Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki
w Katowicach

Regionalne i lokalne strategie rozwoju turystyki

Materiały i studia

Redakcja naukowa

Stefan Nowak

Katowice 2012

KOMITET WYDAWNICZY

prof. dr hab. Mirosław Ponczek (przewodniczący), prof. dr hab. n. med. Andrzej Małecki, prof. dr hab. Sławomir Mazur, prof. dr hab. Jan Ślężyński, prof. dr hab. Janusz Iskra, dr hab. Władysław Mynarski prof. nadzw., dr hab. Rajmund Tomik prof. nadzw., dr hab. Cezary Kucio prof. nadzw., dr hab. Rafał Gnat prof. nadzw., dr Piotr Halemba, dr Jacek Polechoński

Recenzja

dr hab. Beata Ślusarczyk, prof. P.Cz.

Dofinansowano ze środków
Urzędu Miasta Częstochowy

ISBN 978-83-60841-88-4

Copyright © 2012 by AWF Katowice

Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach, 2012
Nakład: 150 egz.

Dystrybutor: Śląska Księgarnia Kultury Fizycznej, ul. Mikołowska 72a, 40-065 Katowice,
e-mail: ksiegarniakulturyfizycznej@wp.pl, tel.: 32 207 51 96 lub 606 785 430

Druk: Gębka J.D. Poligrafia
ul. Pszczyńska 44
44-100 Gliwice

Agnieszka Ulfik

Akademia Wychowania Fizycznego im. J. Kukuczki w Katowicach

Zbigniew Waśkiewicz

Akademia Wychowania Fizycznego im. J. Kukuczki w Katowicach

Miejsce rekreacji w strategiach rozwoju na przykładzie województwa śląskiego

Position of recreation in development strategies on the example of Silesia region

Abstract: Determining the development strategy is one of the key tasks that have been assigned to local government at the community, district and region. In the case of the regional development strategy it is a document created by the board of the region contains a record of the region and local community conscious choices, leading to the solution to current problems and keeps the region on a path of sustainable development and raise its competitiveness.

In the development strategies important task is tourism and recreation, of which promotion and development is the own task of community. Recreation and in particular physical recreation, makes it possible to improve the quality of life. This is inter alia, contributing to the promotion of a healthy and active lifestyle, which leads to improving the health of residents. Therefore, efforts should be made to expand the infrastructure and facilities for physical recreation and sports to create attractive free time activities. Planning such activities should be reflected in the development strategy.

This study illustrates the place of recreation and in particularly physical recreation in the Silesian Regional Development Strategy „Silesian 2020".

Key words: development strategy, Silesia, recreation, physical recreation, tourism and recreation.

Wstęp

Pojęcie strategii wywodzi się ze słowa pochodzenia greckiego, które oznacza przygotowanie i prowadzenie wojny jako całości, a także poszczególnych jej kampanii i bitew. Współcześnie pojęcie strategii zostało przeniesione również do innych dziedzin życia, strategie są opracowywane przez jednostki gospodarcze czy organizacje społeczności lokalnej (samorząd gminny i samorząd powiatowy) lub regionalnej (samorząd wojewódzki). Strategia, zarówno ta militarna, jak i ta dotycząca rozwoju, powinna być starannie przygotowana, po rozpatrzeniu wszelkich uwarunkowań, m.in. mających wpływ na możliwości pozyskiwania i wykorzystania

środków. Cele strategii powinny być uporządkowane hierarchicznie oraz chronologicznie wraz ze wskazaniem środków pozwalających osiągnąć zamierzone cele[1].

Rekreacja w strategiach rozwoju regionalnego często obecnie łączona jest z turystyką. W zakresie turystyki zadania samorządów przypisane są do poziomu gmin, jako jedno z zadań własnych gminy, i mają charakter dobrowolny[2]. Zadania gminy w zakresie turystyki można podzielić na trzy grupy:

– zadania bezpośrednio przyporządkowane do sfery turystyki i zmierzające do jej aktywizacji (promocja turystyczna gminy, działania centrów informacji turystycznej, opracowywanie programów rozwoju turystyki czy tworzenie warunków do podejmowania działalności gospodarczej w sferze turystyki),
– zadania związane z zaspokajaniem potrzeb wspólnoty lokalnej, mające wpływ na podniesienie poziomu życia i przez to pośrednio na możliwość rozwoju turystyki (utrzymanie i rozwój infrastruktury transportowej, ochrona krajobrazu i środowiska naturalnego, opieka nad zabytkami i ich udostępnianie, opieka nad lokalną kulturą i wspieranie folkloru) oraz zadania w zakresie kultury fizycznej, a w szczególności rekreacji ruchowej i sportu,
– zadania nałożone przez państwo w przepisach szczegółowych, m.in. prowadzenie ewidencji obiektów noclegowych niepodlegających kategoryzacji, zapewnianie bezpieczeństwa osób przebywających na kąpieliskach wodnych, w górach czy uczestników imprez na podległym terenie[3].

Zadania w zakresie rekreacji zaliczają się do obligatoryjnych zadań gminy. Gmina ma za zadanie tworzyć warunki prawno-ekonomiczne i organizacyjne niezbędne do upowszechniania kultury, rekreacji i sportu. Najczęściej zadania te są realizowane poprzez organizowanie różnego typu zajęć, zawodów, imprez kulturalnych, imprez rekreacyjno-sportowych. Nie mniej istotne jest utrzymywanie i udostępnianie bazy rekreacyjno-sportowej (m.in. hal widowiskowych, boisk, stadionów, pływalni, ścieżek zdrowia) oraz obiektów i placówek kultury (najczęściej muzeów i domów kultury)[4]. Realizacja tych zadań niewątpliwie wpływa na podniesienie poziomu życia mieszkańców gminy, a przez to również pośrednio na rozwój turystyki[5].

---

[1] G. Gorzelak, B. Jałowiecki: *Metodologiczne podstawy strategii rozwoju regionu na przykładzie województwa lubuskiego*. „Studia Regionalne i Lokalne" 2000, nr 3 (3), s. 41.

[2] Dz.U. 2001, nr 45, poz. 497, choć pojęcie turystyki pojawiało się już w *Ustawie z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie terytorialnym* (Dz.U. 1990, nr 16, poz. 95) jako zadanie własne gminy.

[3] J. Śniadek: *Planowanie strategiczne rozwoju turystyki i rekreacji w miastach polskich*. W: *Turystyka i rekreacja w mieście*. Red. M. Lisowski. Białystok: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Menedżerskiej, 2008, s. 105–106.

[4] Ibidem, s. 106.

[5] J. Śliz: *Udział regionów w realizacji celów „Strategii turystyki na lata 2001–2006" (na przykładzie roku 2002)*. W: *Społeczno-ekonomiczne i przestrzenne uwarunkowania rozwoju turystyki w układach regionalnych i lokalnych*. Red. W. Maik, K. Marciniak, K. Sikora. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy, 2004, s. 389–401.

Strategie rozwoju

Strategie rozwoju to dokumenty o dużym znaczeniu. Zazwyczaj są one przygotowywane w perspektywie działań przewidzianych na 10–15 lat[6]. W krajach o gospodarce rynkowej powszechne jest przygotowywanie strategii rozwoju społeczno-gospodarczego. Stanowią one podstawę długookresowej polityki społeczno-ekonomicznej oraz punkt odniesienia decyzji podejmowanych przez władze na poszczególnych szczeblach jednostek samorządu terytorialnego. Zarówno na szczeblu gminy, jak i na szczeblach powiatu oraz województwa konieczne jest oparcie strategii rozwoju na następujących zasadach:

- samorządności terytorialnej, oznaczającej skuteczne prawo samorządów do samodzielnego kształtowania polityki mającej na celu podnoszenie jakości życia mieszkańców,
- subsydialności,
- współodpowiedzialności administracji rządowej, samorządów terytorialnych, podmiotów gospodarczych, organizacji pozarządowych i mieszkańców za jednoznaczne określenie praw i obowiązków wszystkich podmiotów,
- nienaruszalności własności i ochrony prywatnych interesów z jednoczesnym zachowaniem możliwości interwencji władz dla realizacji nadrzędnych celów publicznych,
- uwzględnienie mechanizmów rynkowych,
- dostosowanie założeń programowych, regulacji prawnych i standardów do uznanych zasad i norm międzynarodowych,
- jawności, akceptacji i kontroli społecznej działań publicznych[7].

Obecnie wiele miast posiada infrastrukturę i różnego typu atrakcje dające możliwość rozwijania turystyki i rekreacji. W celu uzyskania dobrych wyników konieczne jest prowadzenie działań nakreślonych w strategiach rozwoju. Strategia taka powinna być starannie przygotowana, a także zaakceptowana społecznie, np. w drodze konsultacji społecznych. W zakresie turystyki i rekreacji konieczne jest wskazanie produktów i działań zaspokajających potrzeby turysty oraz wzmocnienie lokalnej gospodarki. Działania te przynoszą korzyści mieszkańcom danego miasta oraz turystom. Umożliwiają one również prowadzenie zdrowego trybu życia i zaspokajanie potrzeb aktywności ruchowej[8].

---

[6] G. Gorzelak, B. Jałowiecki: *Metodologiczne podstawy strategii rozwoju regionu…*, s. 41.
[7] J. Śniadek: *Planowanie strategiczne rozwoju turystyki…*, s. 104.
[8] Ibidem, s. 107.

Pojęcie rekreacji oraz analiza jego form

W literaturze istnieje wiele definicji pojęcia rekreacji oraz podziałów na różne formy rekreacji ze względu na ich kontekst i zaspokojenie potrzeb[9]. Najczęściej definiuje się rekreację jako różnego rodzaju zajęcia, podejmowane w czasie wolnym, dobrowolnie, dla przyjemności, autoekspresji, formacji własnej osobowości, odnowy, pomnażania sił psychofizycznych[10]. Nie jest tutaj najistotniejszy rodzaj zajęć, ale kontekst psychospołeczny ich wykonywania.

Wśród czynności rekreacyjnych wykonywanych w czasie wolnym wprowadzano różnego typu podziały. Jednym z takich podziałów jest podział na 4 grupy działalności rekreacyjnej wprowadzony przez M. Demela i W. Humena. Wymieniają oni następujące grupy działalności rekreacyjnej:

– ruchowe rodzaje działalności – sporty rekreacyjne,
– zajęcia miłośnicze (hobby),
– działalność kulturalna,
– mieszane rodzaje działalności, podtrzymujące zainteresowania jednostki[11].

Różnorodność klasyfikacji form działalności w czasie wolnym może wskazywać na dużą trudność w uniwersalnym i jednoznacznym określeniu topologii zajęć rekreacyjnych. Według podziału zaproponowanego przez K. Czajkowskiego, spośród zajęć czasu wolnego można wyróżnić następujące rodzaje rekreacji:

– rekreacja ruchowa (fizyczna),
– rekreacja twórcza,
– rekreacja kulturalno-rozrywkowa,
– rekreacja przez działalność społeczną[12].

Wśród wymienionych rodzajów rekreacji na szczególną uwagę zasługuje rekreacja ruchowa (fizyczna). Jest ona jedną z form rekreacji, mającą wszystkie jej cechy, z tą różnicą, że obejmuje wyłącznie działania związane z aktywnością ruchową, sportową lub turystyczną. Czynność ruchowa może być nazywana rekreacją ruchową, jeśli jest wykonywana dla przyjemności płynącej z ruchu samego w sobie, a nie wyłącznie dla innych celów (medalu, rekordu, szczupłej sylwetki czy innych efektów płynących z uczestnictwa)[13].

---

[9] M. Napierała, R. Muszkieta, I. Batyk, W. Żukow: *Klasyfikacja i analiza forma rekreacji*. W: *Wybrane zagadnienia z podstaw rekreacji i turystyki. Selected problems of foundations of recreation and tourism*. Red. M. Napierała, R. Muszkieta, W. Żukow, A. Sikorska. Bydgoszcz: Wyższa Szkoła Gospodarki, 2009, s. 63–66.

[10] T. Wolańska: *Leksykon. Sport dla wszystkich – rekreacja ruchowa*. Warszawa: AWF, 1997.

[11] M. Demel, W. Humen: *Wprowadzenie do rekreacji fizycznej*. Warszawa: Sport i Turystyka, 1970, s. 11.

[12] K. Czajkowski: *Wychowanie do rekreacji*. Warszawa: WSiP, 1979, s. 76.

[13] E. Mucha-Szajek, A. Zaremba: *Znaczenie rekreacji ruchowej w życiu współczesnego człowieka*. W: *Hotelarstwo, rekreacja, turystyka. Kierunki przemian w świecie postindustrialnym*. Red. W. Siwiński, R.D. Tauber, E. Mucha-Szajek. Poznań: Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii. Wydawnictwo, 2005, s. 345.

Poprawa stanu zdrowia jest możliwa między innymi poprzez systematyczne zażywanie ruchu. Dodatkowo ruch przyczynia się do spotęgowania zdrowia, ponieważ wpływa na prawidłowy przebieg procesów metabolicznych oraz kształtowanie odporności organizmu. Odpowiedni poziom sprawności jest jednym z czynników zabezpieczającym przed chorobami cywilizacyjnymi, pomaga również w uzyskaniu równowagi emocjonalnej, buduje prestiż i wpływa na pozycję jednostki w społeczeństwie[14].

Rekreacja ruchowa w strategii rozwoju regionalnego w województwie śląskim

Zarówno w rekreacji, jak i w turystyce upatruje się obecnie szans na ożywienie gospodarcze i pobudzenie lokalnej społeczności, a co za tym idzie, wzrost dochodów do budżetów samorządów. Dzięki rekreacji uzyskuje się również podniesienie poziomu i jakości życia mieszkańców. Jest to jednak możliwe tylko wtedy, gdy działania związane z rekreacją prowadzone są w sposób przemyślany i zaplanowany. Z tego powodu coraz większą wagę przywiązuje się do tworzenia strategicznych planów rozwoju w szczególności w zakresie rekreacji i turystyce, będących istotnymi dziedzinami gospodarki i życia społecznego[15].

Obecnie obowiązującą strategią w województwie śląskim jest *Strategia rozwoju województwa śląskiego „Śląskie 2020”*. Sejmik Województwa Śląskiego przyjął *Strategię...* uchwałą III/47/1/2010 na posiedzeniu w dniu 17 lutego 2010 roku. Dokument ten stanowi aktualizację *Strategii rozwoju województwa śląskiego na lata 2000–2020*, przyjętej przez Sejmik Województwa Śląskiego 4 lipca 2005 roku, który również był aktualizacją *Strategii rozwoju województwa śląskiego na lata 2000–2015*, przyjętej we wrześniu 2000 roku. Aktualizacje były konieczne ze względu na zmieniające się uwarunkowania w zakresie rozwoju regionalnego, zawarte m.in. w dokumentach szczebla krajowego, a także w prawodawstwie związanym z prowadzeniem polityki rozwoju. Głównym celem aktualizacji było „jeszcze silniejsze wpisanie regionu w światowe trendy związane z rozwojem gospodarki opartej na wiedzy, dyfuzją rozwoju poprzez ośrodki metropolitalne oraz podnoszeniem jakości życia przy uwzględnieniu wymogów wynikających z zasad zrównoważonego rozwoju. Znalazło to swoje odzwierciedlenie w zdefiniowanych priorytetach rozwoju województwa ukierunkowanych na: wzmacnianie metropolizacji regionu poprzez rozwój funkcji związanych z kulturą i nauką, powiązanie z przestrzenią europejską, powszechną dostępność do regionalnych usług publicznych o wysokim standardzie, rozwój nowej gospodarki opartej na kreacji i absorpcji technologii”[16].

---

[14] M. Napierała, R. Muszkieta, W. Żukow: *Rozwój motoryczności w poszczególnych etapach ontogenezy*. W: *Człowiek – rekreacja – zdrowie. Human – recreation – health*. Red. M. Napierała, R. Muszkieta, W. Żukow. Bydgoszcz–Poznań: Ośrodek Rekreacji, Sportu i Edukacji, 2009, s. 42.

[15] J. Śniadek: *Planowanie strategiczne rozwoju turystyki*..., s. 103.

[16] Strona WWW: http://www.slaskie.pl/strona_n.php?jezyk=pl&grupa=3&dzi=1267017603&id_menu=65 oraz http://www.slaskie.pl/strona_n.php?jezyk=pl&grupa=3&dzi=1248439537&id_menu=322 (odczyt: 1.10.2012 r.).

W *Strategii rozwoju województwa śląskiego „Śląskie 2020”* pojęcie rekreacji występuje wielokrotnie, w różnych częściach tego dokumentu.

Po raz pierwszy jest ono przywołane w części dotyczącej wizji rozwoju województwa śląskiego. Zaznaczono tam między innymi, że tworzenie przestrzeni dla istnienia rekreacji stanowić będzie czynnik promujący województwo i wpłynie na pozytywny wizerunek województwa w świadomości Europejczyków[17]. Szczególnie mocno w części dotyczącej wizji w aspekcie rekreacji podkreślony został region południowy. Posiada on dobre położenie w sąsiedztwie Czech i Słowacji, a także dobrze rozwiniętą infrastrukturę oraz przedsiębiorczość. Dodatkowo w obszarze Polski Południowej istnieją obszary z dobrze chronionym krajobrazem oraz rozwiniętą siecią instytucji usług publicznych.

Pojęcie rekreacji występuje wielokrotnie w części *Strategii…* dotyczącej priorytetów, celów strategicznych, kierunków działań i przedsięwzięć. Rekreacja wymieniana jest w części dotyczącej priorytetów, podzielonych na części A, B i C, przy czym rekreacja wymieniona jest w części A i B. W *Priorytecie A: Województwo śląskie regionem nowej gospodarki kreującym i skutecznie absorbującym technologie* – jako możliwość przeprowadzania zmian restrukturyzacyjnych. Rekreacja jest tam wymieniana obok turystyki oraz zastosowania odnawialnych źródeł energii. W części *Priorytet B: Województwo śląskie regionem o powszechnej dostępności do regionalnych usług publicznych o wysokim standardzie* rekreacja wskazywana jest jako czynnik promocji zdrowego, aktywnego trybu życia.

W części *Strategii…* dotyczącej celów strategicznych i kierunków działań wielokrotnie pojawia się pojęcie rekreacji. Ponownie rekreacja wymieniana jest jako możliwość działalności, szczególnie w obszarach wiejskich – jako wsparcie przeobrażeń gospodarczych tam zachodzących (rekreacja ponownie występuje łącznie z turystyką oraz odnawialnymi źródłami energii). W części dotyczącej kierunków działań w zakresie wysokiej jakości środowiska naturalnego rekreacja przywoływana jest w kontekście zachowania i odtworzenia bio- i georóżnorodności. Ochrona bio- i georóżnorodności służy zarówno zachowaniu najatrakcyjniejszych przyrodniczo obszarów województwa, jak i wykorzystaniu ich do wypoczynku, rekreacji i regeneracji sił człowieka.

Rekreacja jest również mocno zaznaczona w celach strategicznych dotyczących atrakcyjności warunków zamieszkania i wysokiej jakości przestrzeni. Podkreślono tutaj, że wiele miast województwa śląskiego wymaga modernizacji struktury urbanistycznej, m.in. w celu stworzenia warunków do wypoczynku i rekreacji. Poza podniesieniem jakości życia mieszkańców prowadzić to będzie również do zwiększenia atrakcyjności turystycznej regionu.

Pojęcie rekreacji pojawia się także na liście przedsięwzięć istotnych dla rozwoju województwa śląskiego. Wśród regionalnych sieci rekreacyjnych przestrzeni publicznej wymienione są obszary Jury Krakowsko-Częstochowskiej, Beskidu Śląskiego, Żywieckiego i Małego, jak również Wojewódzki Park Kultury i Wypoczynku, znajdujący się w centrum województwa. Rekreację wymienia się również w kontekście regionalnego systemu obszarów chronionych. Celowe jest wykorzy-

[17] *Strategia rozwoju województwa śląskiego „Śląskie 2020”*, s. 31.

stanie cennych przyrodniczo obszarów jako terenów zrównoważonej turystyki i rekreacji.

W części dotyczącej wdrażania i finansowania *Strategii*... wskazana jest konieczność opracowania strategii i programów rozwoju w zakresie turystyki, produktów turystycznych i rekreacji w województwie śląskim. Podjęcie wszystkich istotnych przedsięwzięć dla rozwoju województwa śląskiego przewiduje się do roku 2015 i uzależnia od możliwości organizacyjnych oraz pozyskania odpowiednich funduszy.

Wnioski

W *Strategii rozwoju województwa śląskiego „Śląskie 2020"* wielokrotnie podkreśla się znaczenie rekreacji ruchowej i przypisuje jej dużą rolę m.in. w zakresie promocji zdrowego i aktywnego trybu życia oraz poprawy stanu zdrowia mieszkańców w każdym wieku. W *Strategii*... rekreacja pojawia się także jako szansa wykorzystania i zagospodarowania naturalnych walorów przyrodniczych, występujących m.in. na Jurze Krakowsko-Częstochowskiej, w Beskidzie Śląskim, Żywieckim i Małym. W *Strategii*... wskazano również, że rekreacja może przyczyniać się do zachowania oraz odtworzenia bio- i georóżnorodności. Rekreacja wymieniana jest także jako element rozwoju, szczególnie obszarów wiejskich; umożliwia rozwój przedsiębiorczości i, co za tym idzie, zwiększanie przychodów do budżetu gminy, a także powiatu i województwa.

Rekreacja, a w szczególności rekreacja ruchowa jest ważnym czynnikiem poprawy i utrzymania dobrego stanu zdrowia oraz zwiększania atrakcyjności regionu zarówno dla jego mieszkańców, jak i dla turystów. Dlatego też należy dążyć do rozbudowy zaplecza i tworzenia atrakcyjnej oferty aktywnego spędzania wolnego czasu. Działania te znajdują się *Strategii rozwoju województwa śląskiego „Śląskie 2020"*.

Bibliografia

Czajkowski K.: *Wychowanie do rekreacji*. Warszawa: WSiP, 1979.

Demel M., Humen W.: *Wprowadzenie do rekreacji fizycznej*. Warszawa: Sport i Turystyka, 1970.

Gorzelak G., Jałowiecki B.: *Metodologiczne podstawy strategii rozwoju regionu na przykładzie województwa lubuskiego*. „Studia Regionalne i Lokalne" 2000, nr 3 (3).

Mucha-Szajek E., Zaremba A.: *Znaczenie rekreacji ruchowej w życiu współczesnego człowieka*. W *Hotelarstwo, rekreacja, turystyka. Kierunki przemian w świecie postindustrialnym*. Red. W. Siwiński, R.D. Tauber, E. Mucha-Szajek. Poznań: Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii. Wydawnictwo, 2005.

Napierała M., Muszkieta R., Batyk I., Żukow W.: *Klasyfikacja i analiza forma rekreacji.* W: *Wybrane zagadnienia z podstaw rekreacji i turystyki. Selected problems of foundations of recreation and tourism*. Red. M. Napierała, R. Muszkieta, W. Żukow, A. Sikorska. Bydgoszcz: Wyższa Szkoła Gospodarki, 2009.

Napierała M., Muszkieta R., Żukow W.: *Rozwój motoryczności w poszczególnych etapach ontogenezy*. W: *Człowiek – rekreacja – zdrowie. Human – recreation – health*. Red. M. Napierała, R. Muszkieta, W. Żukow. Bydgoszcz–Poznań: Ośrodek Rekreacji, Sportu i Edukacji, 2009.

Strategia rozwoju województwa śląskiego „Śląskie 2020”.

Śliz J.: *Udział regionów w realizacji celów „Strategii turystyki na lata 2001–2006” (na przykładzie roku 2002)*. W: *Społeczno-ekonomiczne i przestrzenne uwarunkowania rozwoju turystyki w układach regionalnych i lokalnych*. Red. W. Maik, K. Marciniak, K. Sikora. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy, 2004.

Śniadek J.: *Planowanie strategiczne rozwoju turystyki i rekreacji w miastach polskich.* W: *Turystyka i rekreacja w mieście*. Red. M. Lisowski. Białystok: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Menedżerskiej, 2008.

Wolańska T.: *Leksykon. Sport dla wszystkich – rekreacja ruchowa*. Warszawa: AWF, 1997.

Strony internetowe

http://www.slaskie.pl/strona_n.php?jezyk=pl&grupa=3&dzi=1267017603&id_menu=65

http://www.slaskie.pl/strona_n.php?jezyk=pl&grupa=3&dzi=1248439537&id_menu=322