

POLSKI ZWIĄZEK PODNOSZENIA CIĘŻARÓW 01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34 NIP 118-04-77-269		Seniorki	
Pieczęć PZS PZPC		Grupa szkoleniowa	Symbol

PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

I PROGRAM

COS Zakopane	03-16.02.2019
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	03-16.02.2019	13	11	8	03.02	18:00	-	-	Standard

Ustalenia finansowe:

	Stawka		Leki		Telefony	KO		
			COS	Inne				
Plan	150							
Realizacja								

Kierownictwo i osoby współpracujące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. Dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Trener główny	Czerniak Antoni	03.02	16.02	13				
2.	Trener asystent	Sachmaciński Marek	03.02	16.02	13				
3.	Fizjoterapeuta	Paliświat Mariusz	03.02	16.02	13				

Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. Dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Lekarz	Krochmalski Marek							Do ustalenia
2.	p.o. Kierownik wyszkolenia	Stępniać Monika							Do ustalenia

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.

Ustalenia inne:

	OSOBY	POTRZEBY	REALIZACJA
Przyjazdy	8 zawodniczek, asystent trenera i fizjoterapeuta	Przejazdy: bilety w/g taryfy II klasa PKP na zgrupowanie.	PZPC
	Trener główny	Ryczałt samochodowy na trasie Hrubieszów – Zakopane – Hrubieszów	PZPC
Umowy zlecenia	Czerniak Antoni	14 dni	
	Sachmaciński Marek	14 dni	
	Paliświat Mariusz	14 dni	
Zakwaterowanie	COS Zakopane		
Żywnienie	COS Zakopane Woda mineralna Dieta dla zawodniczek		

Potrzeby szkoleniowe:

	POTRZEBY	ZABEZPIECZENIE
Obiekty	Siłownia duża, hala sportowa, odnowa biologiczna, pływalnia. Kroi-kabina	COS Zakopane
Pomoc szkolenia	Sala konferencyjna	COS Zakopane
Sprzęt	Sztangi, obciążenia, materace, płotki, piłki lekarskie.	COS Zakopane
Godziny treningu	Godz.: 10:30 – 13:00 Godz.: 16:30 – 19:00	COS Zakopane

Warszawa 20.01.2019
(Miejscowość, data)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów
Stępniać Monika
p.o (Kierownik Wyszkożenia)
Monika Stępniać

Pikuła Halina Danuta Utnicka
Sekretarz PZS (Księgowa PZPC)

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Halina Pikuła
Halina Pikuła

GŁÓWNA KSIĘGOWA

Danuta Utnicka
Danuta Utnicka

**PROGRAM ZGRUPOWANIA/KONSULTACJI
ZAWODNICZY /uczestnicy/**

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów	Seniorki	COS Zakopane	03-16.02.2019
PZS	Grupa szkoleniowa	Ośrodek	Termin

Lp	Nazwisko i imię Klub	PLAN			REALIZACJA			Finans. z programu
		Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. Dni	
1.	Lochowska Joanna UKS Zielona Góra	03.02	12.02	9				PZPC
2.	Mierzejewska Aleksandra SSA Legia 1926 Warszawa	03.02	12.02	9				PZPC
3.	Wiór Jolanta GKS Andaluzyja Piekary Śl.	03.02	16.02	13				PZPC
4.	Kaczmarczyk Kinga MAKS Tytan Oława	03.02	16.02	13				PZPC
5.	Zacharek Agnieszka CWZS Zawisza Bydgoszcz	03.02	16.02	13				PZPC
6.	Kudłaszyk Paulina LKS Całus Budowlani Nowy T.	03.02	16.02	13				PZPC
7.	Rutkowska Paulina CLKS Mazovia Ciechanów	03.02	16.02	13				PZPC
8.	Rutkowska Milena CLKS Mazovia Ciechanów	03.02	16.02	13				PZPC
Rez.	Grochowska Patrycja KS Klimat Łapy							

Warszawa 20.02.2019

(Miejscowość, data)

Czerniak Antoni

(Trener kadry)

Danuta Utnicka
(Księgowa)

Stępniać Monika

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępniać

Pikuła Halina

(Sekretarz PZS)

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Halina Pikuła

GŁÓWNA KSIĘGOWA

Danuta Utnicka

II. SPRAWOZDANIE ZE ZGRUPOWANIA

Kadra:	Seniorki
Miejsce zgrupowania:	COS Zakopane
Termin zgrupowania:	03-16-.02.2019

Cele szkoleniowe zgrupowania / konsultacji:

Przebieg zgrupowania / konsultacji:

Realizacja przyjętych planów szkoleniowych:

Inne wnioski:

Sprawozdanie

(Miejscowość, data)

(Trener Kadry)

(Kierownik Wyszkozenia)

Wykaz badań lekarskich zawodniczek obecnych na zgrupowaniu

Kadra:	Seniorki
Miejsce zgrupowania:	COS Zakopane
Termin zgrupowania:	03-16.02.2019

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Kaczmarczyk Kinga	17.07.2019
2.	Łochowska Joanna	17.07.2019
3.	Mierzejewska Aleksandra	10.07.2019
4.	Wiór Jolanta	17.07.2019
5.	Zacharek Agnieszka	17.07.2019
6.	Kudłaszyk Paulina	12.03.2019
7.	Rutkowska Paulina	13.06.2019
8.	Rutkowska Milena	13.06.2019

Warszawa 20.01.2019

(Miejscowość, data)

Czerniak Antoni

(Trener)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępnik



Ministerstwo Sportu i Turystyki

Związek Podnoszenia Ciężarów
ul. Marymoncka 34
01-813 Warszawa

Lista obecności na zgrupowaniu kadry narodowej

Kadra:	Seniorki		
Miejsce	COS Zakopane		
Termin:	03-16.02.2016		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska)	Podpis	
1.	Czerniak Antoni		
2.	Sachmaciński Marek		
3.	Paliświat Mariusz		
Lp.	Nazwisko i imię – Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Kaczmarczyk Kinga MAKS Tytan Oława	10.07.1997	
2.	Łochowska Joanna UKS Zielona Góra	17.11.1988	
3.	Mierzejewska Aleksandra SSA Legia 1926 Warszawa	05.03.1992	
4.	Wiór Jolanta GKS Andalużja Piekary Śl.	22.09.1995	
5.	Zacharek Agnieszka CWZS Zawisza Bydgoszcz	21.08.1992	
6.	Kudłaszyk Paulina LKS Całus Budowlani Nowy T.	24.10.1997	
7.	Rutkowska Paulina CLKS Mazovia Ciechanów	04.01.2001	
8.	Rutkowska Milena CLKS Mazovia Ciechanów	04.01.2001	

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępnisk