

Małgorzata Ruchała



Biegaczka narciarska, Olimpijka, Trener

Legenda polskich sportów zimowych urodzona 21 stycznia 1961 r. w Limanowej, córka Franciszka i Antoniny Górkowskiej, absolwentka Liceum Ogólnokształcącego dla Pracujących w Zakopanem w 1979 r. i krakowskiej AWF w 1984 r., gdzie otrzymała tytuł magistra Wychowania Fizycznego, narciarka-biegaczka, reprezentantka Limanovii (1978-1992) i WKS Legii Zakopane (1993-1998), podopieczna trenerów: Andrzeja Ruchały, Lecha Pochwały i Wadima Anuczina. Niezwykle sympatyczna, miła, urocza kobieta i świetna biegaczka (startowała także w biathlonie), bardzo utytułowana w konkurencji krajowej. 22-krotna mistrzyni Polski: na 5 km (1987), 5 km klas. (1990, 1992, 1994 -1995, 1998), 10 km (1984), 10 km dow. (1991-1992, 1995, 1998), 15 km klas. (1989-1992, 1995), 20 km (1984, 1988), 25 km (1993) i 30 km dow. (1989-1991, 1994). Sześciokrotna uczestniczka Mistrzostw Świata w narciarstwie biegowym i dwukrotna w biathlonie. Filar polskiej sztafety narciarek w latach 90. (MŚ 1991 – 7. miejsce, ZIO 1994 – 8. miejsce). Srebrna medalistka Uniwersjady w 1985 r. w sztafecie 3 × 5 km. Wielokrotna medalistka Mistrzostw Polski. Trenerka biathlonistek. Pracuje w WKS Zakopane, gdzie jest trenerką tamtejszych biathlonistek, którym przekazuje swoje cenne doświadczenie zdobyte w czasie 20 lat uprawiania narciarstwa. Aktualnie licencjonowany coach oraz doradca personalny.

Uczestniczka:

Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Albertville w 1992 r.: 24 i 10 miejsce

Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Lillehammer 1994 r.: 14, 15, 16 i 8 miejsce

Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Nagano w 1998 r.: 33, 35, 13 miejsc