

POLSKI ZWIĄZEK PODNOSZENIA CIĘŻARÓW 01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34 NIP 118-04-77-269 Pieczęć PZS PZPC	Juniorki U-20	
	Grupa szkoleniowa	Symbol

PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

I PROGRAM

COS 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	08.05-27.05.2019	19	5	3	08.05	16.00		-	standard

Ustalenia finansowe:

	Stawka			Leki		Telefony	KO		
				COS	Inne				
Plan	140								
Realizacja									

Kierownictwo i osoby współpracujące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Trener	Mazur Jacek	08.05	27.05	19				
2.	Trener	Nasiłowski Zbigniew	08.05	27.05	19				

Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Prezes PZPC	Jędra Mariusz	Do ust.						do ustalenia
2.	Dział Szkolenia	Stępniać Monika	Do ust.						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.

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępniać

Ustalenia inne:

	OSOBY	POTRZEBY	REALIZACJA
Przyjazdy	4 osób	Pociąg II kl pośpieszny	PZPC
	Mazur Jacek	Ryczałt na samochód Piekary Śląskie- Spała – Piekary Śląskie	PZPC
Umowy zlecenia	Mazur Jacek	20 dni	PZPC
	Nasiłowski Zbigniew	20 dni	PZPC
Zakwaterowanie	COS Spała		
Żywnienie	Stołówka COS Spała		

Potrzeby szkoleniowe:

	POTRZEBY	ZABEZPIECZENIE
Obiekty	Sala treningowa , sala do gier, gabinety odnowy	COS Spała
Pomoc szkolenia	Basen, Hala do gier	COS Spała
Sprzęt	Sztangi komp. stojaki, sprzęt kulturystyczny	COS Spała
Godziny treningu	Codziennie Godz. 10-12.30 i 16-18.30	

Piekary Śląskie 15.04.2019
(Miejscowość, data)

**PROGRAM ZGRUPOWANIA
ZAWODNICY /uczestnicy/**

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów	Juniorki U-20	COS Spała	08.05-27.05.2019
PZS	Grupa szkoleniowa	Ośrodek	Termin

Lp	Nazwisko i imię Klub	PLAN			REALIZACJA			Finans. z programu
		Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Oleśkiewicz Sylwia LKS Omega Kleszczów	08.05	27.05	19				PZPC
2.	Rutkowska Paulina Mazovia Ciechanów	08.05	27.05	19				PZPC
3.	Karolak Magdalena LKS Omega Kleszczów	08.05	27.05	19				PZPC

(Miejscowość, data)
Piekary Śląskie 15.04.2019

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępniań

Helena Pikula

Dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki



**Ministerstwo
Sportu i Turystyki**

Związek Podnoszenia Ciężarów
ul. Marymoncka 34
01-813 Warszawa

Lista obecności na zgrupowaniu kadry narodowej

Kadra:	Juniorki U20		
Miejsce	Spała		
Termin:	08.05-27.05.2019		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska)	Podpis	
1.	Mazur Jacek		
2.	Nasiłowski Zbigniew		
Lp.	Nazwisko i imię - Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Oleśkiewicz Sylwia LKS „Omega” Kleszczów	23.06.1999r.	
2.	Rutkowska Paulina CLKS „Mazovia” Ciechanów	04.01.2001r.	
3.	Karolak Magdalena LKS „Omega” Kleszczów	01.06.1999r.	

Wykaz badań lekarskich zawodniczek obecnych na zgrupowaniu

Kadra:	Juniorki U-20
Miejsce zgrupowania:	COS Spała
Termin zgrupowania:	

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Oleśkiewicz Sylwia	
2.	Rutkowska Paulina	
3.	Karolak Magdalena	
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		

(Miejscowość, data)

Piekary Śląskie 15.04.2019r.

(Trener)

Mazur JACEK