



Działalności sportowa

Kajakowego Klubu Sportowego w Sieradzu

w sezonie 2014

Największym osiągnięciem **Kajakowego Klubu Sportowego w Sieradzu** w sezonie 2014 był udział w **Mistrzostwach Świata i Europy Juniorów** i osiągnięcie wysokich wyników sportowych Naszego zawodnika **Przemysława Szczepanika** w:

- **Mistrzostwa Świata Jun. i U23 - Szeged / Węgry - 17-20.07.2014**
12 miejsce w osadzie K-4 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m
18 miejsce w konkurencji K-1 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m
- **Mistrzostwa Europy Jun. i U23 - Mantes-en-Yvelines / Francja - 26-29.06.2014**
7 miejsce w osadzie K-4 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m
14 miejsce w konkurencji K-1 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m
- **Międzynarodowe Regaty – Słowacja/Piestany – 2014**
2 miejsce w konkurencji K-4 juniorów na olimpijskim dystansie 1000 m
- **Eliminacje do Kadry Narodowej Juniorów – Wałcz (Wewnętrzny sprawdzian)**
I miejsce w konkurencji K-1 na olimpijskim dystansie 1000 m – co dało kwalifikacje do ścisłej Kadry Narodowej Juniorów i Reprezentacji na Międzynarodowe Regaty w Piestanach/Słowacja oraz Mistrzostwa Europy Juniorów i później Mistrzostwa Świata Juniorów
<https://www.facebook.com/video.php?v=527768490661759&set=vb.236017053170239&type=2&theater>
- **Mistrzostw Polski Juniorów – Bydgoszcz 24-27.07.2014**



I miejsce w konkurencji K-1 na olimpijskim dystansie 1000 m

I miejsce w konkurencji K-1 na dystansie 5000 m

- **Międzynarodowe Mistrzostwa Polski Seniorów i Juniorów - Opole 12-14.09.2014**

I miejsce w konkurencji K-1 juniorów na dystansie 20,5 km

- **Długodystansowe Mistrzostwa Polski – Lubniewice - 9-11.05.2014**

3 miejsce w konkurencji K-1 na dystansie 10 km





Do wysokich osiągnięć wliczamy również wywalczenie **brązowego medalu** przez Naszych zawodników – **Jordan Łuszczek i Szymański Dominik III miejsce** w konkurencji K-2 juniorów młodszych na dystansie 17,7 km podczas Międzynarodowych Mistrzostw Polski Seniorów i Juniorów w maratonie kajakowym - Opole 12-14.09.2014.

Przemysław Szczepanik jest aktualnie członkiem Kadry Narodowej Młodzieżowej/Seniorskiej maratonu i sprintu. **Jordan Łuszczek i Szymański Dominik** należą aktualnie do szerokiej Kadry Narodowej Juniorów Polskiego Związku Kajakowego.

W sezonie 2014 **Kajakowy Klub Sportowy w Sieradzu** uplasował się na wysokim **II miejscu** podczas Podsumowania Sezonu 2014 przez Powiatowe Starostwo w Sieradzu **we współzawodnictwie sportowym dzieci i młodzieży**. Zawodnicy **Kajakowego Klubu Sportowego w Sieradzu** wywalczyli razem **82 punkty**.

Nagrodzeni zostali zawodnicy: **Przemysław Szczepanik, Michał Kikowski, Jakub Michno, Dominik Szymański, Jordan Łuszczek**; oraz trenerzy, instruktorzy i działacze: **Piotr Szymala, Zbigniew Łuszczek, Zbigniew Flanek**.





KALENDARIUM sezonu 2014

• 04.01.2014

XXV Ogólnopolski Opłatek Sportowców Polskich

Kajakarstwo podczas XXV Ogólnopolskiego Opłatka Sportowców reprezentowane było przez przedstawiciela Polskiego Związku Kajakowego Pana Tadeusza Wróblewskiego oraz zawodników Kajakowego Klubu Sportowego w Sieradzu. Podczas prezentacji osiągnięć poszczególnych klubów sportowych zawodnicy "KKS - Sieradz" prezentowali specyfikę wiosłowania na ergometrach kajakowych DANSPRINT oraz znaleźli się wśród grona 10 nagrodzonych zawodników. Szczepanik Przemysław oraz Chrzanowski Sebastian za osiągnięcia sportowe otrzymali nagrodę, którą miał zaszczyt wręczyć Pan Tadeusz Wróblewski w towarzystwie Ministra Sportu i Turystyki Pana Andrzeja Biernata oraz Prezydenta Miasta Jacka Walczaka.





• **07.02.2014**

XVI Plebiscyt 7 Wspaniałych

Zawodnicy Kajakowego Klubu Sportowego w Sieradzu **Przemysław Szczepanik** i **Sebastian Chrzanowski** zajęli **III miejsce** z pośród 22 nominowanych sportowców w Plebiscycie na Najpopularniejszego Sportowca i Trenera Ziemi Sieradzkiej podczas ogłoszenia wyników na Galii, która odbyła się 07.02.2014.

Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy głosowali na Naszych zawodników oraz Kapitułę, która doceniła ciężki wysiłek i wysokie wyniki a mianowicie: XVI miejsce w K-2 podczas Mistrzostw Świata w maratonie kajakowym w Kopenhadze, złoty medal podczas Mistrzostw Polski w maratonie kajakowym w K-2, brązowy medal w K-1 Przemka i IV miejsce w K-1 Sebastiana a także IV miejsce na dystansie olimpijskim 1000m w K-2 podczas Mistrzostw Polski Juniorów. Nagrody wręczył sam Prezydent Miasta Sieradza Pan Jacek Walczak.



• **13-30.03.2014**

Zgrupowanie Kadry Narodowej Juniorów – COS OPO Wałcz – Szczepanik Przemysław – trener kadrowy Włodarczyk Robert.



Trening na K-4 podczas zgrupowania Kadry Narodowej Juniorów 13-30.03.2014 - Przemysław Szczepanik drugi od lewej.

• **14.04.2014**

III Mistrzostwa ZSP nr 1 w Sieradzu na ergometrach kajakowych

W zawodach uczestniczyło 14 dziewcząt z klas licealnych - II LO, I LO oraz zawodowej I B na dystansie 100m. Przed przystąpieniem do wyścigu uczestniczki mogły zapoznać się z maszynami do wiosłowania i dopiero później ścigały się indywidualnie na czas. Wyniki na dystansie 100m byłych zawodniczek: W rywalizacji dla byłych kajakarek zwyciężyła Paulina Wróblewska z klasy II LO z czasem 27,9 sekundy, zaś druga była Ania Siara z I LO z czasem 32,3 sekundy.

Pozostałe 12 dziewcząt pierwszy raz rywalizowało ze Sobą na tego typu urządzeniach. Dlatego też była osobna klasyfikacja.



Wyniki na dystansie 100m

Miejsce	Imię i nazwisko	Klasa	Uzyskany czas
1.	Weronika Kikowska	I LO	32,5 s - złoto
2.	Joanna Zbik	II LO	33,3 s - srebro
3.	Karolina Owczarek	II LO	33,4 s - brąz
4.	Sandra Stankiewicz	II LO	34,4 s
5.	Natalia Wlazłowska	II LO	34,5 s
6.	Anita Kornacka	II LO	35,0 s
7.	Patrycja Dulas	II LO	36,8 s
8.	Daria Kaczmarek	II LO	37,5 s
9.	Justyna Bartos	I LO	38,6 s
10.	Natalia Lewandowska	II LO	41,8 s
11.	Sandra Gidelska	I B	42,4 s
12.	Justyna Ulatowska	II LO	47,8 s



• **25-27.04.2014**

Ogólnopolska Konsultacja Szkoleniowa Juniorów – COS OPO Wałcz





• **04.05.2014**

Organizacja regat kajakowych - „Otwarte Mistrzostwa Sieradza w kajakarstwie” oraz oficjalne otwarcie Przystani Kajakowej



• **09-11.05.2014**

XXX Długodystansowe Mistrzostwa Polski w kajakarstwie – Lubniewice

Przemysław Szczepanik wywalczył brązowy medal w konkurencji jedynek K-1 juniorów na dystansie 10 km



Pozostałe wyniki:

<http://www.ksadmira.pl/xxx-d%C5%82ugodystansowe-mp/wyniki-dmp>



• **17.05.2014**

Regaty kajakowe – „Otwarte Mistrzostwa Miasta Poznania” na torze regatowym Malta

• **18.05.2014**

Regaty kajakowe – Memoriał Tadeusza Pasika – Kalisz

• **24-26.05.2014**

Eliminacje do Kadry Narodowej Juniorów – Wałcz (Wewnętrzny sprawdzian)

I miejsce w konkurencji K-1 na olimpijskim dystansie 1000 m wywalczył niespodziewanie **Przemysław Szczepanik** – co dało kwalifikacje do ścisłej Kadry Narodowej Juniorów i Reprezentacji na Międzynarodowe Regaty w Piestanach/Słowacja oraz Mistrzostwa Europy Juniorów i później Mistrzostwa Świata Juniorów.

• **28.05.2014**

III Mistrzostwa ZSP nr 1 w Sieradzu na ergometrach kajakowych

Mistrzostwa zostały zorganizowane dla chłopców na dystansie 200 metrów przez Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 w Sieradzu oraz Kajakowy Klub Sportowy w Sieradzu. Zawody rozegrano na Przystani kajakowej nad rzeką Wartą. Uczestnicy mogli się zapoznać z "wiosłowaniem na sucho", a następnie przystąpili do indywidualnej rywalizacji na czas na dystansie 200 metrów. Wszyscy uczestnicy otrzymali drobne upominki a pierwsza trójka medale.



• **29.05. - 01.06.2014**

IX Ogólnopolskie Regaty Kajakowe Olimpiad Specjalnych

W dniach od 29.05.2014 do 01.06.2014 w Katowicach odbyły się IX Ogólnopolskie Regaty Kajakowe Olimpiad Specjalnych. Na torze kajakowym Trzy Stawy w Katowicach rywalizowali z kajakarzami z całego kraju zawodnicy trenujący w Kajakowym Klubie Sportowym w Sieradzu.

Mateusz Klimczak startował na dystansie 200 m w jedyńce gdzie zdobył 6 miejsce ale już na 500 metrów pokonał wszystkich swoich przeciwników, wykazując się bardzo dobrą techniką wiosłowania i ogromną wytrzymałością. Złoty medal daje mu szansę wzięcia udziału w zawodach międzynarodowych.

Łukasz Kwapiszewski startował na dystansach 200 m w jedyńce zajmując drugie miejsce i w dwójce na 500 m wraz z Rafałem Bartosem gdzie również zdobyli srebro.

Rafał Bartos oprócz srebra w dwójce walczył w jedyńce na 500 metrów plasując się z minimalną stratą tuż za podium.



• **13-14.06.2014**

Kwalifikacja do Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży wywalczyli następujący Nasi zawodnicy: Jordan Łuszczek, Szymański Dominik, Michalak Kamil, Bartłomiej Balcerzak, Świątek Bartłomiej.





• **19.06.2014**

Spływ kajakowy rzeką Wartą z Burzenina do Sieradza



• **21-22.06.2014**

7.Międzynarodowe Regaty o Puchar Lubelskiego Koziółka.

Wyjazd zorganizowany i zasponsorowany przez Zbyszka Łuszczek – wyniki: W kategorii junierek młodszych **Aleksandra Misiak** wywalczyła II miejsce na dystansie 1000 m w konkurencji jedynek K-1 oraz III miejsce na dystansie 200 m. W kategorii juniorów młodszych Jordan Łuszczek zajął II miejsce a Dominik Szymański III miejsce na dystansie 1000 m w jedynkach. Na dystansie 200 m Jordan Łuszczek był drugi. W konkurencji dwójek K-2 na dystansie 200 m w kategorii juniorów młodszych III miejsce wywalczyła osada Jordan Łuszczek i Piotr Misiak a na dystansie 1000 m również III miejsce wywalczyła osada Kamil Michalak i Piotr Misiak.



• **26-29.06.2014**

Mistrzostwa Europy Jun. i U23 - Mantes-en-Yvelines / Francja

Przemysław Szczepanik wywalczył 7 miejsce w osadzie K-4 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m oraz 14 miejsce w konkurencji K-1 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m.



• **08.07.2014**

Spływ kajakowy z Tyczyna do Sieradza





• 17-20.07.2014

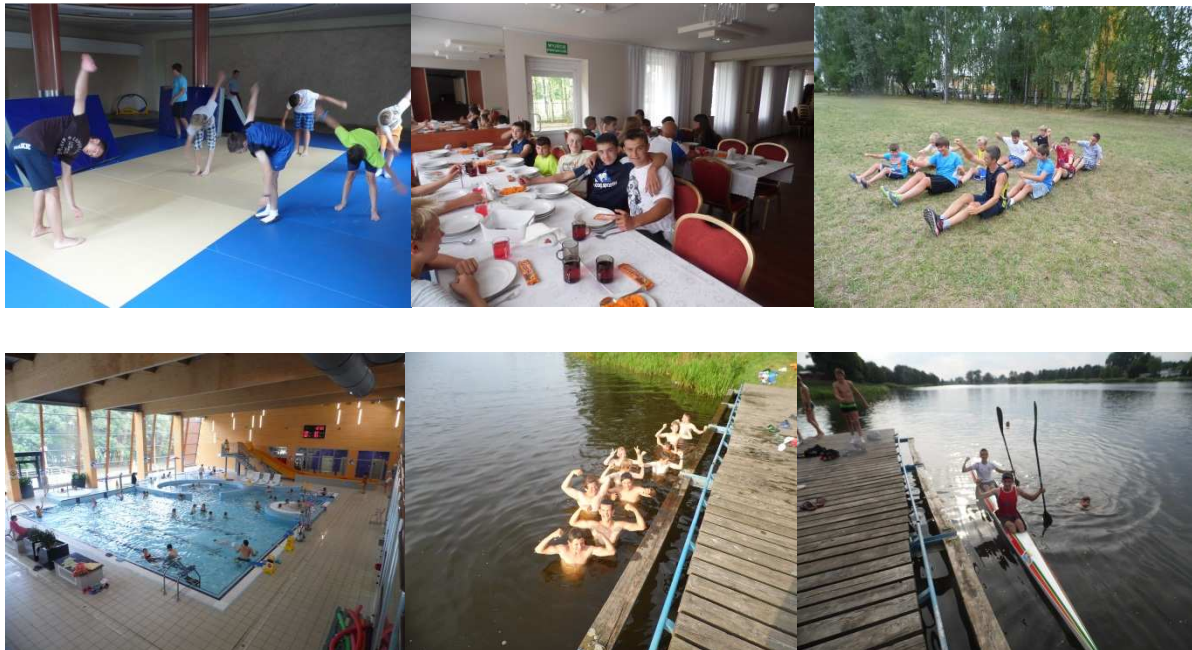
Mistrzostwa Świata Jun. i U23 - Szeged / Węgry

Przemysław Szczepanik wywalczył 12 miejsce w osadzie K-4 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m oraz 9 miejsce w Finale B co dało 18 miejsce w konkurencji K-1 juniorów na dystansie olimpijskim 1000 m.



• 09-22.07.2014

Zgrupowanie sportowe – Rawa Mazowiecka – lista uczestników: 17 osób





• **24-27.07.2014**

Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży i Mistrzostwa Polski Juniorów w Bydgoszcz

Przemysław Szczepanik wywalczył **dwa ZŁOTE medale:**

I miejsce w konkurencji K-1 na **olimpijskim** dystansie 1000 m oraz I miejsce w konkurencji K-1 na dystansie 5000 m. 6 miejsce na dystansie **olimpijskim** 200 m.



• **02.08.2014**

Spływ kajakowy – Kajakiem po formę – zorganizowany razem z Fitness Forma Club z Tyczyna do Sieradza – Radosław Szymczak





• **03.08.2014**

Spływ kajakowy z Tyczyna do Sieradza



• **09.08.2014**

Spływ kajakowy z Burzenina do Sieradza 18 uczestników





• **10.08.2014**

Spływ kajakowy z Tyczyna do Sieradza – Kajakiem po formę - zorganizowany razem z Fitness Forma Club – Radosław Szymczak - 30 uczestników



• **15.08.2014**

Spływ kajakowy z Sieradza do Warty





• **16-17.08.2014**

Spływy kajakowe



• **16-24.08.2014**

Zgrupowanie sportowe – Łuszczek Zbigniew – Bydgoszcz

• **22-24.08.2014**

**Mistrzostwa Polski Młodzików w kajakarstwie klasycznym Tor regatowy Brdyujście –
Bydgoszcz**

Zawodnicy:

1. Świętek Dawid
2. Kikowski Michał
3. Michno Jakub
4. Trepanowski Filip
5. Misiak Aleksandra



• **30.08.2014**

Spływ kajakowy z Burzenina do Sieradza – 42 uczestników



• **06.09.2014**

Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików w kajak polo – Skierniewice

Uczestników: 19 osób

1. Świątek D.
2. Kikowski M.
3. Michno J.
4. Sośnicki J.
5. Trepanowski F.
6. Olejnik A.
7. Kałuziński I.
8. Wiąz Sz.
9. Wardęga S.
10. Kołodziejski J.
11. Misiak A.
12. Siemińska A.
13. Jasińska A.
14. Maras K.
15. Wiąz W.
16. Jasińska W.



- 17. Szczepanik P.
- 18. Szymala P.
- 19. Łuszczek Z.

- **07.09.2014**

Spływ kajakowy z Sieradza do Warty

- **12-14.09.2014**

XXVIII Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w maratonie kajakowym

Złoty medal wywalczył Przemysław Szczepanik w konkurencji K-1 juniorów na dystansie 20,5 km

Brazowy medal wywalczyli Jordan Łuszczek i Dominik Szymański w konkurencji K-2 na dystansie 17,7 km

- **20.09.2014**

Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików w kajakarstwie klasycznym – zawodnicy wywalczyli 9 punktów we Współzawodnictwie sportowym dzieci i młodzieży.

- **21.09.2014**

Spływ kajakowy – z Burzenina do Sieradza

- **27.09.2014**

Regaty kajakowe „O Błękitną Wstęgę Odry” – Opole

Wyjazd sfinansował Łuszczek Zbigniew - wyniki:

K-1 Juniorów młodszych

3 miejsce - Jordan Łuszczek

4 m - Dominik Szymanski



5 m - Kamil Michlak

7 m - Eryk Kowalski

K-4 juniorów młodszych

3 miejsce - Jordan Łuszczek , Eryk Kowalski ,Dominik Szymański ,Kamil Michalak

K-1 sztafeta (open)

3 miejsce - Jordan Łuszczek , Eryk Kowalski ,Dominik Szymański ,Kamil Michalak

• **05.10.2014**

Spływ kajakowy

• **18.10.2014**

Spływ kajakowy – organizator PCPR – Marta Tobiasz





• 13 – 26.10.2014

Zgrupowanie Kadry Narodowej w Wałczu – Przemysław Szczepanik



• 24-26.10.2014

Ogólnopolska Konsultacja Szkoleniowa Juniorów – Wałcz





• **03-15.11.2014**

Zgrupowanie Kadry Narodowej (grupa maraton) w Wałczu – Przemysław Szczepanik



• **08-09.11.2014**

Szkolenie trenerów w Wałczu – Akademia trenerska – Instytut Sportu - COS OPO Wałcz





• **20.11.2014**

IV Mistrzostwa ZSP nr 1 w Sieradzu na ergometrach kajakowych.

Oprócz rywalizacji indywidualnej na dystansie 100 metrów na czas, zawodniczki mogły się wcześniej zapoznać z urządzeniami, takimi jak: ergometry kajakowe, orbitrek, bieżnia elektryczna oraz ergometr wiosłarski.

Przed rozpoczęciem rywalizacji dziewczęta wysłuchały również krótkiej pogadanki dotyczącej kajakarstwa wyczynowego, jak i turystycznego, mogły także obejrzeć sprzęt kajakowy w hangarach. Dodatkowym elementem było również przedstawienie dziewczynom utytułowanego zawodnika sieradzkiego klubu, którym jest Przemysław Szczepanik - trzykrotny złoty medalista Mistrzostw Polski, srebrny medalista z Międzynarodowych Regat w Piestanach, członek Kadry Narodowej i reprezentant Polski na Mistrzostwach Świata Juniorów w Szeged i Mistrzostw Europy Juniorów z Francji w sezonie 2014. Na koniec KKS promował także zdrowy styl życia na sportowo - podczas krótkiej pogadanki poruszono temat nadwagi oraz omówiono sposoby świadomej i racjonalnej walki z tym problemem. Wszystkie uczennice biorące udział w "IV Mistrzostwach ZSP nr 1 w Sieradzu na ergometrach kajakowych" zostały uhonorowane przez dyrektora ZSP nr 1 Grzegorza Przytułę. Dziewczęta otrzymały bon na zestaw obiadowy, upominki w postaci długopisu z grawerem nazwy zawodów oraz z imieniem i nazwiskiem uczestniczki, a także smycze do kluczy. Pierwsza trójka otrzymała medale.



• **22-23.11.2014**

Ogólnopolska Kursokonferencja Trenerska Polskiego Związku Kajakowego



CO JEST NAJWAŻNIEJSZE ABY DOJŚĆ DO MISTRZOSTWA?

1. Naj => Wybrać dyscyplinę / konkurencję – decyzja!
2. Naj => Utwierdzić się w przekonaniu dlaczego to robię
3. Naj => Cierpliwość i systematyczność w działaniu
4. Naj => Umiejętność uczenia się
5. Naj => W chwilach zwątpienia popatrzeć na dorobek
6. Naj => Umieć modyfikować pierwotny plan
7. Naj => Być otwartym na nowości i wdrażać je w konkretnym celu



**KAJAKOWY
KLUB SPORTOWY
W SIERADZU**





• **29.11.2014**

W Poznaniu odbył się **OTWARTY PUCHAR NA ERGOMETRACH KAJAKOWYCH** oraz **PUCHAR POZNANIA NA ERGOMETRACH KAJAKOWYCH**, w których to uczestniczyli zawodnicy Kajakowego Klubu Sportowego w Sieradzu. W zawodach rywalizowali w różnych kategoriach wiekowych i na różnych dystansach następujący zawodnicy Naszego klubu, a mianowicie: Przemysław Szczepanik, Jakub Michno, Michał Kikowski, Bartłomiej Balcerzak, Kamil Michalak, Dominik Szymański, Jordan Łuszczek, Wiktor Pawlik, Filip Trepanowski, Joachim Sośnicki, Piotr Szymala oraz Zbigniew Łuszczek.

Wyniki:

K-1 MŁODZIKÓW 500 m rocznik 2001-2002

Joachim Sośnicki - 9 miejsce

Jakub Michno - 10 miejsce

Michał Kikowski - 25 miejsce

Wiktor Pawlik - 28 miejsce

Filip Trepanowski - 29 miejsce

K-1 SENIORÓW 200 m rocznik 1996 i starsi

Przemysław Szczepanik - 10 miejsce

K-1 JUNIORÓW MŁODSZYCH 1000 m rocznik 1999-2000

Jordan Łuszczek - 13 miejsce

Bartłomiej Balcerzak - 26 miejsce



K-1 JUNIORÓW 1000 m rocznik 1997-1998

Dominik Szymański - 7 miejsce

Kamil Michalak - 9 miejsce

K-1 MASTERS 1000 m

Zbigniew Łuszczek - 5 miejsce

K-1 SENIORÓW 1000 m rocznik 1996 i starsi

Przemysław Szczepanik - 6 miejsce

Piotr Szymala - 13 miejsce

SZTAFETA K-1 MEŹCZYŹN 5000 m open

Przemysław Szczepanik, Piotr Szymala, Dominik Szymański, Jordan Łuszczek - 5 miejsce

Zbigniew Łuszczek, Kamil Michalak, Balcerzak Bartłomiej, Joachim Sośnicki - 10 miejsce

Wiktor Pawlik, Michał Kikowski, Filip Trepanowski, Jakub Michno - 11 miejsce

• **11.12.2014**

IV Mistrzostwa ZSP nr 1 w Sieradzu na ergometrach kajakowych.

Tym razem rywalizowali chłopcy z pierwszych klas - I Te, I Tim, I Ta2 oraz I Ta1 - razem 17 uczestników.

Rywalizowali ze sobą indywidualnie na dystansie 200 m oraz drużynowo na 2000 m. Natomiast zanim przystąpili do rywalizacji mogli zapoznać się z wieloma urządzeniami do ćwiczeń, takimi jak ergometry kajakowe, orbitrek, bieżnia elektryczna oraz ergometr wiosłarski, na których mogli poćwiczyć i dobrze się rozgrzać.



Uczestnicy dowiedzieli się również w jaki sposób można kontrolować wysiłek fizyczny za pomocą Sport - testera i doświadczyli tego podczas ćwiczeń i rywalizacji. Dowiedzieli się również w jaki sposób można wzmacniać mięśnie oddechowe testując maskę oddechową "Training Mask" do imitacji treningu wysokogórskiego.

Podczas oficjalnej części zawodów - 18.12.2014

Wszyscy uczestnicy biorący udział w zawodach na ergometrach kajakowych otrzymali bony na zestaw obiadowy do restauracji Cukier, upominki w postaci długopisu z grawerem nazwy zawodów oraz z imieniem i nazwiskiem uczestnika, smycze. Pierwsza trójka w indywidualnej rywalizacji na dystansie 200 m otrzymała medale, natomiast w wyścigu drużynowym na 2000 m pierwsze trzy drużyny otrzymały puchary - fundator Kajakowy Klub Sportowy w Sieradzu.

Dla uczestników nie zabrakło również nagród rzeczowych ufundowanych przez firmę Tama Polska.





• **14.12.2014**

Walne Zebranie Polskiego Związku Kajakowego.



Więcej informacji z działalności klubu znajduje się na stronie:

<https://www.facebook.com/KajakowyKlubSportowyWsieradzu>

<http://kajakowy-klub-sportowy-sieradz.wspieramyklub.pl/>

Ze sportowym pozdrowieniem

Prezes KKS - Sieradz

Piotr Szymala