

POLSKI ZWIĄZEK

PODNOSZENIA CIĘŻARÓW 01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 39 NIP 118-04-77-269	Kadra Narodowa i Olimpijska	
Pieczęć PZS PZPC	Grupa szkoleniowa	Symbol

**PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI**

**I PROGRAM**

Cos Władysławowo	24.02.-16.03.2019r
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	24.02.-16.03.2019	20	10	7	24.02.	19.00	-	-	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	Choroś Mirosław	24.02.	16.03.	20				
2.	Trener asystent	Owczarski Piotr	24.02.	16.03.	20				
3.	Fizjoterapeuta	Grubiak Michał	24.02.	16.03.	20				

**Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:**

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. Dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Prezes	Jędra Mariusz							Do ust.
2.	Lekarz	Krochmalcki Marek							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.

**Ustalenia inne:**

	OSOBY	POTRZEBY	REALIZACJA
Przejazdy	7 zawodników fizjoterapeuta i trener asystent	Przejazd wg. taryfy II klasa PKP na zgrupowanie	PZPC
	Trener główny	Ryczałt samochodowy na trasie Ciechanów – Władysławowo - Ciechanów	PZPC
Umowy zlecenia	Choroś Mirosław	21	
	Owczarski Piotr	21	
	Grubiak Michał	21	
Zakwaterowanie	COS Władysławowo		
Żywienie	COS Władysławowo Woda mineralna		

**Potrzeby szkoleniowe:**

	POTRZEBY	ZABEZPIECZENIE
Obiekty	Siłownia duża, hala sportowa, odnowa biologiczna, pływalnia. Krio-komora	COS Władysławowo
Pomoce szkolenia	Sala konferencyjna	COS Władysławowo
Sprzęt	Sztangi, obciążenia, materace, płotki, piłki lekarskie.	COS Władysławowo
Godziny treningu	Godz.: 11:00 – 13:00 Godz.: 16:00 – 18:00	COS Władysławowo

**Warszawa 08.02.2019**  
(Miejscowość, data)

**Stępiak Monika**  
pocz. (Kierownik Wyszkozenia)  
**SPECJALISTA ds. SZKOLENIA**  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*Monika Stępiak*

**Pikula Halina**  
(Sekretarz PZS)  
**SEKRETARZ GENERALNY**  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*Halina Pikula*

**GŁÓWNA KSIĘGOWA**  
*Danuta Utnicka*

**PROGRAM ZGRUPOWANIA/KONSULTACJI  
ZAWODNICY /uczestnicy/**

<b>Polski Związek Podnoszenia Ciężarów</b>	<b>Kadra Narodowa i Olimpijska</b>	<b>Cos Władysławowo</b>	<b>24.02.-16.03.</b>
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	03.03.	16.03.	13				
2.	Zwarycz Krzysztof - KS Budowlani Opole	24.02.	16.03.	20				
3.	Kłós Kacper – MGLKS Tarpan Mroczka	24.02.	16.03.	20				
4.	Kulik Paweł - KS Budowlani Opole	24.02.	16.03.	20				
5.	Grela Łukasz - KS Budowlani Opole	24.02.	16.03.	20				
6.	Szmeja Paweł – MKS Narew Pułtusk	24.02. 10.03.	28.02. 16.03	10				
7.	Arkadiusz Michalski - KS Budowlani Opole	24.02.	16.03.	20				

08.02.2019

(Miejscowość, data)

**Danuta Utnicka**  
Księgowa PZPC

**Choroś Mirosław**

(Trener kadry)

**SPECJALISTA ds. SZKOLENIA**  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

po. (Kierownik Wyszkożenia)

**Monika Stepniak**

**SEKRETARZ GENERALNY**  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów  
(Sekretarz PZS)

**Halina Pikuta**

**GŁÓWNA KSIĘGOWA**

**Danuta Utnicka**

**Wykaz badań lekarskich zawodników obecnych na zgrupowaniu**

Kadra:	<b>Kadra Seniorów</b>
Miejsce zgrupowania:	<b>COS Władysławowo</b>
Termin zgrupowania:	<b>24.02.-16.03.2019r</b>

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Stasik Martin - Budowlani Nowy Tomyśl	
2.	Zwarycz Krzysztof - KS Budowlani Opole	
3.	Kłos Kacper – MGLKS Tarpan Mrocza	
4.	Kulik Paweł - KS Budowlani Opole	
5.	Grela Łukasz - KS Budowlani Opole	<b>31.07.2019</b>
6.	Szmeja Paweł – MKS Narew Pułtusk	
7.	Arkadiusz Michalski - KS Budowlani Opole	

Warszawa 11.02.2019r

(Miejscowość, data)

Mirosław Choroś

(Trener)



## Ministerstwo Sportu i Turystyki

Związek Podnoszenia Ciężarów  
ul. Marymoncka 34  
01-813 Warszawa

### Lista obecności na zgrupowaniu kadry narodowej

Kadra:	Seniorzy		
Miejsce	Władysławowo		
Termin:	24.02-16..03.2019r		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska i osoby współpracujące)	Podpis	
1.	Choroś Mirosław		
2.	Owczarski Piotr		
3.	Grubiak Michał		
Lp.	Nazwisko i imię - Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Stasik Martin	2001	
2.	Zwarycz Krzysztof	1990	
3.	Kłós Kacper	1998	
4.	Kuli Paweł	1996	
5.	Grela Łukasz	1986	
6.	Szmeja Paweł	1999	
7.	Michalski Arkadiusz	1990	