywidualną wielbicielek i propagatorką tego sposobu hartowania ciała? - (Jeśli tak) Jaka jest rozpiętość wiekowa osób w grupie, z którą się spotykasz? Czy między uczestnikami jest jakiś rodzaj rywalizacji, dążenia do osiągnięcia "lepszego wyniku", czy przeciwnie jest to okazja do spotkania się w gronie znajomych o podobnych zamiłowaniach?

Ola: Nie należę do żadnego klubu, ale sympatyzuje z klubem Eskimos z Mielna. To dzięki ekipie z Mielna pierwszy raz zamorsowałam. Rozpiętość wiekowa to od dwulatka do sto dwu latka.

W Polsce funkcjonuje około 80 klubów, a na ogólnokrajowe zloty przyjeżdżają tysiące zwolenników morsowania. W każdym zakątku kraju można spotkać zapaleńców zimowych kąpieli. W morsowaniu nie chodzi o bicie rekordów, lecz o spędzenie przyjemnie czasu w gronie ludzi pozytywnie zakręconych :)

Rozmowę przeprowadziła Anna Kaczmarek



Z A P R A S Z A M Y

**Następne spotkanie Klubu Polskiego w Pradze odbędzie się 23 marca 2018 w DMN,
Vocelova 3, Praga 2.**



MERKURIUSZ SPORTOWY



1.	Norwegia	13	11	9	33
2.	Niemcy	12	7	5	24
3.	Kanada	9	5	7	21
4.	Holandia	6	6	4	16
5.	USA	6	4	6	16
6.	Francja	5	4	5	14
7.	Szwecja	4	4	0	8
8.	Korea Pld.	4	3	2	9
9.	Austria	4	2	4	10
10.	Japonia	3	5	3	11
11.	Włochy	3	2	4	9
12.	Szwajcaria	2	5	1	8
13.	Czechy	1	2	3	6
14.	Słowacja	1	2	0	3
15.	Białoruś	1	1	0	2
16.	Wlk. Brytania	1	0	3	4
17.	POLSKA	1	0	1	2
18.	Ukraina	1	0	0	1



1 złoty medal



Kamil Stoch skocznia duża (LH), ind.

1 brązowy medal



Dawid Kubacki, Stefan Hula, Maciej Kot, Kamil Stoch skocznia duża (LH), druž.



Biathlonistki 7. w sztafecie

22.02.2018

Polska sztafeta zajęła siódme miejsce w rywalizacji biathlonistek na XXIII Zimowych Igrzyskach Olimpijskich 2018. Triumfowały Białorusinki.



Jako pierwsza w naszej kadrze pobięła Monika Hojnisz, która w pozycji leżącej musiała dobrać jeden nabój, a w stojącej dwa. Solidny bieg i kłopoty rywek spowodował, że po pierwszej zmianie byliśmy na siódmym miejscu.

Na wysokości zadania stanęła również Magdalena Gwizdoń. Polka dobierała tylko raz na leżąco i raz w stojącej. Gwizdoń dobrze biegła i choć nie poprawiliśmy siódmego miejsca, to byliśmy w ścisłej czołówce.

Świetnie swoją zmianę zaczęła Krystyna Guzik, ale pierwsza wizyta na strzelnicy skończyła się karną rundą. Polka biegła jednak bardzo dobrze, a drugie strzelanie to tylko jeden dobierany strzał, co przy masowych pudłach rywek pozwoliło wybiec na drugie miejsce.

Guzik świetnie pobięła końcówkę i wyprowadziła naszą reprezentację na pierwsze miejsce. Jako ostatnia ruszyła Weronika Nowakowska. W pozycji leżącej było nerwowo. Nowakowska musiała dobrać dwa razy, co zepchnęło nas na trzecie miejsce. W czołówce było bardzo ciasno i o wszystkim decydowało ostatnie strzelanie.

Niestety Nowakowska nie wytrzymała do końca ciśnienia w ostatniej próbie. Trzeba było dobierać trzy razy i przy wybiegnięciu ze strzelnicy plasowaliśmy się na siódmym miejscu i na tej samej pozycji Polka dobiegła do mety.

Triumfowały Białorusinki, przed Szwedkami i Francuzkami.



Warakomska: "Mogę być z siebie zadowolona"

22.02.2018

- Oceniam swój bieg naprawdę dobrze. Jestem z niego zadowolona, tym bardziej, że do tej pory popełniałam sporo różnych błędów technicznych - powiedziała Magdalena Warakomska po swoim ćwierćfinale na 1000 m, w którym zajęła 3. miejsce i zakończyła rywalizację na tym etapie.



- Stawiałam na ten "tysiąc" i na treningach poprzedzających go starałam się je wszystkie wyeliminować. Skupiałam się na tym, że ten dystans pojechać tak jak potrafię, czyli dobrze technicznie. Wiedziałam, że jeśli to się uda, to stać mnie poprzehodzić te biegi i awansować jak najdalej - relacjonowała polska zawodniczka. - Mogę być z siebie zadowolona, że jestem gdzieś w tej czołówce, że walczyłam z najlepszymi zawodniczkami na świecie byłam z nimi blisko. Fajnie, że "tysiąc" był ostatnią konkurencją, bo mogła się do niego dobrze przygotować, bo tak jak powiedziałam, na nim najbardziej mi zależało - dodała.

- Ciężko mi powiedzieć z jakimi nadziejami tu przyjechałam, bo są to moje pierwsze igrzyska olimpijskie. Sama nie wiedziałam na do końca jak to będzie wyglądać, jak będę reagować na to wszystko, ten tłum ludzi, tę atmosferę, szczególnie, że tu to jest sport narodowy. Dla przykładu powiem, że kiedy byłam na skokach narciarskich to się mocno zdziwiłam małą ilością kibiców. A tu są tłumy ludzi, nie ma gdzie usiąść, nawet nie ma miejsca dla zawodników - stwierdziła.

- Jeśli chodzi o stres w moim debiucie olimpijskim, to powiem szczerze, że bałam się, że będzie gorzej. Miałam gdzieś to w tyle głowy, ale jakoś udało mi się z tym poradzić. Jednak nie powiem, że nie było go w ogóle, bo to niemożliwe. Przed startami starałam się uspokoić, bo wiedziałam, że jadę tu dla siebie. Nikt ode mnie niczego ani nie wymagał, ani nie oczekiwał niemożliwego. A to na pewno pomaga. Miałam także ogromną wsparcie od rodziny, przyjaciół i mojego chłopaka, który jest w wojsku i ma ograniczone możliwości kontaktów telefonicznych ze mną, to zawsze dał radę i znalazł chwilę, żeby mnie wesprzeć. Za to jemu i wszystkim moim bliskim serdecznie dziękuję - powiedziała.

- Teraz czas na analizę startów olimpijskich, choć przede mną jeszcze mistrzostwa świata. Pekin 2022 to będzie mój kolejny olimpijski cel. Zdaję sobie sprawę, ile jest przede mną pracy, ale przynajmniej wiem nad czym trzeba popracować i co trzeba zmienić, żeby było jeszcze lepiej - zakończyła Magdalena Warakomska.

Konopko: "Stać mnie było na ósemkę"

22.02.2018

- To ja byłem winowajcą tego upadku w moim biegu. Kiedy na ostatnim kółku Węgier mnie wyprzedził, chciałem jeszcze spróbować go dogonić, ale żeby to zrobić trzeba szeroko wejść i prawdopodobnie wtedy zahaczyłem czubkiem płozy o lód i zaliczyłem upadek - powiedział Bartosz Konopko po swoim biegu ćwierćfinałowym na 500 m.



- Popeliłem błąd, który wykorzystał zawodnik z Węgier, a to przecież był mistrz świata na tym dystansie. Ku mojemu zdziwieniu wszedł bardzo wąsko i to zaprocentowało - relacjonował polski zawodnik. - Uważam, że gdyby nie to, to mogłem ukończyć rywalizację z nowym rekordem Polski, ale cóż, taki jest short track.

- Zawsze jest złość, kiedy się upada, a czujesz, że mogłeś zrobić coś więcej. Bylbym trzeci, a to daje miejsca 9-12, a pewnie zajmę lokatę 17-18. Wiadomo, każdy marzy o medalu, ale uważam, że stać mnie było na miejsce w "ósemce" - dodał.

- To były pierwsze moje igrzyska. Wcześniej zawsze coś stawiało mi na przeszkodzie występu na tej najważniejszej sportowej imprezie. Przed Vancouver miałem złamaną rękę, ciężko mi się jeździło i nie dałem rady, a przed Soczi zerwałem więzadło w kolanie. Jak to się mówi, do trzech razy sztuka i udało się przyjechać do Korei. Jednak przyznam, że liczyłem na więcej - dodał.

- Chciałbym wierzyć w to, że nie są to moje ostatnie igrzyska. Mam w końcu sporo siwych włosów na głowie, ale będę walczył o Pekin 2022. Czuję się w pełni sił, teraz miałem najlepszą formę w swoim życiu. Myślę, że realna szansa jest na olimpijski występ w Chinach - zakończył Konopko.

Kowalczyk: "Nie zawieść koleżanki"

21.02.2018

- Jestem bardzo zadowolona. Miejsce w pierwszej ósemce na igrzyskach olimpijskich dla polskiej reprezentacji to jest bardzo duży sukces, naszym skromnym zdaniem - powiedziała po sprincie drużynowym Justyna Kowalczyk.



- Cieszymy się, że podjęłyśmy walkę, że wygrałyśmy z wieloma mocnymi team'ami. To, że nie startowałam łyżwą w Pucharze Świata, nie znaczy, że nie trenowałam i leżałam do góry tyłkiem. Trenowałam i startowałam w innych biegach, po to, żeby dzisiaj nie zawieść koleżanki.

- Sześć biegów w odstępie dwóch godzin, to taki wysiłek, że boli, ale udało się przeżyć. Nie można było się oszczędzać, bo gdybyśmy się oszczędzały, to nie byłoby nas w finale. Jestem bojowo nastawiona i przed tymi igrzyskami i na nich. Za trzy dni zupełnie nowy dzień, nowe warunki, nowe narty i inny wysiłek - dodała w kontekście biegu na 30 kilometrów Justyna Kowalczyk.

www.olimpijski.pl
Fot.: Szymon Sikora

Redakcja: Władysław Adamiec



Merkuriusz Klubu Polskiego rocz. 13/2018
**Projekt współfinansowany w ramach sprawowania
opieki Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią
i Polakami za granicą**

Mamy nadzieję!