

POLSKI ZWIĄZEK WODNOSZENIA CIĘŻARÓW 01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 3. NIP 118-04-77-269	Juniorzy U20 i U23	
Pieczęć PZS PZPC	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	19.01-01.02.2020	13	16	13	19.01				standard

### Ustalenia finansowe:

	Stawka			Leki		Telefony	KO		
				COS	Inne				
Plan	145								
Realizacja									

### Kierownictwo i osoby współpracujące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Trener Główny	Faraś Zdzisław	19.01	01.02	13				
2.	Trener Asystent	Chlebosz Mirosław	19.01	01.02	13				
3.	Fizjoterapeutka	Daniszewska Ewelina	19.01	01.02	13				

### 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							
2.	V-Prezes d/s szkoleniowych	Sacharuk Jarosław							
3.	P.O. Kierownika Wyszkozenia	Stępniać Monika							

**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
Przyjazdy	14 osób	Przejazd na zgrupowanie-PKP II klasa pociąg pośpieszny	PZPC
	Trener główny	Ryczałt samochodowy na trasie Warszawa-Spała- Warszawa	PZPC
Umowy zlecenia	Chlebosz Mirosław	14dni	PZPC
	Daniszewska Ewelina	14 dni	PZPC
Zakwaterowanie	COS Spała		
Żywnienie	COS Spała		

**Potrzeby szkoleniowe:**

	POTRZEBY	ZABEZPIECZENIE
Obiekty	Siłownia, hala sportowa, odnowa biologiczna	COS Spała
Pomoce szkolenia	Sala konferencyjna	COS Spała
Sprzęt	Sztangi, płotki, piłki lekarskie, materace	COS Spała
Godziny treningu	11:00-13:00 16:30- 18:30	COS Spała

Warszawa 07.01.2020  
(Miejscowość, data)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępniaś

SEKRETARZ GŁÓWNY  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów  
Ewelina Piłkuła

**PROGRAM ZGRUPOWANIA  
ZAWODNICY /uczestnicy/**

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów	<b>Juniorzy U20 i U23</b>	<b>Spała</b>	<b>19.01-01.02.2020</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.	Urban Kacper <b>KS Budowlani Opole</b>	19.01	01.02	13				U20
2.	Bęben Patryk <b>CLKS Mazovia Ciechanów</b>	19.01	01.02	13				U20
3.	Poniatowski Radosław <b>KS Wisła Puławy</b>	19.01	01.02	13				U20
4.	Zieliński Jakub <b>MAKS Tytan Oława</b>	19.01	01.02	13				U20
5.	Osuch Igor <b>LKS Horyzont Mełno</b>	19.01	01.02	13				U20
6.	Kościuk Michał <b>MKS Unia Hrubieszów</b>	19.01	01.02	13				U20
7.	Przybył Kacper <b>LKS Budowlani Nowy Tomyśl</b>	19.01	01.02	13				U20
8.	Joniec Dominik <b>KS Agros Zamość</b>	19.01	01.02	13				U20
9.	Trytek Szymon <b>KS Agros Zamość</b>	19.01	01.02	13				U20
10.	Badziągowski Kacper <b>MGLKS Tarpan Mrocza</b>	19.01	01.02	13				U23
11.	Losy Łukasz <b>CWZS Zawisza Bydgoszcz</b>	19.01	01.02	13				U23
12.	Łęgowski Łukasz <b>CWZS Zawisza Bydgoszcz</b>	19.01	01.02	13				U23
13.	Szmeja Paweł <b>MKS Narew Pultusk</b>	28.01	31.01.	4				U23
<b>REZERWA</b>								
1.	Fabrykiewicz Paweł- LKS Horyzont Mełno	19.01	01.02	13				U23

Warszawa 07.01.2020

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*Monika Stępnia*