

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

| | | |
|------------------|-------------------|--------|
| | Seniorzy | |
| Pieczęć PZS PZPC | Grupa szkoleniowa | Symbol |

PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

I PROGRAM

| | |
|---------|------------------------|
| Spała | |
| 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 | | | | - | 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 kadry | Choroś Mirosław | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | |
| 2. | Asystent trenera | Lampe Marcin | 03.02 | 09.02 | 6 | | | | |
| 3. | Tr. Odn. Biol. | Grubiak Michał | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | |
| 4. | | | | | | | | | |

Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

| Lp | Funkcja | Nazwisko i imię | PLAN | | | REALIZACJA | | | Uwagi |
|----|-----------------|-------------------|----------|--------|---------|------------|--------|---------|-------|
| | | | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | |
| 1. | Lekarz | Krochmalcki Marek | Do ust. | | | | | | |
| 2. | Prezes PZPC | Jędra Mariusz | Do ust. | | | | | | |
| 3. | Dział Szkolenia | Stępniać Monika | Do ust. | | | | | | |

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.

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
 Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępniać

Ustalenia inne:

| | OSOBY | POTRZEBY | REALIZACJA |
|----------------|--|--|------------|
| Przyjazdy | 8 zawodników, fizjoterapeuta i trener asystent | Przejazdy: bilety wg taryfy II klasa PKP na zgrupowanie | PZPC |
| | Trener główny | Ryczałt samochodowy na trasie Ciechanów-Spała- Ciechanów | PZPC |
| | | | |
| Umowy zlecenia | Choroś Mirosław | 14 dni | PZPC |
| | Lampe Marcin | 7 dni (faktura) | PZPC |
| | Grubiak Michał | 14 dni | PZPC |
| | | | |
| Zakwaterowanie | COS Spała | | |
| Żywnienie | COS Spała Woda mineralna | | |

Potrzeby szkoleniowe:

| | POTRZEBY | ZABEZPIECZENIE |
|------------------|---|----------------|
| Obiekty | Sala treningowa z pomostami, odnowa biologiczna, sala do gier, basen, stadion | COS Spała |
| Pomoce szkolenia | Sala konferencyjna | COS Spała |
| Sprzęt | Sztangi, stojaki, magnezja, płotki, piłki lekarskie, materace, ławeczki itp | COS Spała |
| Godziny treningu | 10:00- 13:00 i 16:00-19:00 | |

Warszawa 22.01.2019r
(Miejscowość, data)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępniaik

PROGRAM ZGRUPOWANIA/KONSULTACJI
ZAWODNICY /uczestnicy/

| | | | |
|--|-------------------|--------------|-----------------------|
| Polski Związek Podnoszenia Ciężarów | Seniorzy | Spała | 03-16.02.2019r |
| PZS | Grupa szkoleniowa | Ośrodek | Termin |

| Lp | Nazwisko i imię Klub | PLAN | | | REALIZACJA | | | Finans. z programu |
|----------------|---|----------|---------|---------|------------|--------|---------|--------------------|
| | | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | Przyjazd | Wyjazd | Il. dni | |
| 1. | Stasik Martin-Budowlani Nowy Tomyśl | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 2. | Kozłowski Dominik- CWZS Zawisza Bydgoszcz | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 3. | Korneluk Przemysław- MGLKS Tarpan Mrocza | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 4. | Zwarycz Krzysztof- KS Budowlani Opole | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 5. | Kulik Paweł- KS Budowlani Opole | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 6. | Grela Łukasz- KS Budowlani Opole | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 7. | Michalski Arkadiusz- KS Budowlani Opole | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 8. | Kudłaszyk Piotr- Budowlani Nowy Tomyśl | 03.02 | 16.02 | 6 | | | | PZPC |
| 9. | Adamus Bartłomiej | Do ust. | Do ust. | | | | | PZPC |
| REZERWA | | | | | | | | |
| 1. | Szmeja Paweł- MKS Narew Pułtusk | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |
| 2. | Goljasz Daniel- CLKS Mazovia Ciechanów | 03.02 | 16.02 | 13 | | | | PZPC |

Zawodnik **Adamus Bartłomiej** będzie dojeżdżał na zgrupowanie konsultacyjne (tylko na trening) w zależności od możliwości w szkole. Informacja dotycząca zapewnienia wyżywienia dla zawodnika będzie zgłaszana mailowo według potrzeb.

(Miejscowość, data) Warszawa . 22.01.2019r

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępnia

GŁÓWNA KSIĘGOWA

Danuta *Urnicka*

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Halina Piękoła