



RECEPTA NA ZDROWIE — TO TURYSTYKA I CZYNNY WYPOCZYNEK

**POLSKIE TOWARZYSTWO TURYSTYCZNO-KRAJOZNAWCZE
STOWARZYSZENIE WYŻSZEJ UŻYTECZNOŚCI
ZARZĄD WOJEWÓDZKI w Gorzowie Wlkp.**

wyróżniony Złotą Odznaką „Za Zasługi dla Województwa Gorzowskiego”,
ul. Wał Okrężny 32, tel. 246-46
informuje, ułatwia i zachęca do uprawiania turystyki
poprzez

Oddziały w Gorzowie, Choszcznie, Dębnie Lub., Dobiegniewie, Kostrzynie, Między-
chodzie, Miedzyrzeczu, Myśliborzu, Skwierzynie, Ślubicach, Strzelcach Kraj., Sulęcinie.
Oddziały w kołach i komisjach (turystyki pieszej, górskiej, krajoznawczej, ochrony przy-
rody, opieki nad zabytkami, sztab służby kultury szlaku i innych), prowadzą działalność
statutową — organizują liczne imprezy turystyki kwalifikowanej, umożliwiają zdobywanie
odznak turystycznych oraz regionalnej odznaki „Ziemi Gorzowskiej”.

Biura Obsługi Ruchu Turystycznego:
w Gorzowie, ul. Chrobrego 34, tel. 226-75, teleks 044224 (z ekspozyturą w Dębnie)
w Gorzowie, ul. Walczaka 20, tel. 33-24-80
w Choszcznie, ul. Wolności 19, tel. 22-92
(z ekspozyturą w Strzelcach Krajejskich)
w Kostrzynie, ul. Fabryczna 1, tel. 15

organizują:
* wycieczki krajowe i zagraniczne * obozy wędrowne * kolonie i zimowiska * pobyty
wypoczynkowe w atrakcyjnych miejscowościach województwa

zapewniają:
* obsługę imprez na szlakach turystycznych * obsługę przewodnicką * zakwaterowanie
i wyżywienie * informację i poradnictwo turystyczne poprzez Regionalną Pracownię
Krajoznawczą * wypożyczenie sprzętu turystycznego.

Najbliższa placówka PTTK pomoże Ci dobrze zorganizować wypocznik. Skorzystaj
z naszej oferty.



STB-070/0

POLSKIE TOWARZYSTWO TURYSTYCZNO - KRAJOZNAWCZE
ZARZĄD WOJEWÓDZKI W GORZOWIE WLKP.

XXX OGÓLNOPOLSKI WYSOKOKWALIFIKOWANY RAJD PIESZY

ZIEMIA LUBUSKA 89

8-21.VII.1989 r.

REGULAMIN

Do użytku wewnętrznego.



WSTĘP

Gdy w 1906 r. powstało Polskie Towarzystwo Krajoznawcze nie sposób było przewidzieć, że po wielu latach organizacja ta obejmie swoim wpływem tak szerokie rzesze społeczeństwa.

Dziś jest to faktem powszechnie uznanym.

PTTK po przejęciu dorobku PTK idzie w dalszym ciągu śladem pionierów krajoznawstwa i turystyki, niesie bowiem w programie swego działania miłą ideę opartą na starej, ale ciągle aktualnej dewizie:

POZNAĆ - POKOCHAĆ - SŁUŻYĆ

P o z n a ć - gruntownie i osobiście, całe dziedzictwo narodowe, właśnie na turystycznym szlaku.

P o k o c h a ć - ziemię ojczystą, historię, tradycję, spotykanych ludzi.

S ł u ż y ć - czyli być czynnym w imię poznawanych wartości.

Tak najprościej można ująć sens tego co robimy w Towarzystwie. Myśl ta tylko nieco w innym sformułowaniu jest wpisana w nasze legitymacje członkowskie PTTK.

Już niedługo cała bracia petetkowska rozpocznie wielkie rozmyślanie nad programem IV Kongresu Krajoznawstwa Polskiego. Nie może przy tym zabraknąć środowiska piechurów.

Zapraszamy na XXX OWRP na teren Ziemi Lubuskiej w 37-lecie działalności Komisji Turystyki Pieszej ZG PTTK.

Wszystkim uczestnikom wspólnej wędrowki życzymy słonecznej pogody i dedykujemy słowa nieco zapomianej piosenki turystycznej:

...a każdy spotkany łazik,

byłoby marowy, zawsze nam b r a t !



ORGANIZATORZY

Bezpośrednim organizatorem XXX OWRP jest Wojewódzka Komisja Turystyki Pieszej ZW PTTK w Gorzowie Wlkp. na zlecenie KTP ZG PTTK. Współorganizatorami rajdu są:

- Wydział Miedzielży i Kultury Fizycznej Urzędu Wojewódzkiego w Gorzowie Wlkp.,
- Wydział Miedzielży i Kultury Fizycznej Urzędu Miejskiego w Gorzowie Wlkp.,
- Oddział PTTK w Kestrzynie,
- Oddziałowe Komisje Turystyki Pieszej woj.gorzowskiego.

CEL RAJDU

Nadrzędnym celem naszego rajdu jest:

- propagowanie piękna ziemi syczystej,
- rehabilitacja krajoznawczych pasji,
- szerokie poznanie Ziemi Lubuskiej,
- przypomnienie 37-lecia KTP ZG PTTK.

TERMIN I ZAKOŃCZENIE RAJDU

Rajd odbywać się będzie na 4 trasach wieledniowych w dniach od 8 do 21 lipca 1989 r. Zakonczenie w mjsc.Kestrzyn n/Odrą w dniu 21 lipca 1989 r. Turysty wszystkich tras przybywają w dniu 20.VII. na nocleg do Kestrzyna.

WARUNKI UCZESTNICTWA

- Rajd przewidziany jest w pierwszej kolejności dla przewodników turystyki pieszej i członków PTTK. Osoby inne przyjmowane będą w miarę wolnych miejsc.
- Osoby niepełnoletnie mogą brać udział pod opieką i odpowiedzialnością dorosłych.
- Zgłoszenia przyjmowane będą wyłącznie na kartach zgłoszeń.
- Rajd jest trudny i wymaga odpowiedniego przygotowania i doświadczenia turystycznego.
- Ze względu na organizacyjne kierownictwo rajdu zastrzega sobie prawo ostatecznego przydzielania tras.



ZGŁOSZENIA I ODPLATNOŚĆ

Zasadniczo przyjmowane będą zgłoszenia drużyn min.3-osobowych. Ostateczny termin zgłoszeń i wpłat upływa z dniem 15 maja 1989 r. Adres kierownictwa rajdu:

ZARZĄD WOJEWÓDZKI PTTK, 66-405 Gorzów Wlkp., ul. Wał Okrężny 32. Odpłatność za udział w rajdzie ustala się w następujący sposób:

-członkowie Honorowi PTTK i Honorowi	-bezpłatnie
Przewodnicy Turystyki Pieszej	
-posiadacze Złotej Honorowej Odznaki PTTK	-1000 zł.
-posiadacze Srebrnej Honorowej Odznaki PTTK	-1500 zł.
-przewodnicy turystyki pieszej	-2000 zł.
-pozostali członkowie PTTK z opłaconymi składkami	-2200 zł.
-osoby nie będące członkami PTTK	-2500 zł.

Dodatkowo wszyscy uczestnicy rajdu opłacają część kosztów transportu sprzętu biwakowego w następującej wysokości:

-na trasach I i II	-2500 zł.
-na trasach III i IV	-2000 zł.

Wpłaty prosimy dokonywać na konto:

ZARZĄD WOJEWÓDZKI PTTK Gorzów Wlkp., PBK Oddział Gorzów Wlkp., 362007-1922-132 z dopiskiem OWRP 89 i od kogo wpłata pochodzi.



Organizatorzy do dnia 15 czerwca roześlą potwierdzenia przyjęcia na rajd wraz z informacją o miejscu i godzinie zbiórki uczestników na starcie tras oraz o dokładnym miejscu zakończenia rajdu.

ŚWIADCZENIA ORGANIZATORÓW

W ramach wpisowego zapewniamy:

- pamiątkowy znaczek metalowy,
- pieczęć okolicznościową,
- gorący posiłek w dniu 20.VII.,
- zniżki kolejowe w/g zapotrzebowań,
- noclegi na polach biwakowych,
- materiały krajoznawcze/mapy, przewodniki itp./,
- nagrody w konkursach i inne niespodzianki,
- potwierdzenie punktów na OTP,
- weryfikację OTP małych wszystkich stopni i "Za wytrwałość",
- ubezpieczenie zbiorowe w PZU,
- przewóz sprzętu biwakowego,
- noclegi wstępne w/g zapotrzebowań na pelu biwakowym.

KONKURS KRAJOZNAWCZY

Zgodnie z tradycją poprzednich OWRP zorganizowany będzie konkurs krajoznawczy dotyczący woj. gorzowskiego. Eliminacje wstępne przeprowadzone zostaną na trasach, a finał rozegra się przy ognisku centralnym. Pytania opracowane zostaną na podstawie:

1. P. Anders-Puszcza Notecka. Przewodnik, Poznań 1982.
2. J. Krajniak-Pojezierze Lubuskie, Warszawa 1982.
3. B. Kucharski-Gorzów i okolice, Przewodnik, Poznań 1981.
4. B. Kucharski-Strzelce Krajeńskie, Poznań 1986.
5. B. Kucharski-Między Odrą a Drawą, Szlaki turystyczne, Warszawa 1988.
6. B. Kucharski, A. Wiśniowski-Znakowane szlaki piesze woj. gorzowskiego, Poznań 1988.
7. Cz. Piskorski-Pojezierze Myśliborskie-przewodnik, Poznań 1979.
8. Cz. Piskorski-Ziemia Choszczeńska, Szczecin 1988.
9. Przyroda projektowanego Drawieńskiego Parku Narodowego, Wydanie zbiorowe, GTN, Gorzów Wlkp. 1986.
10. Woj. gorzowskie-mapa, PPWK 1979.
11. Pojezierze Lubuskie-mapa, PPWK 1976.



OBOWIĄZKI UCZESTNIKÓW

- posiadanie potwierdzenia przyjęcia i dowodu wpłaty,
- posiadanie legitymacji uprawniającej do zniżki wpisowego,
- posiadanie własnego sprzętu biwakowego,
- przestrzeganie regulaminu rajdu i postanowień Karty Turysty,
- zachowanie kultury, trzeźwości i postawy godnej turysty,
- współpraca z kierownictwem rajdu i udzielanie pomocy w pracach organizacyjnych,
- utrzymywanie wart porządkowych na polach biwakowych w/g potrzeby,
- stosowanie się do postanowień kierownictwa rajdu.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- uzupełnieniem regulaminu będą komunikaty przekazywane w trakcie rajdu,
- w przypadku rezygnacji z rajdu po 15.VI.wpisowe nie podlega zwrotowi,
- organizatorzy nie ubezpieczają mienia uczestników rajdu,
- dopuszcza się dyscyplinarną dyskwalifikację z rajdu bez prawa do świadczeń,
- ostateczne interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

TRASA II: start 11.VII., łącznie 183 km.

11.VII.	Zbąszynek-Dąbrówka Wlkp.-Lutol Mokry-Trzciel	16 km.
12.VII.	Trzciel-Rybojady-Borowy Młyn-Pszczew	15 km.
13.VII.	Pszczew-Bobowicko-Międzyrzecz-Gościkowo	28 km.
14.VII.	Gościkowo-Lubrza-Boryszyn-Wysoka	21 km.
15.VII.	Zwiedzanie MRU	
16.VII.	Wysoka-Pieski-Kursko-Chycina	15 km.
17.VII.	Chycina-Bledzew-Lubniewice	18 km.
18.VII.	Lubniewice-Jarnatowo-Żubrow-Sulęcín	17 km.
19.VII.	Sulęcín-Trzebów-Drogomin-Osno	23 km.
20.VII.	Osno-Słońsk-Kostrzyn	30 km.

TRASA III: start 14.VII., łącznie 155 km.

14.VII.	Krzyż-Stare Bielice-Drezdenko	17 km.
15.VII.	Drezdenko-Zagórze-Dobiegniew	22 km.
16.VII.	Dobiegniew-Bierzwnik-Ogardy-Długie	22 km.
17.VII.	Długie-Strzelce-Górki Noteckie	23 km.
18.VII.	Górki Noteckie-Gorzów Wlkp.	22 km.
19.VII.	Gorzów-Witnica	27 km.
20.VII.	Witnica-Kostrzyn	22 km.

TRASA IV: start 14.VII., łącznie 174 km.

14.VII.	Choszczno-Pełczyce	21 km.
15.VII.	Pełczyce-Barlinek-Lipiany	28 km.
16.VII.	Lipiany-Sitno-Też, Myśliborskie-Myślibórz	26 km.
17.VII.	Myślibórz-Golenice-Rów-Trzcianko-Zdrój	23 km.
18.VII.	Trzcianko-Zdrój -Chojna-Moryń	26 km.
19.VII.	Moryń-Mieszkowice-Wysoka-Dębno	27 km.
20.VII.	Dębno-Chwarszczany-Kostrzyn	23 km.

-----XXXXXXXX-----

Trzeba pamiętać, że wybierając się na rajd należy posiadać dobre buty, przytomność umysłu, dobry humor i oć za pan brat z przyrodą.

KIEROWNICTWO RAJDU

Kierownik	Adam Wiśniowski
Z-ca Kierownika	Jan Pluskota
Kwatermistrz	Andrzej Nawrocki
Szef mety	Adam Dębski
Sekretarz	Wanda Krupieńczyk
Skarbnik	Kazimierz Ogórek
Szef tras	Alfred Kielak
Kierownik trasy I	Józef Matysiak
Kierownik trasy II	Tadeusz Świder
Kierownik trasy III	Bogusław Popiela
Kierownik trasy IV	Andrzej Kadur
Weryfikacja OTP	Czesław Woźniak

TRASY XXX OWRP

TRASA I: start 8.VII.1989 r., łącznie 267 km.

8.VII.	Drawski Młyn-Drawsko-Chełst-Drezdenko	20 km.
9.VII.	Drezdenko-Sowia Góra-Mierzyn-Międzychód	30 km.
10.VII.	Międzychód-Przytoczna	21 km.
11.VII.	Przytoczna-Rokitno- Lubikowo-Pszczew	17 km.
12.VII.	Pszczew-Borewy Młyn-Rybojady-Trzciel	20 km.
13.VII.	Trzciel-Brójce-Gościkowe	27 km.
14.VII.	Gościkowo-Międzyrzecz-Kursko	23 km.
15.VII.	Kursko-Pieski-Wysoka	15 km.
16.VII.	Zwiedzanie MRU	
17.VII.	Wysoka-Lubrza-Zelechów-Łagów	20 km.
18.VII.	Łagów-Małuszów-Sulęcín	23 km.
19.VII.	Sulęcín-Lubien-Osno	21 km.
20.VII.	Ošno-Słońsk-K strzyn	30 km.



KART A TURYSTY

- Turystyka odradza Twe siły, pomaga każdemu, szczególnie młodzieży, poznać socjalistyczną Ojczyznę.
- Przyroda i dorobek kultury są własnością całego narodu-i Ty jesteś za nie odpowiedzialny.
- Turysta Twój przyjaciel-służ mu radą i pomocą.
- Zwiedz to, o czym czytałeś-przeczytaj o tym, co masz zwiedzić.
- Dopuszcz naturę do głosu-nie hałasuj.
- Zostaw miejsce pobytu w takim stanie, w jakim chciałbyś je zastać.
- Ogień i szkło źródłem niebezpieczeństwa-uważaj!
- Alkohol wrogiem turystyki-unikaj go na wycieczce.
- Zachowaj ostrożność-Twoja lekkomyślność zagraża Tobie i innym
- Turysta wszędzie gościem-pozostawiaj po sobie dobre wspomnienia.
- Nie bądź obojętny wobec niewłaściwego zachowania innych.
- Dobry humor pomaga turystyce w każdej sytuacji-uśmiechaj się!



Oprac. KTF ZW PTTK
Druk WFS. 136/88.