

POLSKI ZWIĄZEK PODNOSZENIA CIĘŻARÓW ul. Marymoncka 34 Pieczęć PZS/PZPC	Kadra Narodowa i Olimpijska	
	Grupa szkoleniowa	Symbol

PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

I PROGRAM

Mazovia Ciechanów	12-18.09.2019
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	12 - 18.09.2019	19	8	5	25.08.	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	12.09	18.09	6				
2.	Trener	Siemion Krzysztof	12.09	18.09	6				
3.	Fizjoterapeuta	Grubiak Michał	12.09	18.09	6				

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.
3.	Dział szkolenia	Stępiak 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.

Ustalenia inne:

	OSOBY	POTRZEBY	REALIZACJA
Przejazdy	5 zawodników, fizjoterapeuta, trener asystent	Przejazdy: bilety wg taryfy II klasa PKP na zgrupowanie	PZPC
	Trener główny	Ryczałt samochodowy na trasie Ciechanów-Warszawa - Ciechanów	PZPC
Umowy zlecenia	Choroś Mirosław	6 dni	PZPC
	Grubiak Michał	6 dni	PZPC
	Siemion Krzysztof	6 dni	
Zakwaterowanie	Mazovia Ciechanów		
Żywnienie	Mazovia Ciechanów Woda mineralna		

Potrzeby szkoleniowe:

	POTRZEBY	ZABEZPIECZENIE
Obiekty	Siłownia duża, hala sportowa, odnowa biologiczna, pływalnia.	Mazovia Ciechanów
Pomoce szkolenia	Sala konferencyjna	Mazovia Ciechanów
Sprzęt	Sztangi, obciążenia, materace, płotki, piłki lekarskie.	Mazovia Ciechanów
Godziny treningu	Godz.: 10:30 – 13:00 Godz.: 16:30 – 18:30	Mazovia Ciechanów

Warszawa 05.09.2019
(Miejscowość, data)

Stępnik Monika
SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępnik

Pikuła Halina
(Sekretarz PZS)

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Halina Pikuła

GŁÓWNA KSIĘGOWA

Danuta Utnicka

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

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów	Kadra Narodowa i Olimpijska	Mazovia Ciechanów	12 – 18.09.
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	12.09	18.09	6				
2.	Kulik Paweł - KS Budowlani Opole	12.09	18.09	6				
3.	Grela Łukasz - KS Budowlani Opole	12.09	18.09	6				
4.	Arkadiusz Michalski - KS Budowlani Opole	12.09	18.09	6				

05.09.2019

(Miejscowość, data)

(Trener kadry)

Stępnia Monika
SPECJALISTKA SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów
po. (Kierownik Wyszkolenia)

Monika Stępnia

Pikuła Halina

(Sekretarz PZS)

SEKRETARZ GENERALNY
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

GŁÓWNA KSIĘGOWA

Danuta Gutnicka
Danuta Gutnicka

Halina Pikuła
Halina Pikuła

Wykaz badań lekarskich zawodników obecnych na zgrupowaniu

Kadra:	Kadra Seniorów
Miejsce zgrupowania:	Mazovia Ciechanów
Termin zgrupowania:	12 – 18. 09.2019r

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Zwarycz Krzysztof	09.02.2020 r.
2.	Kulik Paweł	09.02.2020 r.
3.	Grela Łukasz	09.02.2020 r.
4.	Arkadiusz Michalski	09.02.2020 r.

Warszawa 05.09.2019r

(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			
Termin:	12 - 18.09.2019r		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska i osoby współpracujące)	Podpis	
1.	Choroś Mirosław		
2.	Grubiak Michał		
3.	Siemion Krzysztof		
Lp.	Nazwisko i imię - Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Zwarycz Krzysztof	1990	
2.	Kuli Paweł	1996	
3.	Grela Łukasz	1986	
4.	Michalski Arkadiusz	1990	