

Prawomocnym wyrokiem Sądu Rejonowego w Świnoujściu z dnia 12.11.2008r. w sprawie II.K.190/08 skazano **ANDRZEJA JANOWSKIEGO**, syna Antoniego i Leonardy, ur. 04.05.1966r. w Choszczynie na karę 30 (trzydziestu) stawek dziennych grzywny w kwocie po 20 (dwadzieścia) zł. każda stawka dzienna, zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych w ruchu lądowym na okres 2 (dwa) lata, zakaz kierowania rowerami na okres 3 (trzech) lat i podanie wyroku do publicznej wiadomości za to, że:

w dniu 09.09.2008r. w Świnoujściu na ul. Piłsudskiego kierował rowerem znajdując się w stanie nietrzeźwości 0,82 mg/dm<sup>3</sup> alkoholu w wydychanym powietrzu.

Sędzia Sądu Rejonowego  
Janusz Marciniak

§§§

Prawomocnym wyrokiem Sądu Rejonowego w Świnoujściu z dnia 13 listopada 2008r. sygn. akt II K 327/08 skazano **WŁADYSŁAWA JERZEGO OPOKA** ur. 11 maja 1941r. w miejscowości Kopernia, syna Władysława i Rozalii, za to, że:

w dniu 22 lipca 2008r. w Międzyzdrojach kierował rowerem będąc w stanie nietrzeźwości tj. za występki z art. 178 a § 2 kk na karę 1 (jednego) miesiąca pozbawienia wolności, której wykonanie warunkowo zawieszono na okres próby 2 (dwóch) lat, orzeczono zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych w ruchu lądowym na okres 1 (jednego) roku i kierowania rowerami na okres 2 (dwóch) lat.

Sędzia Sądu Rejonowego  
Zdzisław Skorupa

§§§

Prawomocnym wyrokiem Sądu Rejonowego w Świnoujściu z dnia 17.11.2008r. w sprawie II.K.390/08 skazano **RAFAŁA GORZEJEW-SKIEGO**, syna Stefana i Edyty, ur. 15.11.1984r. w Świnoujściu na karę 30 (trzydziestu) stawek dziennych grzywny w kwocie po 20 (dwadzieścia) zł. każda stawka dzienna, zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych w ruchu lądowym na okres 2 (dwa) lata, zakaz kierowania rowerami na okres 4 (cztery) lat i podanie wyroku do publicznej wiadomości za to, że:

16.07.2008r. w Świnoujściu na ul. Barlickiego kierował rowerem znajdując się w stanie nietrzeźwości 1,04 mg/dm<sup>3</sup> alkoholu w wydychanym powietrzu.

Sędzia Sądu Rejonowego  
Janusz Marciniak

§§§

Prawomocnym wyrokiem Sądu Rejonowego w Świnoujściu z dnia 17.11.2008r. w sprawie II.K.460/08 skazano **IRENEUSZA STELMASZAKA**, syna Tadeusza i Marii, ur. 29.09.1972r. w Jaworze na karę 70 (siedemdziesiąt) stawek dziennych grzywny w kwocie po 20 (dwadzieścia) zł. każda stawka dzienna, zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych w ruchu lądowym na okres 1 (jednego) roku i podanie wyroku do publicznej wiadomości za to, że:

w dniu 22.07.2008r. w Świnoujściu na ul. Powstańców Śląskich kierował samochodem Volkswagena Passat o nr rej. DPL62CS znajdując się w stanie nietrzeźwości 0,42 mg/l alkoholu w wydychanym powietrzu.

Sędzia Sądu Rejonowego  
Janusz Marciniak

**Jest uczennicą I klasy Gimnazjum Publicznego nr 2. Pasjonuje się sportem, a zwłaszcza karate. Jak mówi, to najlepszy sposób na spędzanie wolnego czasu. Poza tym karate pomaga jej nauczyć się cierpliwości, pokory i... przegrywania.**

## W sporcie najważniejsza jest praca

rozmowa z utytułowaną zawodniczką Świnoujskiego Klubu Karate Kyokushin – Stellą Gołębiowską.

**NOWY WYSPIARZ: Od kiedy trenujesz?**

**STELLA GOŁĘBIOWSKA:** Trenuję już od mniej więcej 3 lat. Obecnie jest nas około 20, ale w różnych latach liczba ta różnie się kształtowała.

**Co zaliczyłybyś do swoich największych sukcesów?**

Szczerze mówiąc dla mnie udział w każdych zawodach jest już sukcesem. Jeśli do tego uda mi się zdobyć jakąś dobrą lokatę, to jestem z siebie bardzo dumna.

**A co wobec tego zaliczyłybyś do swoich największych porażek?**

Największą porażką, przynajmniej dla mnie, jest pomylenie kata na zawodach. Staram się tego unikać, ale jak w każdym sporcie, nie zawsze to się udaje. Dlatego właśnie trenowanie sprawia mi tak wielką radość, tym bardziej, jeśli z treningu na trening widać efekty.

**Czym jest dla Ciebie karate?**

Dla mnie karate to przede wszystkim hobby i sposób wyładowania energii.

**Jak dużo czasu poświęcasz na treningi?**

Treningi grupy zawodniczej odbywają się 4 razy w tygodniu. Najczęściej trwają godzinę, ale zdarza się, że i dłużej. Czas treningu zależy zazwyczaj od tego, czy przygotowujemy się akurat do jakiś zawodów, czy nie. Wiadomo, jeśli zamierzamy wystartować, to trenować musimy więcej i dłużej.

**Jak zatem godzisz to intensywne czasem trenowanie z innymi obowiązkami?**

Przyznam, że bywa trudno, ale jak na razie jakoś daję sobie z tym radę. Wszystko zależy od odpowiedniego, czyli umiejętnego gospodarowania czasem. Na początku trudno było mi się zorganizować tak, żeby na wszystko znaleźć czas. Na szczęście teraz już nie mam z tym większych problemów. A jeśli dojdzie do tego przyjemność, jaką każdorazowo daje mi trening, to czas zawsze się znajdzie.

**Kto jest dla Ciebie wzorem jeśli chodzi o karate?**

Każdy, kto umie więcej ode mnie.

**Czy według Ciebie karate wymaga jakichś wyrzeczeń?**

Osobiście jestem zdania, że nie. Sport ten jest na tyle różnorodny, że nie stawia żadnych ograniczeń. Każdy, bez względu na wiek, czy płeć, może go spokojnie uprawiać. Zależy to tylko od woli ćwiczącego.

**Musiłaś kiedyś skorzystać ze swoich umiejętności poza DOJO? Na przykład w obronie własnej?**

Póki co nie i mam nadzieję, że tak pozostanie.

**Dlaczego warto trenować?**

Po pierwsze dla swojej przyjemności – dla rozwoju charakteru, ducha i ciała, a po drugie – nigdy nie wiadomo, kiedy te umiejętności się przydadzą.

**Jakie zawody są dla Was najważniejsze?**

Każde są ważne. Staram się ich nie szeregować według ważności. Do wszystkich staram się przygotowywać równie starannie.

**Jak dogadujecie się w grupie?**

Jesteśmy zgrani, wśród wszystkich członków klubu panuje super atmosfera.

**Co twoim zdaniem jest najważniejsze, jeżeli chce się wygrać?**

Najważniejsze jest przygotowanie. Niestety, w sporcie nie liczy się nic innego, tylko ciężka, systematyczna praca. No, czasem można liczyć jeszcze na odrobinę szczęścia lub na to, że przeciwnik będzie gorzej przygotowany. Najlepiej jednak polegać wyłącznie na sobie i własnych umiejętnościach.

**Jak radzisz sobie ze stresem przed zawodami?**

Słabo, jak dotąd nie ma na to lekarstwa. Można próbować z nim walczyć, ale bardzo rzadko się to udaje.

**Masz sprecyzowane plany na przyszłość związane z karate? Co chciałabyś osiągnąć w tej dyscyplinie?**

Chciałabym zdobyć czarny pas i zostać instruktorem.

**Jak karate wpływa na twoje życie?**

Trenując karate uczę się cierpliwości, pokory i umiejętności przegrywania. To przekłada się, oczywiście, nie tylko na moje zachowanie na macie, ale także w codziennym życiu.

**Gdybyś miała ułożyć swój sportowy pantheon – wybrać postacie spośród polskich lub światowych karatek – kto by się w nim znalazł?**

Na pierwszym miejscu znalazłby się Piotr Moczyłowski, na drugim Kenji Midori, a na trzecim Andy Hug.

**Dziękuję serdecznie za rozmowę i życzę dalszych sukcesów.**



Stella Gołębiowska

### OGŁOSZENIA • REKLAMY

## JĘZYK NIEMIECKI

od 11 zł

Skuteczne metody  
Kompetentni lektorzy

0-692 592 941

