

POLSKI ZWIĄZEK

PODNOŻENIA CIĘŻARÓW  
01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34  
NIP 118-04-77-269

Juniorki 20 lat i młodzież 23 lata

Pieczęć PZS PZPC

Grupa szkoleniowa

Symbol

## PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

### I PROGRAM

|             |                        |
|-------------|------------------------|
| COS Giżycko | 12-25.08. 2018 r       |
| Ośrodek     | Przyjęto do realizacji |

### Ustalenia organizacyjne:

|      | Termin           | Ilość dni | Liczba osób | W tym zawod. | Rozpoczęcie |       | Ilość posiłków I dnia |         |          |
|------|------------------|-----------|-------------|--------------|-------------|-------|-----------------------|---------|----------|
|      |                  |           |             |              | Dzień       | Godz. | Śniadań               | Obiadów | Kolacji  |
| Plan | 12.08-26.08.2018 | 14        | 17          | 15           | 12.08       | 16.00 |                       | -       | standard |

### Ustalenia finansowe:

|            | Stawka     |  | Leki |      | Telefony | KO |  |  |
|------------|------------|--|------|------|----------|----|--|--|
|            |            |  | COS  | Inne |          |    |  |  |
| Plan       | 140/145 zł |  |      |      |          |    |  |  |
| Realizacja |            |  |      |      |          |    |  |  |

### Kierownictwo i osoby współpracujące:

| Lp | Funkcja            | Nazwisko i imię | PLAN     |        |         | REALIZACJA |        |         | Uwagi |
|----|--------------------|-----------------|----------|--------|---------|------------|--------|---------|-------|
|    |                    |                 | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | Przyjazd   | Wyjazd | Il. dni |       |
| 1. | Sachmaciński Marek | Trener          | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |       |
| 2. | Mazur Jacek        | Trener          | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         |       |
| 3. |                    |                 |          |        |         |            |        |         |       |

### Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

| Lp | Funkcja             | Nazwisko i imię      | PLA4     |        |         | REALIZACJA |        |         | Uwagi        |
|----|---------------------|----------------------|----------|--------|---------|------------|--------|---------|--------------|
|    |                     |                      | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | Przyjazd   | Wyjazd | Il. dni |              |
| 1. | Kierownik szkolenia | Bogusław Maliszewski | Do ust.  |        |         |            |        |         | do ustalenia |
| 2. |                     |                      |          |        |         |            |        |         |              |

**Uwagi : Przypominamy, że pobyt na zgrupowaniu każdej osoby nie umieszczonej w programie zgrupowania wymaga zgody Działu Szkolenia PZPC. Koszty związane z pobytem osób nie zostaną przez nas rozliczone.**

Dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki



**Ministerstwo  
Sportu i Turystyki**

**Ustalenia inne:**

|                | OSOBY                         | POTRZEBY  | REALIZACJA |
|----------------|-------------------------------|---|------------|
| Przyjazdy      | 16 osób                       | Pociąg II kl pośpieszny                             | PZPC       |
|                | Sachmaciński Marek            | Ryczałt na samochód Kołaczków - Giżycko - Kołaczków | PZPC       |
|                |                               |   |            |
| Umowy zlecenia | Sachmaciński Marek            | 14 dni x  | PZPC       |
|                | Mazur Jacek                   | 11 dni x  | PZPC       |
|                |                               |   |            |
| Zakwaterowanie | COS Giżycko                   |   |            |
| Żywnienie      | COS Giżycko<br>Woda mineralna |   |            |

**Potrzeby szkoleniowe:**

|                  | POTRZEBY   | ZABEZPIECZENIE |
|------------------|--|----------------|
| Obiekty          | Sala treningowa , sala do gier, gabinety odnowy, stadion, sprzęt pływający ,łódzie, kajaki (asekuracja paliwo) | COS Giżycko    |
| Pomoce szkolenia | Sala konferencyjna   | COS Giżycko    |
| Sprzęt           | Sztangi komplet, stojaki, sprzęt kulturystyczny, piłki lekarskie, płotki ,itp.;                                | COS Giżycko    |
| Godziny treningu | Codziennie ;<br>Godzina 10.30-13.00 i 16.00-18.30  |                |

Warszawa 03.08. 2018 r  
 (Miejscowość, data)

KIEROWNIK WYSZKOLENIA  
 Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*mgr Bogusław Maliszewski*

**PROGRAM ZGRUPOWANIA  
 ZAWODNICZY**

|  |   |                    |                      |
|--|---|--------------------|----------------------|
| <b>Polski Związek<br/>Podnoszenia Ciężarów</b> | <b>Juniorki 20 lat<br/>Młodzież 23 lata</b> | <b>COS Giżycko</b> | <b>12-25.08.2018</b> |
| PZS  | Grupa szkoleniowa                           | Ośrodek            | Termin               |

| Lp             | Nazwisko i imię<br>Klub                                | PLAN     |        |         | REALIZACJA |        |         | Finans. z programu |
|----------------|--|----------|--------|---------|------------|--------|---------|--------------------|
|                |  | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | Przyjazd   | Wyjazd | Il. dni |                    |
| 1.             | <b>Uziak Elżbieta</b><br>WLKS Siedlce Nowe Iganie      | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 2.             | <b>Oleśkiewicz Sylwia</b><br>LKS Omega Kleszczów       | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 3.             | <b>Karolak Magdalena</b><br>LKS Omega Kleszczów        | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 4.             | <b>Rutkowska Paulina</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów     | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 5.             | <b>Rutkowska Milena</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów      | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 6.             | <b>Barzak Wiktoria</b><br>GKSAndaluzja Piekary Śląskie | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 7.             | <b>Kołtowska Patrycja</b><br>LKS Polwica Wierzbo       | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 8.             | <b>Janiak Julia</b><br>MKS Unia Hrubieszów             | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 20 lat             |
| 9.             | <b>Kożuchowska Marta</b><br>AKS Myślibórz              | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         | 20 lat             |
| 10.            | <b>Kudłaszyk Paulina</b><br>LKS Budowlani Nowy Tomyśl  | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 23 lata            |
| 11.            | <b>Kuczmaszewska Agnieszka</b><br>KS Agros Zamość      | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 23 lata            |
| 12.            | <b>Rok Agata</b><br>SKS Feniks Siedlce                 | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         | 23 lata            |
| 13.            | <b>Czop Ewelina</b><br>KS Agros Zamość                 | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         | 23 lata            |
| 14.            | <b>Flak Diana</b><br>MKS Unia Hrubieszów               | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 23 lata            |
| 15.            | <b>Majewska Zuzanna</b><br>MKS Wisła Puławy            | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         | 23 lata            |
| <b>REZERWA</b> |  |          |        |         |            |        |         |                    |
|                | <b>Brzostek Karolina</b><br>UOLKA Ostrów Mazowiecka    |          |        |         |            |        |         | 20 lat             |
|                |  |          |        |         |            |        |         |                    |

Warszawa 01.08.2018  
 (Miejscowość, data)

KIEROWNIK WYSZKOŁENIA  
 Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*mgr Bogusław Maliszewski*

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów  
ul. Marymoncka 34  
01-813 Warszawa

POLSKI ZWIĄZEK  
PODNOSENIA CIĘŻARÓW  
01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34  
NIP 118-04-77-269

### Lista obecności na zgrupowaniu kadry narodowej

|         |   |                |        |
|---------|---|----------------|--------|
| Kadra:  | Juniorki 20 lat-Młodzież 23 lata                                |                |        |
| Miejsce | COS Giżycko   |                |        |
| Termin: | 12-25.08.2018   |                |        |
| Lp.     | <b>Nazwisko i imię</b> (kadra trenerska i osoby współpracujące) | Podpis         |        |
| 1.      | Sachmaciński Marek  |                |        |
| 2.      | Mazur Jacek   |                |        |
| 3.      |   |                |        |
| Lp.     | <b>Nazwisko i imię - Klub</b><br>(alfabetycznie)                | Data urodzenia | Podpis |
| 1.      | <b>Uziak Elżbieta</b><br>WLKS Siedlce Nowe Iganie               |                |        |
| 2.      | <b>Oleśkiewicz Sylwia</b><br>LKS Omega Kleszczów                |                |        |
| 3.      | <b>Karolak Magdalena</b><br>LKS Omega Kleszczów                 |                |        |
| 4.      | <b>Rutkowska Paulina</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów              |                |        |
| 5.      | <b>Rutkowska Milena</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów               |                |        |
| 6.      | <b>Barzak Wiktoria</b><br>GKSAndaluzja Piekary Śląskie          |                |        |
| 7.      | <b>Kołtowska Patrycja</b><br>LKS Polwica Wierzbno               |                |        |
| 8.      | <b>Janiak Julia</b><br>MKS Unia Hrubieszów                      |                |        |
| 9.      | <b>Kożuchowska Marta</b><br>AKS Myślibórz                       |                |        |
| 10.     | <b>Kudłaszyk Paulina</b><br>LKS Budowlani Nowy Tomyśl           |                |        |
| 11.     | <b>Kuczmaszewska Agnieszka</b><br>KS Agros Zamość               |                |        |
| 12.     | <b>Rok Agata</b><br>SKS Feniks Siedlce                          |                |        |
| 13.     | <b>Czop Ewelina</b><br>KS Agros Zamość                          |                |        |
| 14.     | <b>Flak Diana</b><br>MKS Unia Hrubieszów                        |                |        |
| 15.     | <b>Majewska Zuzanna</b><br>MKS Wisła Puławy                     |                |        |

KIEROWNIK WYSZKOLENIA  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*mgr Bogusław Maliszewski*

|   |                                  |        |
|---|----------------------------------|--------|
| POLSKI ZWIĄZEK<br>PODNOSZENIA CIĘŻARÓW<br>01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34<br>NIP 118-04-77-269<br>Pieczęć PZS PZPC | Juniorzy 20 lat-Młodzież 23 lata |        |
|   | Grupa szkoleniowa                | Symbol |

## PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

### I PROGRAM

|             |                        |
|-------------|------------------------|
| COS Giżycko | 12-25.08. 2018 r       |
| Ośrodek     | Przyjęto do realizacji |

#### Ustalenia organizacyjne:

|      | Termin         | Ilość dni | Liczba osób | W tym zawod. | Rozpoczęcie |       | Ilość posiłków I dnia |         |          |
|------|----------------|-----------|-------------|--------------|-------------|-------|-----------------------|---------|----------|
|      |                |           |             |              | Dzień       | Godz. | Śniadań               | Obiadów | Kolacji  |
| Plan | 12-25.08.2018r | 13        | 16          | 14           |             |       |                       | -       | standard |
|      |                |           |             |              |             |       |                       |         |          |

#### Ustalenia finansowe:

|            | Stawka     |  |  | Leki |      | Telefony | KO |  |  |
|------------|------------|--|--|------|------|----------|----|--|--|
|            |            |  |  | COS  | Inne |          |    |  |  |
| Plan       | 140/145 zł |  |  |      |      |          |    |  |  |
| Realizacja |            |  |  |      |      |          |    |  |  |

#### Kierownictwo i osoby współpracujące:

| Lp | Funkcja | Nazwisko i imię   | PLAN     |        |         | REALIZACJA |        |         | Uwagi |
|----|---------|-------------------|----------|--------|---------|------------|--------|---------|-------|
|    |         |                   | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | Przyjazd   | Wyjazd | Il. dni |       |
| 1. | Trener  | Faraś Zdzisław    | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         |       |
| 2. | Trener  | Chlebosz Mirosław | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |       |
| 3. |         |                   |          |        |         |            |        |         |       |

#### Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

| Lp | Funkcja             | Nazwisko i imię      | PLAN        |             |         | REALIZACJA |        |         | Uwagi                            |
|----|---------------------|----------------------|-------------|-------------|---------|------------|--------|---------|----------------------------------|
|    |                     |                      | Przyjazd    | Wyjazd      | Il. dni | Przyjazd   | Wyjazd | Il. dni |                                  |
| 1. | Kierownik szkolenia | Bogusław Maliszewski | 15.08. 2018 | 23.08. 2018 |         |            |        |         | Od obiadu 15.08 do obiadu 23.08. |
| 2. |                     |                      |             |             |         |            |        |         |                                  |

**Uwagi : Przypominamy, że pobyt na zgrupowaniu każdej osoby nie umieszczonej w programie zgrupowania wymaga zgody Działu Szkolenia PZPC. Koszty związane z pobytem osób nie zostaną przez nas rozliczone.**

Dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki



**Ministerstwo  
Sportu i Turystyki**

**Ustalenia inne:**

|                | OSOBY                         | POTRZEBY  | REALIZACJA |
|----------------|-------------------------------|---|------------|
| Przyjazdy      | Faraś Zdzisław                | Ryczałt samochodowy na trasie Warszawa – Giżycko - Warszawa | PZPC       |
|                | 15 osób                       | II klasa pośpieszny, lub bilety                             | PZPC       |
|                |                               |   |            |
| Umowy zlecenia | Faraś Zdzisław                | 12 dni x  | PZPC       |
|                | Chlebosz Mirosław             | 14 dni x  | PZPC       |
|                |                               |   |            |
| Zakwaterowanie | COS Giżycko                   |   |            |
| Żywnienie      | COS Giżycko<br>Woda mineralna |   |            |

**Potrzeby szkoleniowe:**

|                  | POTRZEBY  | ZABEZPIECZENIE |
|------------------|---|----------------|
| Obiekty          | Sala treningowa z pomostami, odnowa biologiczna, sala do gier, stadion, sprzęt pływający-łódzie, kajaki (asekuracja paliwo) | COS Giżycko    |
| Pomoce szkolenia | Sala konferencyjna  | COS Giżycko    |
| Sprzęt           | Sztangi, stojaki, magnezja, płotki, piłki lekarskie, materace, ławeczki itp   | COS Giżycko    |
| Godziny treningu | 11:00- 13:00 i 16:30-18:30  |                |

Warszawa 03.08.2018r  
 (Miejscowość, data)

KIEROWNIK WYSZKOLENIA  
 Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*mgr Bogusław Maliszewski*

**ZAWODNICY /uczestnicy/**

|  |                            |                |                       |
|--|----------------------------|----------------|-----------------------|
| <b>Polski Związek<br/>Podnoszenia Ciężarów</b> | <b>Młodzież 20-23 lata</b> | <b>Giżycko</b> | <b>12-25.08.2018r</b> |
| PZS  | Grupa szkoleniowa          | Ośrodek        | Termin                |

| Lp             | Nazwisko i imię<br>Klub                             | PLAN     |        |         | REALIZACJA |        |         | Finans. z programu |
|----------------|---|----------|--------|---------|------------|--------|---------|--------------------|
|                |   | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | Przyjazd   | Wyjazd | Il. dni |                    |
| 1.             | <b>Węgrzyn Jakub</b><br>MKS Wisła Puławy            | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 2.             | <b>Izdebski Marcin</b><br>ŁKS Orleża Łuków          | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         |                    |
| 3.             | <b>Skulimowski Mateusz</b><br>KS Budowlani Opole    | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 4.             | <b>Kudłaszyk Piotr</b><br>LKS Budowlani Nowy Tomyśl | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 5.             | <b>Poniatowski Radosław</b><br>MKS Wisła Puławy     | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         |                    |
| 6.             | <b>Bęben Patryk</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów       | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 7.             | <b>Goljasz Daniel</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów     | 12.08    | 23.08  | 11      |            |        |         |                    |
| 8.             | <b>Michalski Jakub</b><br>KPC Górnik Polkowice      | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 9.             | <b>Różański Dariusz</b><br>KS Budowlani Opole       | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 10.            | <b>Barth Bartłomiej</b><br>KS Budowlani Opole       | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 11.            | <b>Nowak Michał</b><br>OKS Start Otwock             | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 12.            | <b>Szmeja Paweł</b><br>KS Narew Pułtusk             | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 13.            | <b>Głyżewski Łukasz</b><br>MKS Atleta Gdańsk        | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 14.            | <b>Stasik Martin</b><br>LKS Budowlani Nowy Tomyśl   | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| <b>REZERWA</b> |   |          |        |         |            |        |         |                    |
| 1.             | Zieliński Jakub-Maks Tytan<br>Oława                 | 12.08    | 25.08  | 13      |            |        |         |                    |
| 2.             |   |          |        |         |            |        |         |                    |

(Miejscowość, data)  
 Warszawa 03.08.2018r

KIEROWNIK WYSZKOLENIA  
 Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*mgr Bogusław Maliszewski*

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów  
ul. Marymoncka 34  
01-813 Warszawa

POLSKI ZWIĄZEK  
PODNOSZENIA CIĘŻARÓW  
01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34  
NIP 118-04-77-269

### Lista obecności na zgrupowaniu kadry narodowej

|         |   |                |        |
|---------|---|----------------|--------|
| Kadra:  | Juniorzy 20 lat- Młodzież 23 lata                               |                |        |
| Miejsce | Giżycko   |                |        |
| Termin: | 12-25.08.2018r  |                |        |
| Lp.     | <b>Nazwisko i imię</b> (kadra trenerska i osoby współpracujące) | Podpis         |        |
| 1.      | Faraś Zdzisław  |                |        |
| 2.      | Chlebosz Mirosław   |                |        |
| 3.      | Maliszewski Bogusław  |                |        |
| Lp.     | <b>Nazwisko i imię - Klub</b><br>(alfabetycznie)                | Data urodzenia | Podpis |
| 1.      | <b>Węgrzyn Jakub</b><br>MKS Wisła Puławy                        |                |        |
| 2.      | <b>Izdebski Marcin</b><br>ŁKS Orleża Łuków                      |                |        |
| 3.      | <b>Skulimowski Mateusz</b><br>KS Budowlani Opole                |                |        |
| 4.      | <b>Kudłaszyk Piotr</b><br>LKS Budowlani Nowy Tomyśl             |                |        |
| 5.      | <b>Poniatowski Radosław</b><br>MKS Wisła Puławy                 |                |        |
| 6.      | <b>Bęben Patryk</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów                   |                |        |
| 7.      | <b>Goljasz Daniel</b><br>CLKS Mazovia Ciechanów                 |                |        |
| 8.      | <b>Michalski Jakub</b><br>KPC Górnik Polkowice                  |                |        |
| 9.      | <b>Różański Dariusz</b><br>KS Budowlani Opole                   |                |        |
| 10.     | <b>Barth Bartłomiej</b><br>KS Budowlani Opole                   |                |        |
| 11.     | <b>Nowak Michał</b><br>OKS Start Otwock                         |                |        |
| 12.     | <b>Szmeja Paweł</b><br>KS Narew Pułtusk                         |                |        |
| 13.     | <b>Głyżewski Łukasz</b><br>MKS Atleta Gdańsk                    |                |        |
| 14.     | <b>Stasik Martin</b><br>LKS Budowlani Nowy Tomyśl               |                |        |
| 15.     |   |                |        |

KIEROWNIK WYSZKOLENIA  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*mgr Bogusław Maliszewski*