

TRENERZY (T)

1. Damian Ciborowski (KS Speed Jasło, narciarstwo biegowe i pływanie) - w latach 1991-1998 wielokrotny reprezentant Polski i wielokrotny medalista mistrzostw Polski oraz Akademickiego Pucharu Świata, uczestnik trzech Uniwersjad. Od 1999 do 2002 roku trener akademickiej reprezentacji Polski. Doprowadził swoich zawodników do medali podczas Uniwersjady i mistrzostw Polski seniorów i juniorów. Od 15 lat jest trenerem w Klubie Sportowym Speed Jasło. W 2017 roku aż ośmiu zawodników zdobyło medale mistrzostw Polski, a drużyna - złoty medal w sztafecie 4 x 2 km. Łącznie jego podopieczni wywalczyli 13 złotych medali mistrzostw Polski juniorów i 10 złotych medali Pucharu Polski. Jest również nauczycielem wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej nr 2 w Jasle. Jego uczniowie zdobyli złoty medal indywidualnie i drużynowo podczas mistrzostw Polski SZS.

2. Przemysław Czarnecki (UKS Akademia Sportów Walki Judo Jasło, judo) - od ponad 20 lat związany z jasielskim judo, najpierw jako zawodnik, a teraz trener aktywnie uczestniczy w rozwoju tej dyscypliny sportu. Wychował wielu zawodników, którzy zdobywali medale mistrzostw Polski, Pucharu Polski i Pucharu Europy. Jego wychowankowie od wielu lat są powoływani do reprezentacji Polski.

3. Tomasz Demkowicz (Ciarko KH 58 Sanok, hokej) - wychowanek sanockiego hokeja, wieloletni zawodnik klubów pierwszo- i ekstraklasowych w Polsce, reprezentant Polski w hokeju na lodzie, trener (m.in. złoty medal mistrzostw Polski z Ciarko PBS Bank KH Sanok oraz brązowy medal z Polonią Bytom). W sezonie 2017/2018 w sztabie trenerskim Ciarko Klub Hokejowy 58 Sanok.

4. Krzysztof Frączek (TSV Sanok, siatkówka) - absolwent AWF w Krakowie, dr nauk o kulturze fizycznej, trener I klasy w piłce siatkowej, wykładowca w Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej w Krośnie. Długoletni siatkarz Karpat Krosno, AZS AWF Kraków i MKS Gamrat MOSiR Jasło. Z Karpatami Krosno walczył o awans do I ligi. W roli trenera (od 2003 roku) wprowadził siatkarzy Karpat do II ligi (w 2005 roku). Z krośnieńską drużyną w sezonie 2013/14 zagrał w turnieju finałowym o awans do I ligi. W tym też roku rozstał się z Karpatami, gdy klub nie skorzystał z zaproszenia przez PZPS drużyny do gry w I lidze (została powiększona do 14 zespołów) ze względów finansowych. Z krośnieńskim klubem jako zawodnik i trener Krzysztof Frączek związany był od ponad 20 lat. Po rozstaniu z Karpatami odniósł kolejne sukcesy w roli szkoleniowca. W sezonie 2014/15 awansował z Neobusem Niebylec do II ligi, a w 2015/16 z tą drużyną w debiutanckim sezonie zagrał w finale o awans do I ligi. W kolejnym sezonie 2016/17 objął drużynę beniaminka I ligi TSV Sanok, z którą zajął wysokie 5. miejsce w debiucie na zapleczu ekstraklasy. W obecnym 2017/18, bardzo wyrównanym, jego drużyna walczy o udział w play-offach.

5. Jakub Heimroth (Krosno Glass Karpaty PWSZ, siatkówka) - w Karpatach jako zawodnik grał od młodzika, był jednym z najlepszych zawodników w drużynie seniorów występującej w II lidze. Przez pięć lat był asystentem trenera Krzysztofa Frączka. Po rezygnacji tego ostatniego po zakończeniu sezonu 2013/14, został pierwszym trenerem II-ligowej drużyny seniorów. Prowadzi drużynę czwarty sezon. W rozgrywkach 2015/16 zespół zajął 5.

miejsce w VI grupie II ligi. W sezonie 2016/17 doprowadził drużynę do turnieju finałowego o awans do I ligi. Był to duży sukces trenera i młodego zespołu. W obecnym sezonie niemal całkowicie zmienione personalnie Karpaty liderują w szóstej grupie II ligi.

6. Paweł Kafel (Klub Sportowy Budo Krosno, karate) - trener sekcji karate, organizuje i prowadzi szkolenie zawodników. Interesuje się motoryzacją.

7. Wacław Katan (Krośnieński Klub Biegacza MOSiR, lekkoatletyka) - wychowawca wielu medalistów mistrzostw Polski we wszystkich kategoriach wiekowych na średnich i długich dystansach, od ponad 40 lat propagujący bieganie, bezgranicznie oddany tej dyscyplinie sportu.

8. Bartosz Kilar (MKS MOSiR Jasło, siatkówka) - od kilku lat prowadzi klubowe drużyny w kategorii kadetów, juniorów i seniorów. Z drużynami młodzieżowymi uzyskał dobre wyniki, premiowane udziałem w rozgrywkach centralnych w półfinale mistrzostw Polski w hali oraz w siatkówce plażowej. Po pierwszej rundzie sezonu 2017/18 drużyna seniorów lideruje w IV lidze podkarpackiej z realną szansą na awans do III ligi.

9. Tadeusz Krygowski (Jasielski Klub Kyokushin Karate, karate) - prezes Jasielskiego Klubu Kyokushin Karate, prezes Polskiej Organizacji Karate Kyokushin IKOK SOSAI, prezydent Kyokushin organizacji WKU/GCO w Polsce. Były zawodnik, a obecnie długoletni trener w jasielskim klubie, wychowawca wielu medalistów mistrzostw Polski i Europy. Od 2013 roku - po zdaniu egzaminów na 5 dan - może używać tytułu shihana.

10. Marian Lorenc (KKSz Urania MOSiR Krosno, szachy) - w 2017 r. jego podopieczni: Anna Winter, Adrian Chodorowski, Mateusz Koszyła, Dominik Gazda, Kacper Guzik, Bartosz Rudecki, Mateusz Jaszczuk reprezentowali Polskę w Drużynowych Mistrzostwach Europy juniorów w Rymanowie-Zdroju. Wychowawca wielu młodych utytułowanych szachistów. Prowadzi Krośnieńską Akademię Szachową, były reprezentant I-ligowych Karpat Krosno. Zwycięzca wielu turniejów międzynarodowych i ogólnopolskich. Posiada tytuł kandydata na mistrza szachowego, były mistrz Podkarpacia w szachach szybkich.

11. Janusz Maculski (KSTS MOSiR Karpaty Krosno, tenis stołowy) - trener I-ligowej drużyny kobiet, aktualnie zajmującej trzecie miejsce w tabeli. W sezonie 2016/2017 drużyna zajęła 1. miejsce w rozgrywkach I ligi i przegrała baraże o wejście do ekstraklasy z Hals Warszawa. W obecnym sezonie zespół został wzmocniony kadrowo i jego celem jest awans do najwyższej klasy rozrywkowej. Aktualnie zespół rozegrał 8 meczów. Bilans: 6 wygranych, 1 remis i 1 porażka. Organizator wielu imprez ogólnopolskich m.in. grand prix i mistrzostw Polski.

12. Marcin Maculski (AP Beniaminek Krosno, piłka nożna) - absolwent Uniwersytetu Rzeszowskiego, trener w Akademii Piłkarskiej Beniaminek. Prowadzona przez niego drużyna dziewcząt z Krosna w ubiegłym roku zdobyła wicemistrzostwo Polski w kategorii U-10 oraz zajęła 4. miejsce w kategorii U-12 w turnieju „Z podwórka na stadion o puchar Tymbarku” w Warszawie.

13. Tomasz Płaski (Krosno Glass Karpaty AZS PWSZ MOSiR, siatkówka) - w Karpatach przeszedł drogę od młodzika do drużyny seniorów grającej w II lidze. Prowadził drużyny młodzieżowe krośnieńskiego klubu. W poprzednich dwóch sezonach był drugim trenerem I-ligowej drużyny kobiet, asystentem Dominika Stanisławczyka. Od tego sezonu 2017/18 jest pierwszym szkoleniowcem „karpatek” na parkietach I ligi.

14. Bernard Sołtysik (Ekoball Sanok, piłka nożna) - 46-letni trener II klasy (licencja PZPN A) w sanockim klubie zajmuje się najmłodszymi grupami szkoleniowymi (rocznik 2008 i młodsi). Wykonuje kawał dobrej roboty z najmłodszymi piłkarzami w całej piramidzie szkoleniowej Ekoballu. Drużyny z najmłodszych roczników z powodzeniem uczestniczą w turniejach halowych i na trawiastych boiskach, odnosząc swoje pierwsze sukcesy w lokalnym sporcie. To były bramkarz Stali Sanok i wychowanek tego klubu. Był zawodnikiem Stali Sanok przez 12 sezonów (1989/90 oraz od 1992/93 do 2003/04). Grał także w AZS AWF Warszawa (1990/91, 1991/92), Brzozovii Brzozów (2003/04, 2004/05 j) oraz Galicji Cisna (2004/05 w, 2005/06 j).

15. Artur Szychowski (Samuraj Sanok, kickboxing) - to były karateka i kickboxer w formule K-1, reprezentant Polski, a obecnie trener sportów walki. Prowadzi zajęcia w sanockim klubie i w roli szkoleniowca odnosi sukcesy. Największe osiągnięcia jego podopiecznych to: brązowe medale mistrzostw Polski K1 rules 2016 Kamila Rościńskiego i Anety Kopeć, brązowy medal mistrzostw Polski K1 rules juniorów 2016 Wiktora Olszowego, złoty medal mistrzostw Polski low kick 2017 Kamila Rościńskiego, złoty medal Pucharu Polski low kick 2017 Kamila Rościńskiego, srebrny medal Pucharu Polski low kick 2017 Anety Kopeć, brązowy medal Pucharu Polski low kick 2017 Tomasza Kozłowskiego i brązowy medal mistrzostw świata low kick 2017 Kamila Rościńskiego. Brał udział w galach zawodowych w tym dla federacji DSF Kickboxing Challenge najbardziej prestiżowej i największej w Polsce (promującej kickboxing, dla niej walczy między innymi Marcin Różalski). Od 2018 roku został jednym z trenerów kadry narodowej kickboxingu. Był zawodnikiem (od 1996 roku) Sanockiego Klubu Karate, trenującym pod okiem Henryka Orzechowskiego. Został reprezentantem Polski i był członkiem kadry narodowej w latach 2000-2004. Stoczył jako zawodnik karate 76 walk, odniósł 57 zwycięstw, w tym 19 przed czasem. Reprezentował także barwy Rzeszowskiego Klubu Sportów Walki. Od 2007 roku zaczął uprawiać kickboxing w formule K1 rules. Jak kickboxer stoczył 33 walki, z których 25 wygrał, w tym 7 przez nokaut.