

## JAK WYKONAĆ EKO-MARZANNĘ?

Ze względów ekologicznych nasza kukietka składać się będzie wyłącznie z surowców naturalnych.

Po rytualnym „uśmierceniu” nie zostanie po niej nic, co mogłoby razić oczy, płuca czy nasze ekologiczne sumienia.

### Potrzebne materiały:

- słoma,
- giętki, niezbyt gruby drut,
- sznurek konopny,
- drewniana łyżka,
- białe płótno,
- kolorowe tasiemki, koraliki, cekiny.

### Wykonanie:

Do drewnianej łyżki w dwóch miejscach przymocujemy drut. Będą to ręce i nogi naszej Marzanny. Następnie całą kukietkę okładamy słomą i obwiązujemy konopnym sznurkiem.

Dzięki drucikowi, kończyny kukietki będzie można dowolnie układać. Wystające słomki ucinamy nożyczkami. Następnie z płótna wycinamy duży prostokąt z dziurą na głowę, zakładamy na słomianą kukietkę i układamy w sukienkę.

Na głowę zakładamy kolorową chustkę (trójkątny kawałek materiału). Teraz malujemy twarzyczkę, a na koniec całą postać przyozdabiamy tradycyjnie koralami, kolorowymi wstążeczkami, tasiemkami i cekinami.

Teraz trzeba podpalić, utopić i czekać na przyjscie WIOSNY!!!!!



Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze  
Oddział „Ziemi Tarnowskiej” w Tarnobrzegu  
Koło PTTK nr 23 „Włóczykije” przy SOSW im. Eugenii Gierat  
w Tarnobrzegu  
SKKT PTTK „COMPASS” przy Szkole Podstawowej  
im. Lanckorońskich w Zakliczynie  
zapraszają na:

## LVI Złaz „Powitanie wiosny” IX Integracyjny Złaz „Witamy Bociana”



**CIĘŻKOWICE - 20 marca 2025 r.**

## I. ORGANIZATORZY:

Zarząd Oddziału PTTK „Ziemi Tarnowskiej” w Tarnowie,  
Koło PTTK nr 23 „Włóczykije” przy SOSW im. Eugenii Gierat w Tarnowie,  
SKKT PTTK „COMPASS” przy Szkole Podstawowej im. Lanckorońskich  
w Zakliczynie

## II. PROPONOWANE TRASY, czyli jak dotrzeć na zakończenie Złazu:

**Trasa I** - Start: Pławna (stacja PKP) - „Diable Boisko” - szlak zielony -  
połączenie ze szlakiem niebieskim - Kąsna Dolna - Ciężkowice (parking  
przy wejściu do rezerwatu „Skamieniałe Miasto”) - przejście przez  
rezerwat - szlak niebieski - połączenie ze szlakiem czarnym - Ciężkowice.  
Czas przejścia: 4 h; OTP 12.

**Trasa II** - Start: Ciężkowice (parking przy wejściu do rezerwatu  
„Skamieniałe Miasto”) – przejście przez rezerwat - szlak niebieski -  
połączenie ze szlakiem czarnym – Ciężkowice.  
Czas przejścia: 2 h; OTP 5.

## Trasa III (dla Koła nr 23 „Włóczykije”):

- a. Start: Parking przy wejściu do Skamieniałego Miasta - przejście przez  
Rezerwat - Park Zdrojowy w Ciężkowicach - amfiteatr  
(przy sprzyjających warunkach pogodowych Wąwóz Czarownic).
- b. Start: Ciężkowice rynek - Skatka z krzyżem - Park Zdrojowy - amfiteatr.

## III. PROGRAM IMPREZY, czyli co będzie się działo po dotarciu do Ciężkowic.

Drużyny rozpoczynają wędrówkę z takim wyliczeniem, aby zgłosić się na  
miejscu zakończenia Złazu w dniu 20 marca 2025 r. na placu koło  
Muzeum Przyrodniczego w Ciężkowicach (ul. 3.Maja 34). W tym miejscu  
o godz. 12:00 odbędzie się uroczyste zakończenie Złazu, na które składać  
się będzie:

- ogłoszenie wyników konkursu na EKO – MARZANĘ połączone  
z wręczeniem dyplomów oraz nagród rzeczowych dla nagrodzonych,
- wręczenie pucharu dla najliczniejszej drużyny na Złazie,
- pieczenie kiełbasek  
Organizatorzy zapewniają miejsce, gdzie będzie można upiec  
kiełbaski a produkty na ognisko uczestnicy Złazu przynoszą we  
własnym zakresie.

## IV. WARUNKI UCZESTNICTWA, czyli co zrobić by wziąć udział w Powitaniu Wiosny:

- w imprezie mogą brać udział drużyny o dowolnej liczbie osób;
- młodzież zgłaszają: szkoły, drużyny ZHP, SKKT - PTTK i inni;
- zgłoszenia na formularzu winny zawierać: listę uczestników i nazwisko  
i imię ich opiekuna/opiekunów wraz z numerami telefonu  
kontaktowego, wskazanie wybranej trasy, potwierdzenie Dyrekcji  
Szkoły lub Organizacji zgłaszającej udział;
- wpłata wpisowego do dnia 17 marca 2025 r. (poniedziałek).

## V. ZAPISY:

- bezpośrednio w **BIURZE ODDZIAŁU PTTK ”ZIEMI TARNOWSKIEJ”**  
ul. Żydowska 20, 33 – 100 Tarnów
- lub pocztą e-mail: **poczta@tarnow.pttk.pl**

## VI. WPISOWE:

- członkowie PTTK: **17,00 zł od osoby** (słownie złotych: siedemnaście)
- sympatycy: **20,00 zł od osoby** (słownie złotych: dwadzieścia)  
płatne w biurze Oddziału PTTK **lub** na rachunek bankowy numer:  
**61 1940 1076 3028 5525 0002 0000.**

## VII. ORGANIZATORZY ZAPEWNIAJĄ, czyli co uczestnicy Złazu otrzymają w ramach wpisowego:

- znaczek typu button,
- wstęp do rezerwatu „Skamieniałe Miasto”,
- puchar dla najliczniejszej drużyny (minimum 50 osób),
- obsługę tras Złazu przez przewodników, przodowników GOT,
- dyplomy oraz nagrody rzeczowe dla nagrodzonych za Eko-Marzanny.

## VIII. ZASADY UCZESTNICTWA.

- Zgłoszona drużyna powinna posiadać apteczkę pierwszej pomocy  
oraz ubiór dostosowany do pory roku i warunków atmosferycznych.
- Złaz odbywa się z zachowaniem aktualnie obowiązujących przepisów  
sanitarnych. Uczestnicy winni posiadać środki ochrony  
indywidualnej.
- Obowiązek ubezpieczenia uczestników ciąży na jednostce  
zgłaszającej.
- Brak udziału w Złazie skutkuje przepadkiem wpisowego.

Organizatorzy Złazu zastrzegają sobie prawo do zmiany terminu, tras oraz czasu zakończenia w przypadku niesprzyjającej pogody bądź innych przeszkód niezależnych od organizatorów.