

Spis treści

Wstęp.....	5
1. WYBRANE PROBLEMY BADAWCZE Z ZAKRESU REKREACJI RUCHOWEJ	7
Renata Szygula, Bożena Królikowska, Dorota Burzycka-Wilk Wpływ rekreacyjnej aktywności fizycznej na mikrokążenie skórne <i>Influence of recreational physical activity on skin microcirculation</i>	9
Bożena Królikowska, Dorota Burzycka-Wilk, Renata Szygula Koszt kaloryczny wybranych form fitness w świetle prozdrowotnych zaleceń <i>The caloric cost of some forms of fitness in the light of healthy recommendations</i>	23
Michał Rozpara, Bożena Królikowska, Daniel Puciato Koszt kaloryczny podczas rekreacyjnej gry w golfa na tle tygodniowego wydatku energetycznego na aktywność fizyczną kobiet i mężczyzn <i>Caloric cost during the recreational golfing relating to the week's energy expenditure to the physical activity of women and men</i>	33
Aleksander Stuła, Justyna Łajp Aktywność i sprawność fizyczna mężczyzn w wieku średnim deklarujących zróźnicowany poziom aktywności sportowo-rekreacyjnej <i>Physical activity and fitness of middle-aged men who declare different levels of sport and recreational activity</i>	45
Andrzej Romanowski Wędrówki na raketach śnieżnych jako nowa forma aktywności sportowo-rekreacyjnej <i>Snowshoeing as a new form of sport and winter recreation</i>	57
Michał Bajdziński, Justyna Łajp, Bogusława Graczykowska Ewolucja tańca jako formy rekreacyjnej aktywności ruchowej <i>Evolution of dance as a form of recreational physical activity</i>	71
2. AKTYWNOŚĆ TURYSTYCZNA JAKO PRZEDMIOT REFLEKSJI I BADAŃ NAUKOWYCH	81
Krzysztof Kowalik Pielgrzymka między sacrum a profanum <i>The pilgrimage between sacrum and profanum</i>	83

Henryk Machoń

Turystyka religijna na tle przemian w obrębie współczesnej religijności <i>Religious tourism on the background of transformations within contemporary religiosity</i>	95
--	----

Ewa Dawidejt-Drobek, Wiesław Drobek

Ukształtowana historycznie przestrzeń wybranych miast powiatu nyskiego jako czynnik rozwoju funkcji turystycznej <i>Historically formed urban space in selected towns of Nysa County as a factor of touristic function development</i>	105
--	-----

Kazimierz Łukawiecki, Piotr Mielec

Komercjalizacja produktów turystycznych w województwie opolskim <i>The commercialization of touristic products in the Opole Voivodeship</i>	123
--	-----

Andrzej Romanowski

Gospodarstwa agroturystyczne jako zaplecze pobytowe uzdrowisk Kotliny Kłodzkiej <i>Agro-touristic farms as stay-support of health resorts in the Kłodzko Basin</i>	135
--	-----

**Bogusława Graczykowska, Tadeusz Ciesielka, Dorota Burzycka-Wilk,
Michał Rozpara**

Charakterystyka aktywności turystycznej młodzieży maturalnej <i>Characteristics of matura teenagers touristic activity</i>	145
---	-----

Streszczenia	157
---------------------------	-----