

POLSKI ZWIĄZEK WIOSELCZYNI I CIĘŻARÓW ul. Marymoncka 34 Pieczęć PZS, PZPC	Seniorki	
	Grupa szkoleniowa	Symbol

PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

I PROGRAM

COS Spała	01-13.09.2019
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	01-13.09.2019	12	4	3	13.09	17:00	-	-	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	Czeraniak Antoni	01.09	13.09	12				
2.	Trener asystent	Sachmaciński Marek	01.09	13.09	12				
3.	Fizjoterapeuta	Mrozińska Natalia	01.09	13.09	12				

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.	Po. Kierownik wyszkolenia	Stępniać Monika							Do ustalenia
3.	Prezes	Jędra Mariusz							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
Przejazdy	4 zawodniczki, asystent trenera i 1 fizjoterapeutów	Przejazdy: bilety w/g taryfy II klasa PKP na zgrupowanie.	PZPC
	Trener główny	Ryczałt samochodowy na trasie Warszawa – Spała – Warszawa	PZPC
Umowy zlecenia	Czerniak Antoni	13 dni	PZPC
	Sachmaciński Marek	13 dni	PZPC
	Mrozińska Natalia	13 dni	PZPC
Zakwaterowanie	COS Spała		
Żywienie	COS Spała Woda mineralna Dieta dla zawodniczek		

Potrzeby szkoleniowe:

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

Warszawa 21.08.2019
(Miejscowość, data)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Wspinaczki Sportowej
Stepniak Monika
(Kierownik Wyszczolenia)

Monika Stepniak

Pikuła Halina
(Sekretarz PZS)

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Wspinaczki Sportowej

Halina Pikuła

GŁÓWNA KSIĘGOWA
Danuta Utnicka
Danuta Utnicka

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

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów	Seniorki	COS Spała	01-18.09.2019
PZS	Grupa szkoleniowa	Ośrodek	Termin

Lp	Nazwisko i imię Klub	PLAN			REALIZACJA			Finans. z programu
		Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. Dni	
1.	Łochowska Joanna KS Budowlani Opole	01.08	13.08	12				PZPC
2.	Mierzejewska Aleksandra SSA Legia 1926 Warszawa	01.08	13.08	12				PZPC
3.	Wiór Jolanta GKS Andalużja Piekary Śl.	01.08	13.08	12				PZPC
4.	Kaczmarczk Kinga MAKS Tytan Oława	01.08	13.08	12				PZPC

Warszawa 21.08.2019

(Miejscowość, data)

Czerniak Antoni

(Trener kadry)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Stępnik Monika

(Kierownik Wyszkożenia)
Monika Stępnik

Pikuła Halina

(Sekretarz PZS)

GŁÓWNA KSIĘGOWA

Danuta Witek

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Halina Pikuła

Wykaz badań lekarskich zawodniczek obecnych na zgrupowaniu

Kadra:	Seniorki
Miejsce zgrupowania:	COS Spała
Termin zgrupowania:	01-13.09.2019

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Łochowska Joanna	16.01.2020
2.	Mierzejewska Aleksandra	10.01.2020
3.	Wiór Jolanta	25.01.2020
4.	Kaczmarczyk Kinga	01.02.2020

Warszawa 21.08.2020

(Miejscowość, data)

Czerniak Antoni

(Trener)

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:	Seniorki		
Miejsce	COS Spała		
Termin:	01-13.09.2019r.		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska)	Podpis	
1.	Czerniak Antoni		
2.	Sachmaciński Marek		
3.	Mrozińska Natalia		
Lp.	Nazwisko i imię – Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Łochowska Joanna UKS Zielona Góra	17.11.1988	
2.	Mierzejewska Aleksandra SSA Legia 1926 Warszawa	05.03.1992	
3.	Wiór Jolanta GKS Andalużja Piekary Śl.	22.09.1995	
4.	Kaczmarczyk Kinga MAKS Tytan Oława	10.07.1997	