

	Seniorki	
Pieczęć PZS PZPC	Grupa szkoleniowa	Symbol

## PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

### I PROGRAM

COS Spała	17.03-06.04.2019
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	17.03-06.04.2019	21	11	7	17.03	18:00	-	-	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	Czerniak Antoni	17.03	03.04	17				
2.	Trener asystent	Sachmaciński Marek	17.03	06.04	21				
3.	Fizjoterapeuta	Paliświat Mariusz	17.03	03.04	17				
4.	Fizjoterapeutka	Pogoda Katarzyna	03.04	06.04	4				

#### Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. Dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Lekarz	Krochmalcki Marek							Do ust.
2.	Kierownik wyszkolenia	Stępniać Monika							Do ust.
3.	Prezes PZPC	Jędra Mariusz							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	7 zawodniczek, asystent trenera i 2 fizjoterapeutów	Przejazdy: bilety w/g taryfy II klasa PKP na zgrupowanie.	PZPC
	Trener główny	Ryczałt samochodowy na trasie Hrubieszów – Spała – Hrubieszów	PZPC
Umowy zlecenia	Czeriak Antoni	17dni	PZPC
	Sachmaciński Marek	21 dni	PZPC
	Paliświat Mariusz	17 dni	PZPC
	Pogoda Katarzyna	4 dni	PZPC
Zakwaterowanie	COS Spała		
Zywnienie	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 04.03.2019**  
(Miejscowość, data)

**Stępniać Monika**  
(Kierownik Wyszkożenia)

**Pikuła Halina**  
(Sekretarz PZS)

SPECJALISTA ds. SZKOŁEN.  
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

*Monika Stępniać*  
**Monika Stępniać**

GLÓWNA KSIĘGOWA

*Danuta Pikuła*  
**Danuta Pikuła**

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

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów PZS	<b>Seniorki</b> Grupa szkoleniowa	<b>COS Spała</b> Ośrodek	<b>17.03-03.04.2019</b> 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	17.03	03.04	21				PZPC
2.	Mierzejewska Aleksandra SSA Legia 1926 Warszawa	17.03	06.04	17				PZPC
3.	Wiór Jolanta GKS Andalużja Piekary Śl.	17.03	06.04	21				PZPC
4.	Kaczmarczyk Kinga MAKS Tytan Oława	17.03	06.04	21				PZPC
5.	Zacharek Agnieszka CWZS Zawisza Bydgoszcz	17.03	03.04	17				PZPC
6.	Kudłaszyk Paulina LKS Całus Budowlani Nowy T.	17.03	03.04	17				PZPC
7.	Wiejak Małgorzata CWZS Zawisza Bydgoszcz	17.03	06.04	21				PZPC

Warszawa 15.03.2019

(Miejscowość, data)

Czerniak Antoni

(Trener kadry)

Stępiak Monika

(Kierownik Wyszkolenia)

Pikuła Halina

(Sekretarz PZS)

**Wykaz badań lekarskich zawodniczek obecnych na zgrupowaniu**

Kadra:	<b>Seniorki</b>
Miejsce zgrupowania:	<b>COS Spała</b>
Termin zgrupowania:	<b>17.03-03.04.2019</b>

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	<b>Kaczmarczyk Kinga</b>	17.07.2019
2.	<b>Łochowska Joanna</b>	22.07.2019
3.	<b>Mierzejewska Aleksandra</b>	10.07.2019
4.	<b>Wiór Jolanta</b>	17.07.2019
5.	<b>Zacharek Agnieszka</b>	17.07.2019
6.	<b>Kudłaszyk Paulina</b>	22.07.2019
7.	<b>Wiejak Małgorzata</b>	17.07.2019

Warszawa 05.03.2019

(Miejscowość, data)

Czerniak Antoni

(Trener)



# 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:	17.03-03.04.2019r.		
Lp.	<b>Nazwisko i imię</b> (kadra trenerska)	Podpis	
1.	Czerniak Antoni		
2.	Sachmaciński Marek		
3.	Paliświat Mariusz		
4.	Pogoda Katarzyna		
Lp.	<b>Nazwisko i imię – Klub</b> (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Kaczmarczyk Kinga MAKS Tytan Oława	10.07.1997	
2.	Lochowska Joanna UKS Zielona Góra	17.11.1988	
3.	Mierzejewska Aleksandra SSA Legia 1926 Warszawa	05.03.1992	
4.	Wiór Jolanta GKS Andalużja Piekary Śl.	22.09.1995	
5.	Zacharek Agnieszka CWZS Zawisza Bydgoszcz	21.08.1992	
6.	Kudłaszyk Paulina LKS Całus Budowlani Nowy T.	24.10.1997	
7.	Wiejak Małgorzata CWZS Zawisza Bydgoszcz	05.05.1992	