

POLSKI ZWIĄZEK PODNOSZENIA CIĘŻARÓW 11-813 Warszawa, ul. Marymoncka 34 NIP 118-04-77-269 Pieczęć PZS PZPC	Seniorki	
	Grupa szkoleniowa	Symbol

PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

I PROGRAM

Opole	02-15.02.2020
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	02-15.02.2020	13	3	1	02.02	17:00			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 główny	Szewczyk Ryszard	02.02	15.02	13				
2.	Fizjoterapeuta	Klimontowski Krzysztof	02.02	15.02	13				

Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Prezes	Mariusz Jędra							
2.	Kierownik wyszkolenia	Monika Stępiak							Do ustalenia
3.	Prezes do spraw szkolenia	Jarosław Sacharuk							Do ustalenia
4.	Lekarz	Marek Krochmalski							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	1 zawodniczki,	Przejazdy: bilety w/g taryfy II klasa PKP na zgrupowanie.	
Umowy zlecenia	Szewczyk Ryszard	14 dni	
	Klimontowski Krzysztof	14 dni	PZPC
			PZPC
Zakwaterowanie	Opole		
Żywnienie			

Potrzeby szkoleniowe:

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

Opole 31.01.2020
(Miejscowość, data)

**PROGRAM ZGRUPOWANIA
ZAWODNICY /uczestnicy/**

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów	Seniorki	Cetniewo	02-15.02.2020
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	02.02	15.02	13				PZPC

Opole 31.01.2020
(Miejscowość, data)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępiak

Wykaz badań lekarskich zawodników obecnych na zgrupowaniu

Kadra:	Seniorki
Miejsce zgrupowania:	COS Cetniewo
Termin zgrupowania:	02-15.02.2020

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Łochowska Joanna	16.07.2020 COMS

Opole 31.01.2020
(Miejscowość, data)

(Trener)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępiak

Dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki



**Ministerstwo
Sportu**

Związek Podnoszenia Ciężarów
ul. Marymoncka 34
01-813 Warszawa

Lista obecności na zgrupowaniu kadry narodowej

Kadra:	Seniorki		
Miejsce	Opole		
Termin:	02-15.02.2020		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska)	Podpis	
1.	Szewczyk Ryszard		
2.	Klimontowski Krzysztof (fizjoterapeuta)		
Lp.	Nazwisko i imię - Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Łochowska Joanna KS Budowlani Opole	1998r.	