

POLSKI ZWIĄZEK PODNOŚZENIA CIĘŻARÓW 01-813 Warszawa, ul. Marymoncka 3 NIP 118-04-77-269 Pieczeń PZS PZPC		
	Grupa szkoleniowa	Symbol

PROGRAM / SPRAWOZDANIE – ZGRUPOWANIA / KONSULTACJI

I PROGRAM

COS Zakopane	
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	27.01-08.02.2020	12	14	12	27.01.2020	18.00	0	0	14

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	Pepłowski Ireneusz	27.01.2020	08.02.2020	12				
2.	Trener	Grzesiak Monika	27.01.2020	08.02.2020	12				

Wizytacje lub inne osoby towarzyszące:

Lp	Funkcja	Nazwisko i imię	PLAN			REALIZACJA			Uwagi
			Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Prezes PZPC	Jędra Mariusz	Do. Ust						
2.	po. Kierownik Wyszkożenia	Monika Stępniać	Do. Ust						
3.	Vice-prezes ds. Szkoleniowych	Sacharuk Jarosław	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
Przyjazdy	12 osób –pociąg II kl. plus 1 os asystent trenera.	Dom – Zakopane - dom.	
	Trener I. Peplowski .	Przejazd- Samochód. osobowy. Maków Mazowiecki –Zakopane -Maków Mazowiecki	
Umowy zlecenia	Peplowski Ireneusz	13 dni	
	Grzesiak Monika	13 dni	
Zakwaterowanie	6 pokoi 2 osobowych 2 pokoje 1 osobowe	COS Zakopane	
Żywnienie	Śniadanie, obiad, kolacja	COS Zakopane	

Potrzeby szkoleniowe:

	POTRZEBY	ZABEZPIECZENIE
Obiekty	Siłownia, sala do ćwiczeń ogólnorozwojowych, basen	COS Zakopane
Pomoce szkolenia		
Sprzęt	Sztangi, płotki lekkoatletyczne, piłki lekarskie	COS Zakopane
Godziny treningu	I trening: 10.30 - 13.00 II trening: 16.00 – 18.30	PZPC

Warszawa 10.01.2020
(Miejscowość, data)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępnia

SEKRETARZ
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Halina Piłula

**PROGRAM ZGRUPOWANIA
ZAWODNICZY /uczestnicy/**

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów	KNJ 15 i 17lat	Zakopane	26.01-08.02.2020
PZS	Grupa szkoleniowa	Ośrodek	Termin

Lp	Nazwisko i imię Klub	PLAN			REALIZACJA			Finans. z programu
		Przyja zd	Wyjazd	Il. dni	Przyjazd	Wyjazd	Il. dni	
1.	Bomba Wiktoria Nowosądeczanin Powroźnik	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
2.	Marach Monika MGLKS Tarpan Mrocza	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
3.	Godlewska Aleksandra KS Klimat Łapy	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
4.	Najdowska Dominika MGLKS Tarpan Mrocza	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
5.	Kozera Katarzyna UMLKS Radomsko	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
6.	Mrozik Natalia LKS Znicz Biłgoraj	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
7.	Myjak Małgorzata Nowosądeczanin Powroźnik	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
8.	Paciorek Zuzanna LSSS START Maków Maz.	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
9.	Półka Maria KS Promień Opalenica	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
10.	Półka Zuzanna KS Promień Opalenica	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
11.	Przybył Oliwia LKS Budowlani Całus Nowy Tomyśl	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
12.	Ślipek Zuzanna GKS Zamek Gołańcz	27.01. 2020	08.02. 2020	12				
REZERWA								
13.	Berlińska Zuzanna LSSS START Maków Maz	27.01. 2020	08.02. 2020	12				

Warszawa 10.01.2020
(Miejscowość, data)

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępnia

Wykaz badań lekarskich zawodników obecnych na zgrupowaniu

Kadra:	KNJ do lat 15 i 17
Miejsce zgrupowania:	Zakopane
Termin zgrupowania:	27.01-08.02.2020

Lp.	Nazwisko i imię	Data ważności badań
1.	Bomba Wiktoria Nowosądeczanin Powroźnik	10.10.2020
2.	Marach Monika MGLKS Tarpan Mrocza	19.02.2020
3.	Godlewska Aleksandra Klimat Łapy	08.08.2020
4.	Najdowska Dominika MGLKS Tarpan Mrocza	08.08.2020
5.	Kozera Katarzyna UMLKS Radomsko	19.02.2020
6.	Mrozik Natalia LKS Znicz Biłgoraj	08.10.2020
7.	Myjak Małgorzata Nowosądeczanin Powroźnik	10.02.2020
8.	Paciorek Zuzanna LSSS START Maków Maz.	15.10.2020
9.	Półka Maria KS Promień Opalenica	20.06.2020
10.	Półka Zuzanna KS Promień Opalenica	20.06.2020
11.	Przybył Oliwia LKS Budowlani Całus Nowy Tomyśl	03.09.2020
12.	Ślipek Zuzanna GKS Zamek Gołańcz	11.07.2020

Warszawa 10.01.2020
(Miejscowość, data)

Ireneusz Peplowski
(Trener)



Ministerstwo Sportu

Związek Podnoszenia Ciężarów
ul. Marymoncka 34
01-813 Warszawa

Lista obecności na zgrupowaniu kadry narodowej

Kadra:	KNJ do lat 15 i 17		
Miejsce	Zakopane		
Termin:	26.01-08.02.2020		
Lp.	Nazwisko i imię (kadra trenerska)	Podpis	
1.	Peplowski Ireneusz		
2.	Grzesiak Monika		
Lp.	Nazwisko i imię - Klub (alfabetycznie)	Data urodzenia	Podpis
1.	Bomba Wiktoria Nowosądeczanin Powroźnik		
2.	Marach Monika MGLKS Tarpan Mrocza		
3.	Godlewska Aleksandra Klimat Łapy		
4.	Najdowska Dominika MGLKS Tarpan Mrocza		
5.	Kozera Katarzyna UMLKS Radomsko		
6.	Mrozik Natalia LKS Znicz Biłgoraj		
7.	Myjak Małgorzata Nowosądeczanin Powroźnik		
8.	Paciorek Zuzanna LSSS START Maków Maz.		
9.	Połka Maria KS Promień Opalenica		
10.	Połka Zuzanna KS Promień Opalenica		
11.	Przybył Oliwia LKS Budowlani Całus Nowy Tomyśl		
12.	Ślipek Zuzanna GKS Zamek Gołańcz		