



## INFORMACJA DODATKOWA

### Międzynarodowy Warsztat Wewnętrznych Sztuk Zdrowotnych Taoistycznego Tai Chi™, Kraków, Polska

środa 18 lipca 2018 – niedziela 22 lipca 2018

#### **Miejsce warsztatu:**

Kraków, ul. Strąkowa 3a (na terenie Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Integracyjnych nr 3).

GPS 50.026697,19.92377

**Program:** Pięciodniowy program rozpoczyna się we środę 18 lipca o godzinie 10.00 i trwa do niedzieli, 22 lipca 2018, do godziny 16.00. Dotacja na 5-dniowy program wynosi 710 zł i obejmuje koszt posiłków. Program 2-dniowy zaczyna się w sobotę 21 lipca 2018 o godzinie 10.00 i kończy w niedzielę 22 lipca 2018 o godzinie 16.00. Dotacja na program weekendowy wynosi 330 zł i obejmuje koszt wyżywienia.

**Ważna zmiana:** Dotacja wnoszona jest przed warsztatem na konto Stowarzyszenia nr 07 2030 0045 1110 0000 0404 1290, z tytułem wpłaty: „darowizna na cele statutowe”. Jeśli wpłata dokonywana jest tuż przed warsztatem, prosimy o zabranie ze sobą potwierdzenia. Ważnym jest również, by poinformować swego instruktora o wzięciu udziału w warsztacie.

**Rejestracja:** Zgłoszenia wyłącznie online ze strony [www.taichi.pl](http://www.taichi.pl). Twoje zgłoszenie będzie potwierdzone w ciągu kilku dni. Jeśli nie otrzymasz potwierdzenia prosimy o kontakt mailowy na adres: [gopoland@taichi.pl](mailto:gopoland@taichi.pl). Rejestracja uczestników (wydawanie identyfikatorów) rozpocznie się o 8.30 w dniu rozpoczęcia warsztatu (we środę 18 lipca – program 5-dniowy oraz w sobotę 21 lipca – program weekendowy) w miejscu odbywania warsztatu (ZSOil nr 3).

**Posiłki:** Rodzaj posiłku: mięsny lub wegetariański należy odpowiednio zaznaczyć w formularzu zgłoszeniowym. Osoby będące na specjalnej diecie proszone są o podanie tej informacji również w formularzu zgłoszeniowym.

#### **Zakwaterowanie:**

Zakwaterowanie odbędzie się:

- w miejscach zapewniających nocleg ze śniadaniem:

**hotel Ruczaj:** 100 zł za miejsce w pokoju 2-3 osobowym; [www.ruczajhotel.pl](http://www.ruczajhotel.pl)

**hotel Panorama:** 85 zł/osobę/noc w pokoju 2 lub 3-osobowym; [www.hotel-panorama.pl](http://www.hotel-panorama.pl)

- nocleg bez śniadania

- w pensjonacie **Trans-Express** w pokojach 2/3/4/5-osobowych w cenie 55 zł/noc/osobę; [www.pensjonat.biz.pl](http://www.pensjonat.biz.pl)
- nocleg na podłodze w szkole - miejscu warsztatu – 10 zł/osoba/noc; należy zadbać o własny śpiwór i karimatę.
- Śniadanie dla osób zakwaterowanych w pensjonacie Trans-Express i w szkole będzie dostępne na miejscu warsztatu codziennie rano podczas trwania programu.

Opłata za noclegi w hotelu i pensjonacie dokonywana jest indywidualnie w recepcji. Opłata za noclegi w szkole – przy wydawaniu identyfikatora.

Zakwaterowanie organizowane we własnym zakresie – prosba o zaznaczenie tej opcji w formularzu zgłoszeniowym.

Przyjazd do Krakowa wcześniejszy niż we wtorek poprzedzający warsztat, a także wyjazd z Krakowa w terminie późniejszym niż poniedziałek po warsztacie, wymaga zorganizowania zakwaterowania i dojazdu we własnym zakresie.

### **Dojazd do miejsca warsztatu:**

Należy wziąć pod uwagę, że w Krakowie jest bardzo dużo remontów. Aktualne utrudnienia komunikacyjne trzeba sprawdzić przed Warsztatem na stronie:

<http://zikit.krakow.pl/utrudnienia/1584,1794,0,kategoria,utrudnienia.html>

a podróż zaplanować np. z aplikacją **Jak dojadę**: <https://jakdojade.pl/krakow/trasa/>

Jeśli zaznaczono w formularzu opcję odbioru z lotniska lub stacji, prosimy o pomoc w zidentyfikowaniu (dobrze widoczne logo). Jednocześnie bardzo prosimy, aby opcję pomocy w dojeździe wybierały osoby, których problemy zdrowotne, problemy z poruszaniem się uniemożliwiają samodzielny dojazd.

### **Dojazd samochodem**

- Trasa od Ronda Grunwaldzkiego (trasa od Warszawy) kieruj się w kierunku Monte Casino. Następnie Kieruj się na ulicę Kapelanka (skręt w lewo obok „okrągłaka”) => 1,1 km. Przed TESCO skręt w prawo w ul. Kobierzyńską. Jedź 850 m. Następnie skręt w lewo w Zygmunta Miłkowskiego i jedź do końca drogi ok. 400 m. [MAPA 1](#)
- Trasa od Nowej Huty przez ulicę Księdza Józefa Tishnera na skrzyżowaniu z ul. Wadowicka – Zakopiańska kieruj się prosto (po prawej stronie zaraz za skrzyżowaniem będzie pętla tramwajowo – autobusowa). Jedź ok. 800 m do dużego skrzyżowania (po prawej stronie TESCO). Jedź prosto ul. Grota-Roweckiego 350 m do następnych świateł i skręt w lewo w ul. Kobierzyńską => 350 m. Następnie skręt w lewo w Zygmunta Miłkowskiego i jedź do końca drogi ok. 400 m. [MAPA 2](#)
- Trasa od autostrady zjazd opisany Oświęcim. Po zjeździe z obwodnicy skręcić w lewo i jechać cały czas główną drogą 5,9 km (ul. Skotnicka, Karola Bunscha i Michała Bobrzyńskiego, Grota-Roweckiego). Na światłach przy stacji benzynowej Orlen skręt w prawo w ul. Rostworowskiego => 230m., skręt w lewo w ul. Kobierzyńską => 250m. Następnie skręt w prawo w ul. Zygmunta Miłkowskiego i jedź do końca drogi ok. 400 m. [MAPA 3](#)

### **Komunikacja miejska – tramwaj, autobus i pociąg z lotniska**

**Jeżeli w zgłoszeniu zaznaczyłeś, że potrzebujesz pomocy,** punktem spotkań są kasy na nowym podziemnym dworcu kolejowym. Tam będzie czekała na Ciebie osoba mająca koszulkę STTC lub logo na dużej kartce.

#### **Jeżeli zaplanowałeś dojazd samodzielnie:**

*Bilety autobus/tramwaj:*

- ✓ jednoprzjazdowy lub 40 min => 3,80 zł lub 4,00 zł (autobus z Lotniska + 2,80 zł tramwaj)
- ✓ 60 minutowy => 5,00 zł; 2-przejazdowy 7,20 zł

Można kupić w automatach na przystankach lub w tramwaju/autobusie. Jeżeli nie ma automatu na przystanku ani w autobusie można bilet kupić u kierowcy. Trzeba mieć odliczoną kwotę. Jeżeli kupowany jest bilet u kierowcy cena jego jest wyższa co najmniej o 1 PLN

*Przystanek wysiadania: **Lipińskiego***

*Linie tramwajowe i autobusowe:*

- ✓ tramwaje: 11, 17, 18, 52, 62 (nocny) *kierunek Czerwone Maki P+R*
- ✓ autobusy: 194 662 (nocny) *kierunek Czerwone Maki P+R*  
178, 608 (nocny) *kierunek Pod Fortem*,

- Dojazd z Dworca Głównego – Wsiadając z pociągu należy przejściem podziemnym przejść do/przez Galerię Krakowską (GK), a następnie skręcić w lewo w ulicę Pawią i iść wzdłuż GK. Zaraz za GK jest Hotel, który trzeba minąć i dojść do przystanku tramwajowego nie schodząc w dół do przejścia podziemnego. Wsiąść w tramwaj 52. Jedź 10 przystanków i wysiądź na przystanku Lipińskiego (następny za TESCO).. Po przejściu na drugą stronę ulicy trzeba się kierować w kierunku Hotelu Panorama. Aby wejść na teren szkoły trzeba wejść pomiędzy bloki mijając po lewej stronie Hotel Panorama. Pomiedzy blokami jest wejście na teren szkoły (na ogrodzeniu jest przyczepione logo Stowarzyszenia). Przejść wzdłuż budynków szkoły do wejścia głównego. MAPA 4

- Dojazd z Lotniska - autobus: 252.

Jedź 25 przystanków (część przystanków jest na żądanie) do Centrum Kongresowego ICE przy Rondzie Grunwaldzkim – przystanek autobusowy jest tuż za rondem. Wsiadając z autobusu należy cofnąć się i przejść na pasach do tramwaju nr 18 lub 52 oraz autobus 194. Jedź 5 przystanków i wysiądź na przystanku Lipińskiego (następny za TESCO). Po przejściu na drugą stronę ulicy trzeba się kierować w kierunku Hotelu Panorama. Aby wejść na teren szkoły trzeba wejść pomiędzy bloki mijając po lewej stronie Hotel Panorama. Pomiedzy blokami jest wejście na teren szkoły (na ogrodzeniu jest przyczepione logo Stowarzyszenia). Przejść wzdłuż budynków szkoły do wejścia głównego. [MAPA 4](#)

- Dojazd z Lotniska - pociąg.

Stacja kolejowa Kraków Airport mieści się obok terminala I na tyłach parkingu wielopoziomowego. Podróż pociągiem to najszybszy sposób dotarcia z lotniska do centrum Krakowa – do Dworca Głównego (podróż trwa około 17 minut). Rozkład jazdy <https://malopolskiekoleje.pl/index.php/trasy/wieliczka-rynek-kopalnia-krakow-glowny-krakow-lotnisko-airport>

- **bilet** jednorazowy na odcinku Kraków Lotnisko (Kraków Airport) - Kraków Główny => 9,00 zł

**Bilety można nabyć w automatach:** w terminalu pasażerskim (część wschodnia, poziom 0), na stacji kolejki, w pociągu lub u obsługi.

Wsiadając z pociągu należy przejściem podziemnym przejść do/przez Galerię Krakowską (GK), a następnie skręcić w lewo w ulicę Pawią i iść wzdłuż GK. Zaraz za GK jest Hotel, który trzeba minąć i dojść do przystanku tramwajowego nie schodząc w dół do przejścia podziemnego. Wsiąść w tramwaj 52. Jedź 10 przystanków i wysiądź na przystanku Lipińskiego (następny za TESCO).. Po przejściu na drugą stronę ulicy trzeba się kierować w kierunku Hotelu Panorama. Aby wejść na teren szkoły trzeba wejść pomiędzy bloki mijając po lewej stronie Hotel Panorama. Pomiedzy blokami jest wejście na teren szkoły (na ogrodzeniu jest przyczepione logo Stowarzyszenia). Przejść wzdłuż budynków szkoły do wejścia głównego. [MAPA 4](#)

**Zmiany w informacjach nadesłanych w zgłoszeniu** – jeśli takie nastąpiły, prosimy o niezwłocznie poinformowanie nas o tym. W szczególności prosimy o upewnienie się, czy podany telefon kontaktowy jest poprawny.

**Kontakt w razie potrzeby:** +48 668 055 652; [gopoland@taichi.pl](mailto:gopoland@taichi.pl)