Początek lat siedemdziesiątych nie zaczął się dla LZS dobrze. Ówczesne centralne władze sportowe podjęły niczym nie uzasadnioną decyzję o zaprzestaniu finansowania sportu wyczynowego w Zrzeszeniu, co pozbawiało młodzież wiejską awansu sportowego. Ale jeszcze większy bałagan wprowadził nowy podział administracyjny kraju – w 1975 roku powstało 49 województw. Rozbito wypracowane przez prawie 30 lat struktury LZS, co wpłynęło na odejście wielu doświadczonych działaczy społecznych, którzy nie mogli się w nowym „podziale władzy" odnaleźć. Trzeba było utworzyć 49 rad wojewódzkich. Zaczęła się „wędrówka ludów" – okres zawirowań kadrowych. Walka o stołki i funkcje toczyła się w województwach i powiatach. Więcej województw – więcej etatów. A w budżecie pustki. Pierwsze lata po reformie nie były łatwe. Nie było żadnego programu ogólnopolskiego wspierającego wiejski sport. Trzeba było w poszczególnych województwach, powiatach walczyć o każdą złotówkę. Brakowało pieniędzy na sport wyczynowy, w wielu więc województwach wybierano kilka klubów z dyscyplinami wiodącymi i tam lokowano najzdolniejszych sportowców. Ale te trudne czasy rodziły też nowe inicjatywy. W celu usprawnienia systemu imprez, zmniejszenia kosztów transportu w województwach powołano rejony. Były one ogniwem pośrednim między gminami a województwem. Większości drużynom wystarczał udział w zawodach na szczeblu rejonu by zaspokoić ambicje rywalizacji sportowej. A nagrodą za trud był udział w coraz bardziej popularnych igrzyskach i spartakiadach wojewódzkich.

Mimo olbrzymich trudności rozwój sportu masowego pobudzał rozwój sportu wyczynowego. Coraz więcej zawodników spod znaku LZS brało udział w ME, MŚ i olimpiadach. Choć deprymująco na wyczynowców wpłynął bojkot olimpiady w Los Angeles, na igrzyskach w Moskwie i Seulu startowało ponad 20 zawodników, m.in.: Jan Jankiewicz, Czesław Lang, Joachim Halupczok – kolarstwo, Jan Pusty – lekka atletyka, Andrzej Wroński, Józef i Mieczysław Tracz, Andrzej Głąb – zapasy, Andrzej Grubba – tenis stołowy.

Na przełomie lat 1980/81 w środowisku LZS toczyły się gorące dyskusje o przyszłości sportu, o zasadach jego finansowania, krytykowano różne przywileje i nadużycia. *Ze sportu nowoczesne społeczeństwo zrezygnować nie może, jest to dziedzina tak wszechobecna jak kino, dyskoteka czy inne atrybuty socjalne i kulturalne. Rzecz w tym by zapewnić kadrze sportowej, szkoleniowcom i działaczom odpowiednie warunki do pracy, proporcjonalne do innych dziedzin naszego życia, by lewe etaty zastąpić oficjalną pomocą państwa i egzekwować za to pracę oraz wyniki* – pisano w „Wiadomościach Sportowych". I choć potem następują mroczne lata 1982/83 (w czasie stanu wojennego LZS zawiesiły swoją działalność) to w 1984 roku uchwalono pierwszy w historii polskiego prawodawstwa akt prawny regulujący wyłącznie sferę sportu – była to ustawa z dnia 3 lipca 1984 r. o kulturze fizycznej, która przewidywała tylko jedną form prawną klubów sportowych i organizacji – formę stowarzyszenia (kultury fizycznej). W tym samym roku na Krajowym Zjeździe Delegatów przyjęto więc zapis o nadaniu Zrzeszeniu statusu „Stowarzyszenia Wyższej Użyteczności Publicznej". Czy to coś zmieniło w pracy organizacyjnej i działalności sportowej LZS? Raczej nie. Dalej w sporcie masowym kontynuowano szereg imprez z poprzednich lat, powstawały też nowe, jak turniej „Piłkarska Kadra Czeka".

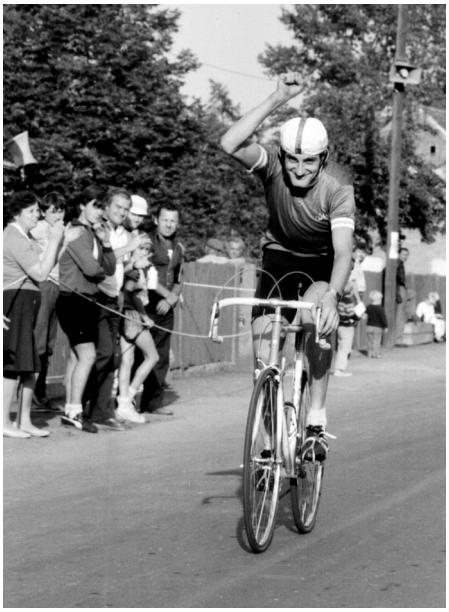
Jednak lata 1984-89 można nazwać latami rozmijania się założeń programowych z rzeczywistością. Jak pisze Ryszard Lech – *Pojawiające się nowe elementy programowe (w dokumentach rad wojewódzkich i Rady Głównej LZS), a zarazem brak skonkretyzowanych zadań i środków do ich realizacji w nadchodzących latach, są odzwierciedleniem ogólnego stanu niepewności społeczeństwa, czasami myślenia w kategoriach „chciejstwa"*. Niestety sytuacja gospodarcza pogarsza się, powszechnie panuje system „kartkowy", społeczeństwo ubożeje, maleją też pieniądze wydawane z budżetu państwa na kulturę fizyczną i sport. Gorzej już być nie może, a jednak...

Uroczystość otwarcia Igrzysk Młodzieży Szkół Rolniczych w Białymstoku 1985

Przeciąganie liny przez dziesiątki lat były i są jedną ze stałych konkurencji wiejskich festynów sportowo-rekreacyjnych

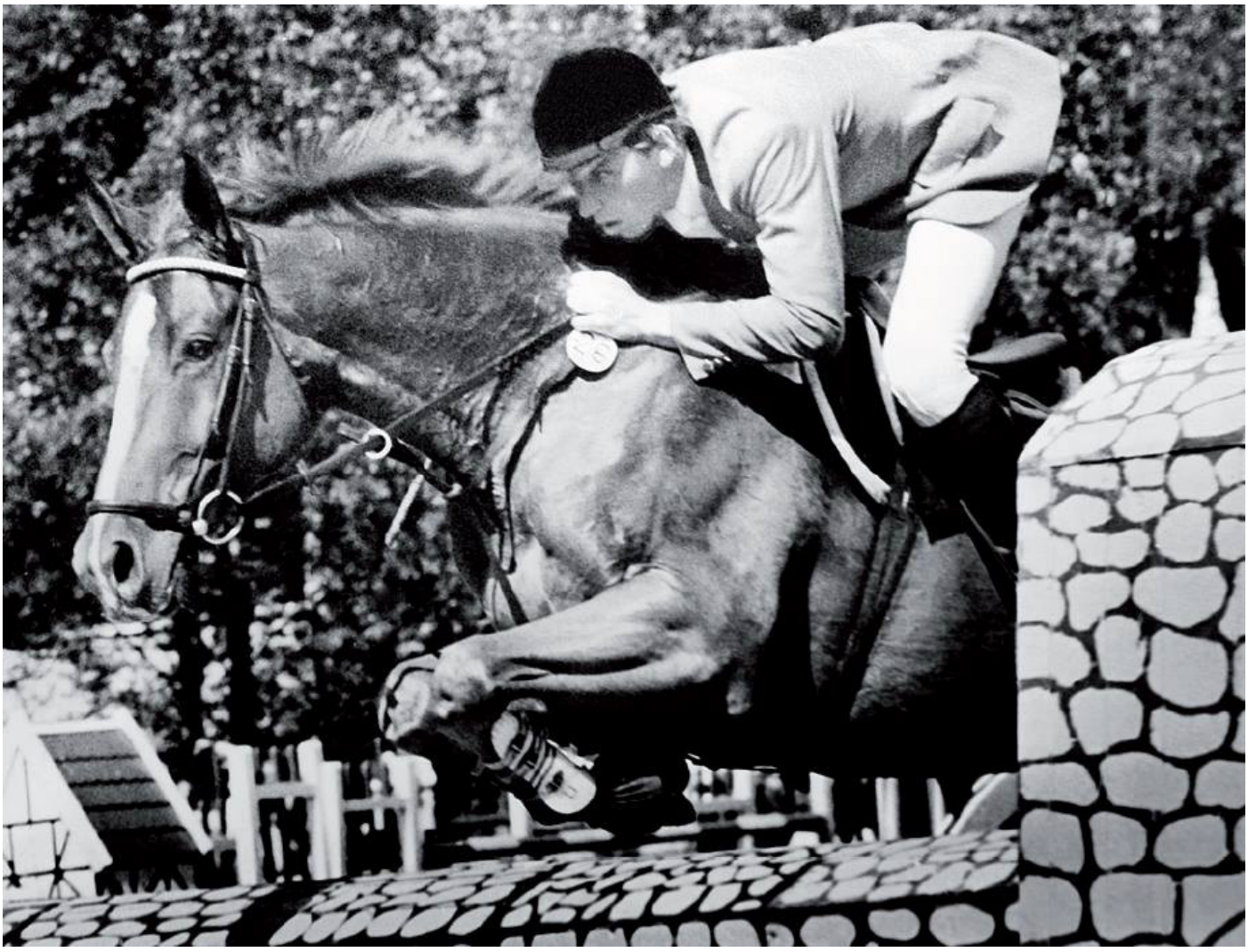
W tym okresie coraz bardziej popularne stawały się masowe biegi przełajowe

Andrzej Wroński (GLKS Morena Żukowo) – dwukrotny mistrz olimpijski w zapasach w stylu klasycznym



Joachim Halupczok (LKS Ziemia Opolska) – kolarz, srebrny medalista IO w Seulu (1988) w drużynie, mistrz świata amatorów z 1989 roku i w tym samym roku najlepszy sportowiec Polski w plebiscycie „PS"

Ryszard Podlas (Technik Pracze), lekkoatleta, srebrny medalista olimpijski w sztafecie 4x400 m (1976)



Janusz Bobik (LKS Dragon Nowielice) – jeden z najlepszych polskich jeźdźców z tego okresu