KONCEPCJA
NARCIARSTWA BIEGOWEGO I ŚLADOWEGO W JANOWIE LUBELSKIM I OKOLICACH.

I. Wstęp.

Narciarstwo, niegdyś sport i forma rekreacji nielicznej garstki entuzjastów ma dzisiaj coraz więcej zwolenników.
Powietrze, słońce, ruch, kontakt z naturą – wszystko to wpływa korzystnie na zdobycie tak potrzebnego w dzisiejszym życiu relaksu i przeciwdziałanie stresowi czy innym chorobom współczesnej cywilizacji. Coraz częściej podkreśla się dodatni wpływ stosowanych w narciarstwie form ruchowych na ustrój człowieka.
Nie bez znaczenia jest również element czynnego zapełnienia wolnego czasu dla dzieci i młodzieży, co pozwala im na uniknięcie niebezpiecznego kontaktu ze zjawiskami patologicznymi jakie ostatnio nękają nasze społeczeństwo.

II. Warunki lokalne.

W samym Janowie Lub. i okolicach istnieją warunki naturalne lub wymagające niewielkich korekt do uprawiana wszystkich rodzajów narciarstwa a w szczególności narciarstwa biegowego i śladowego.
Warunki klimatyczne w postaci mroźnych zim oraz wcześniejszych opadów śniegu późną jesienią a także długiego zalegania śniegu wczesną wiosną w lasach, w tym zakresie korzystnie wyróżniają nasze okolice od niedalekich terenów za Sanem w kierunku Niska, czy też od okolic Kraśnika i Lublina.
Dlatego część tras i szlaków planowana jest w obrębie samego Miasta Janowa Lub. a część poza tym obrębem a nawet na dalszych, leśnych terenach. Taka lokalizacja umożliwi wariantowe ich wykorzystanie w zależności od czasu i wielkości opadów śniegu, rozkładu temperatur, czy też topnienia śniegu w czasie odwilży i na wiosnę.

III. Wprowadzenie.

Poruszanie się indywidualnych narciarzy i grup na nartach może być dowolne ale również zorganizowane. Forma zorganizowana zdecydowanie ułatwia i czyni bardziej bezpiecznymi wzajemne relacje narciarzy i innych uczestników ruchu na danym terenie.
Możliwa do stosowania w Janowie Lubelskim jazda na nartach biegowych i śladowych jest stosunkowo łatwa i tania. Sama w sobie jest przygotowaniem do jazdy na nartach zjazdowych.

a/ Rodzaje sprzętu narciarskiego (narty, buty, wiązania, kijki, ubiór).

W narciarstwie ze względu na sposób poruszania się i rodzaj sprzętu stosowany jest zasadniczy podział na:
Sprzęt zjazdowy –do jazdy po nachylonych trasach i szlakach narciarskich. Buty „twarde” ograniczające zakres ruchu stopy i nogi w kostce. Dla uprawiania zorganizowanego narciarstwa zjazdowego wymagana jest budowa wyciągów oraz

instalowanie urządzeń naśnieżających a niekiedy przebudowa nachylenia stoków (dawniej: Wierzchowiska, Zwierzyniec, Szczebrzeszyn, Zagrody k. Goraja, obecnie: Krasnobród, Chrzanów, Batorz).

Sprzęt biegowy pozwala na jazdę po płaskich, odpowiednio przygotowanych trasach narciarskich. Narty, buty i wiązania biegowe są znacznie cieńsze i lżejsze niż śladowe. Buty „miękkie" zbytnio nie krępują ruchu stopy oraz nogi w kostce. Wiązania umożliwiają swobodne unoszenie pięty.
Sprzęt śladowy pozwala na jazdę turystyczną po płaskich, nieprzetartych terenach. Forma zorganizowana to jazda (marsz) po szlakach narciarskich. Narty śladowe są podobne do biegowych lecz są od nich szersze, sztywniejsze oraz mocniejsze a dzięki temu i stabilniejsze. Zwykle od spodu posiadają łuskowatą powierzchnię ślizgów. Buty i wiązania są podobne jak w sprzęcie biegowym –tylko nieco mocniejsze.
Zalecane są dla początkujących.

b/ Rodzaje terenów narciarskich.
W narciarstwie śladowym i biegowym, ze względu na zorganizowane miejsce poruszania się i rodzaj sprzętu stosowany jest zasadniczy podział na:
Trasa narciarska jest obiektem stałym, wyznaczonym a nawet specjalnie zaprojektowanym i wykonanym, oznakowanym i przygotowanym do jazdy.
Szlak narciarski prowadzi przez tereny otwarte lub przecinki leśne i nie wymaga specjalnego przygotowania. Określany jest jedynie kierunkowskazem lub w razie konieczności znakami informacyjnymi.
Pólko narciarskie jest terenem nadającym się lub specjalnie przystosowanym do nauki jazdy na nartach.

IV. Cel budowy tras narciarstwa biegowego i szlaków narciarstwa śladowego.
1/ uzyskanie nowych produktów do oferty turystycznej, co będzie realizacją Zintegrowanej Strategii Rozwoju Obszarów Wiejskich –Lokalnej Grupy Działania „Leśny Krąg: Janów Lubelski, Modliborzyce, Potok Wielki",
2/ możliwość włączenia do programów lekcji WF w Szkołach, Placówkach Opiekuńczych i Wychowawczych,
3/ terapia zajęciowa w leczeniu wielu chorób,
4/ rekreacja dla mieszkańców,
5/ aklimatyzacja i trening oraz dobór i sprawdzenie sprzętu przed wyjazdem w góry.

V. Założenia.
1. Planowanie.
Trasy i szlaki narciarskie można planować na istniejących i nie wykorzystywanych w zimie trasach rowerowych, na odcinkach które nie są położone w ciągu dróg publicznych –np. na ul. Świerdzowej . Ponadto można je planować na mniej lub tylko częściowo wykorzystywanych w zimie trasach pieszych. Dobrym miejscem mogą być alejki parkowe.

2. Oznakowanie tras i szlaków oraz zasady ruchu.
Ruch na terenach narciarskich w obrębie tras i szlaków oraz w ich sąsiedztwie stwarza niebezpieczeństwo potrąceń, sytuacji kolizyjnych a nawet wypadków. Nie bez znaczenia jest również możliwość sytuacji konfliktowych.
Trasy i szlaki muszą być oznakowane a na ich początkach i zakończeniach muszą być umieszczone tablice informacyjne z opisem tych znaków wraz z zamieszczonymi zasadami ruchu.
Dla jednorodności należy stosować znaki wg. Kodeksu narciarskiego W. Lenkiewicza i A. Rozmarynowicza.
Natomiast zasady ruchu należy adaptować z Międzynarodowego Dekalogu Narciarza przyjętego przez Międzynarodową Federację Narciarską –FIS i z w/w Kodeksu Narciarskiego W. Lenkiewicza i A. Rozmarynowicza.
Tylko w przypadkach koniecznych należy wprowadzać odpowiednie Regulaminy postępowania na trasach i szlakach narciarskich.
Należy opracować oraz opublikować mapki tras i szlaków.

3. Wypożyczalnie nart.
Z uwagi na dostępność finansową najbardziej realne będzie zorganizowanie Wypożyczalni nart w Szkołach oraz w Placówkach Opiekuńczych i Wychowawczych. Inne organizacje i jednostki takie jak gospodarstwa agroturystyczne czy hotele będą realizowały bieżące zapotrzebowanie swoich gości, które będzie adekwatne do jakości obiektów narciarskich.

4. Utrzymanie tras i szlaków oraz finansowanie utrzymania.
4.1. Utrzymanie zbudowanych i zorganizowanych tras i szlaków narciarskich winny przejąć organizacje i jednostki turystyczne, agroturystyczne, leśne, hotele a także szkoły oraz Placówki Opiekuńcze i Wychowawcze.
4.2. Alternatywnie utrzymanie można powierzyć umownie jednej specjalistycznej jednostce.
4.3. Finansowanie utrzymania będzie możliwe:
1/ ze środków budżetu lokalnego za organizację zadań zleconych przez Samorząd Terytorialny,
2/ z wpływów od podmiotów korzystających z obiektów.
4.4. Przez utrzymanie należy rozumieć dbanie o zachowanie parametrów trasy i szlaku narciarskiej wynikających z Projektu, w tym m.innymi:
1/ utrzymanie założonej przejezdności,
2/ zapewnienie odpowiednich właściwości jezdnych poprzez formowanie śniegu,
3/ zapewnienie dobrego stanu znaków narciarskich i tablic informacyjnych,
4/ utrzymanie ładu i porządku na trasach, szlakach i określonym terenie przyległym,
5/ wykonywanie innych umownych czynności zarządcy obiektów.

5. Organizacja narciarstwa.

Formę zorganizowaną winno mieć narciarstwo dla turystów, uczniów i osób objętych terapią zajęciową.
Pozostałe, takie jak treningi czy rekreacja dla mieszkańców winny opierać się na pełnej dostępności i dowolności w korzystaniu z terenów narciarskich.
Z uwagi na mniejszą pokrywę śniegową i krótszy czas jej zalegania aniżeli w górach trudno jest planować z wyprzedzeniem wszelkie jazdy na nartach. Najlepszą i skuteczną metodą jest jazda na nartach już w czasie opadu śniegu i bezpośrednio po opadzie. Dlatego narciarze muszą mieć pewność, że miejsca wyznaczone nie zostaną posypane np.: piaskiem i solą a także że po tych miejscach nie będą poruszać się samochody terenowe, sanie lub konni. Lepsze warunki śniegowe występują wieczorem: częste opady, obniżenie temperatury –stąd zainteresowanie dostępnymi, oświetlonymi terenami. Ponadto wieczorem, po pracy, będzie więcej zainteresowanych narciarstwem rekreacyjnym.

6. Umowną koordynację winien sprawować Samorząd Terytorialny.
Odpowiednią ochronę na otwartych terenach narciarskich, tak jak obiektów użyteczności publicznej, winna sprawować Straż Miejska i Policja.

7. Propozycje zakresu inwestycji:
1/ Proponowany zakres tras narciarstwa biegowego:
a/ Miasto i Gmina Janów Lubelski:
I etap: 2007 r. :

1. trasa na terenie Ośrodka Sportu i Rekreacji n/Zalewem w Janowie Lubelskim,
2. trasa na terenie Parku Miejskiego (Rynek Nowego Miasta),
3. trasa na terenie Parku Miejskiego (Rynek Starego Miasta),
4. połączenia pomiędzy poszczególnymi trasami.

II etap: 2007 –2008 r. :

1. trasa na terenie Parku Misztalec,
2. trasa na terenie Stadionu MLKS Janowianka,
3. trasy osiedlowe:

-Zaolszynie,
-Obrówka,
-Spółdzielnia Mieszkaniowa,

1. połączenia pomiędzy poszczególnymi trasami.

b/ Gmina Modliborzyce:

=do opracowania przy udziale zainteresowanych z tego terenu=

c/ Gmina Potok Wielki:

=do opracowania przy udziale zainteresowanych z tego terenu=

2/ Proponowany zakres szlaków narciarstwa śladowego:
a/ Miasto i Gmina Janów Lubelski:
I etap: 2007r. :

1. szlak: Janów Lubelski Stary Rynek– ul. Świerdzowa – Kruczek – ul. Świerdzowa - Janów Lubelski,

II etap: 2007 –2008 r. :

1. szlak: Momoty Górne – Kiszki – Ujście - Kiszki – Momoty Górne.

b/ Gmina Modliborzyce:

=do opracowania przy udziale zainteresowanych z tego terenu=

c/ Gmina Potok Wielki:

=do opracowania przy udziale zainteresowanych z tego terenu=

8. Finansowanie wykonania inwestycji.
Wspomaganie finansowania inwestycji jest możliwe z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w zakresie od 35% do 75%. Wielkość dofinansowania uzależniona jest od formy prawnej beneficjenta, gdzie najbardziej preferowane są między innymi organizacje pozarządowe i stowarzyszenia.
Duży zakres finansowania jest możliwy z funduszy celowych, w tym np. z funduszu na finansowanie organizacji czasu wolnego dzieci i młodzieży stanowiącą alternatywę wobec używania narkotyków i picia alkoholu.

VI. Wnioski.

1. Realizacja powyższej koncepcji narciarstwa biegowego i śladowego będzie możliwa przy poparciu przedstawicielstwa społecznego w Samorządzie Terytorialnym.
2. Wykorzystanie i rozwój powstałej bazy narciarstwa biegowego i śladowego zależeć będzie od wytworzonej mody na ten rodzaj rekreacji zarówno wśród mieszkańców Ziemi Janowskiej jak i wśród turystów którzy zechcą przyjechać do nas zimą.
3. Niezależnie od powyższego, zgodnie z zasadą, że jazda na nartach biegowych i śladowych jest również przygotowaniem do jazdy na nartach zjazdowych, należy

utrzymać i ulepszyć Trasę Zjazdową na terenie Szkoły Podstawowej w Janowie Lubelskim oraz tradycyjne miejsce zjazdów narciarskich k. OSW DUO n/Zalewem w Janowie Lubelskim.

W przypadku mroźnej ale bezśnieżnej zimy, dla wariantowego wykorzystania czasu pobytu w Janowie Lubelskim przez turystów oraz ferii zimowych przez uczniów, uzupełniająco należy ulepszyć istniejące warunki łyżwiarstwa. Łyżwiarstwo tradycyjnie uprawiane jest na zamarzniętych zbiornikach wodnych: Misztalec i Zalew a jakiś czas temu na lodowiskach przy LO, SP Nr 3, Internacie ZSZ czy przy JDK.

Do opracowania wykorzystano:

„Skręt, rytm, tempo" -Kazimierz Masłowski
Wydawnictwo Sport i Turystyka -Warszawa 1976

„Jak biegać na nartach" –Szymon Krasicki
Krajowa Agencja Wydawnicza -Warszawa 1987

„Narciarstwo zjazdowe" -Janusz Zielonacki
Wydawnictwo Sport i Turystyka -Warszawa 1979

„Narciarstwo zjazdowe –zjazd, skręt, rytm" -Henryk Jasiak
Agencja Wydawnicza „VARSOVIA"
Spółdzielnia Pracy Dziennikarzy w Warszawie 1985

„Kolejki linowe, wyciągi narciarskie, nartostrady" -Marek Baran
Wydawnictwo PTTK „KRAJ" Warszawa – Kraków 1985

„Nauka narciarstwa w weekend" –Konrad Bartelski, Robin Neillands
Wydawnictwo Wiedza i życie -Warszawa 1992

„Wsparcie przedsięwzięć turystycznych w Zintegrowanym Programie Operacyjnym Rozwoju Regionalnego na lata 2004 – 2006"
Ministerstwo Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej.

Opracował:
Antoni Sydor
Janów Lubelski, styczeń 2006 r.

Opracowanie wraz z ANKIETĄ otrzymują:

1/ Czytelnicy Gazety Janowskiej,

2/ Leśny Krąg:
- -Janów Lubelski,
- -Modliborzyce,
- -Potok Wielki.

3/ Nadleśnictwo Janów Lubelski,
4/ Park Krajobrazowy Lasy Janowskie,
5/ Miejski Ludowy Klub Sportowy JANOWIANKA,
6/ Szkoły na terenie Miasta i Gminy Janów Lubelski:
- -Liceum Ogólnokształcące,
- -Zespół Szkół ,
- -Zespół Szkół Zawodowych,
- -Gimnazjum Publiczne,
- -Publiczna Szkoła Podstawowa.

7/ Urząd Gminy w Modliborzycach,
8/ Urząd Gminy w Potoku Wielkim,
9/ Architekt Miejski w Janowie Lubelskim,
10/ Ośrodek Sportu i Rekreacji w Janowie Lubelskim,
11/ Stowarzyszenie Gospodarstw Agroturystycznych w Janowie Lubelskim,
12/ Stowarzyszenie Kulturalno – Sportowe PEGAZ w Janowie Lubelskim.