

POLSKI ZWIĄZEK PODNOSZENIA CIĘŻARÓW 01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34 NIP 118-077-57 Pieczęć PZS/PZPC	Kadra Narodowa i Olimpijska	
	Grupa szkoleniowa	Symbol

## PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

### I PROGRAM

Cos Giżycko	21.07-04.08.2019r
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	21.07 – 04.08.2019	14	8	6	21.07.	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	21.07	04.08	14				
2.	Fizjoterapeuta	Grubiak Michał	21.07	04.08	14				

#### 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								Do ust.
3.	Po. Kierownik Wyszkozenia	Monika Stępniać							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
Przejazdy	6 zawodników, fizjoterapeuta	Przejazdy: bilety wg taryfy II klasa PKP na zgrupowanie	PZPC
	Trener główny	Ryczałt samochodowy na trasie Ciechanów-Giżycko- Ciechanów	PZPC
Umowy zlecenia	Choroś Mirosław	15 dni	PZPC
	Grubiak Michał	15 dni	PZPC
Zakwaterowanie	COS Giżycko		
Żywienie	COS Giżycko Woda mineralna		

**Potrzeby szkoleniowe:**

	POTRZEBY	ZABEZPIECZENIE
Obiekty	Siłownia duża, hala sportowa, odnowa biologiczna, pływalnia. Kroi-komora	COS Giżycko
Pomoce szkolenia	Sala konferencyjna	COS Giżycko
Sprzęt	Sztangi, obciążenia, materace, płotki, piłki lekarskie, kajaki. 10 litrów paliwa na zabezpieczenie zajęć na wodzie.	COS Giżycko
Godziny treningu	Godz.: 10:30 – 13:00 Godz.: 16:30 – 18:30	COS Giżycko

**Warszawa 05.07.2019**  
(Miejscowość, data)

**SPECJALISTA ds. SZKOLENIA**  
**Stępnia Monika**  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów  
po. (Kierownik Wyszkożenia)

*Monika Stępnia*

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

*Halina Pikuła*

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

<b>Polski Związek Podnoszenia Ciężarów</b>	<b>Kadra Narodowa i Olimpijska</b>	<b>Cos Giżycko</b>	<b>21.07 – 04.08.</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.	Zwarycz Krzysztof - KS Budowlani Opole	21.07	04.08	14				
2.	Kulik Paweł - KS Budowlani Opole	21.07	04.08	14				
3.	Grela Łukasz - KS Budowlani Opole	21.07	04.08	14				
4.	Jakub Michalski – Górnik Polkowice	21.07	04.08	14				
5.	Arkadiusz Michalski - KS Budowlani Opole	21.07	04.08	14				
6.	Barth Bartłomiej – KS Budowlani Opole	21.07	04.08	14				

**08.07.2019**

(Miejscowość, data)

**Choroś Mirosław**

(Trener kadry)

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

po. (Kierownik Wyszczolenia)

**Monika Stępnia**

**Pikuła Halina**

(Sekretarz PZS)

**Danuta Utnicka**  
(Gł. Księgowa PZPC)

GLÓWNA KSIĘGOWA

Danuta Utnicka

SEKRETARZ GENERALNY  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Halina Pikuła

**Wykaz badań lekarskich zawodników obecnych na zgrupowaniu**

Kadra:	<b>Kadra Seniorów</b>
Miejsce zgrupowania:	<b>COS Giżycko</b>
Termin zgrupowania:	<b>21.07-04.08.2019r</b>

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Zwarycz Krzysztof	<b>07.08.2019r</b>
2.	Kulik Paweł	<b>07.08.2019r</b>
3.	Grela Łukasz	31.07.2019
4.	Jakub Michalski	NIE ZDOLNY
5.	Arkadiusz Michalski	<b>07.08.2019r</b>
6.	Barth Bartłomiej	umówiony jest na badania 11.07.2019

Warszawa 08.07.2019r

(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	Giżycko		
Termin:	21.07-04.08.2019r		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska i osoby współpracujące)	Podpis	
1.	Choroś Mirosław		
2.	Grubiak Michał		
Lp.	Nazwisko i imię - Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Zwarycz Krzysztof	1990	
2.	Kuli Paweł	1996	
3.	Grela Łukasz	1986	
4.	Michalski Jakub	1999	
5.	Michalski Arkadiusz	1990	
6.	Barth Bartłomiej	1996	

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*Monika Stępnia*