Załącznik nr 12 do umowy .....

# PZ Towarzystw Wioślarskich

## Plan organizacji szkolenia dla poszczególnych kategorii wiekowych, grup szkoleniowych, sportów

## na rok - 2017

**Trener kadry:** Szumański Mariusz **Grupa szkoleniowa:** Mężczyźni U23 **Dyrektor Sportowy/Kierownik Wyszkolenia:** Gryczuk Bogusław

| MIESIĄC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | zawody zagr. | zawody kraj | zgrupowania mn | zgrupowania kraj | konsultacje mn | konsultacje kraj | badania diag. | badania lek. | przejazdy |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 STYCZEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | MP na ergometrze Jelcz-Laskowice | | | | | 1 | | | | | | | |
| 2 LUTY | | | | | | | | | | | | Zakopane 22+3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 14 | | | | | 1 |
| 3 MARZEC | | | | | | | | | | | Wałcz/Gdańsk 23+3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 15 | | | | | 1 |
| 4 KWIECIEŃ | | | | | | Reg. Długodystansowe Warszawa | | | | | | | | | | | | | | | | Puchar Polski Poznań | | | | | | | Wałcz 23+3 | | | | 3 | | 2 | | | | | 1 |
| 5 MAJ | | | | | | | | | | | Essen (GER) 23+3 | | RM | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | 2 | 15 | | | | | 2 |
| 6 CZERWIEC | Wałcz | | MPS Poznań | | | Wałcz 25+3 | | | Ratzeburg (GER) 25+3 | RM | | | | | | | | | Wałcz 19+3 | | | | | | | | | | | | | 2 | | 1 | 18 | | | | | 3 |
| 7 LIPIEC | Wałcz 19+3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | MŚ U23 Plovdiv (BUL) 19+3 | | | | | | | | | | | | | 5 | | 2 | 15 | | | | | 2 |
| 8 SIERPIEŃ | | | | | MP U23 Poznań | | | | | | | Wałcz 19+3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | 20 | | | | | 1 |
| 9 WRZESIEŃ | Kruszwica 19+3 | | ME U23 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | 1 | | | | | 1 |
| 10 PAŹDZIERNIK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Puchar Polski Poznań | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | |
| 11 LISTOPAD | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 GRUDZIEŃ | | | | IS selekcja | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 3 | | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | RAZEM: | 140 | 11 | 8 | 5 | 100 | 0 | 0 | 3 | 0 | 13 |

zawody międzynarodowe; zgrupowania; zawody krajowe; badania; dojazdy

MŚ, ME, IO; zgrupowania zagraniczne

zagr - zagraniczne mn - międzynarodowe kraj - krajowe

* - niewłaściwe skreślić

Załącznik nr 12 do umowy .....

# Plan organizacji szkolenia dla poszczególnych kategorii wiekowych, grup szkoleniowych, sportów

**PZ** Towarzystw Wioślarskich — **na rok - 2017**

**Trener kadry:** Urban Jakub **Grupa szkoleniowa:** Kobiety U23 **Dyrektor Sportowy/Kierownik Wyszkolenia:** Gryczuk Bogusław

| MIESIĄC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | zawody zagr. | zawody kraj | zgrupowania mn | zgrupowania kraj | konsultacje mn | konsultacje kraj | badania diag. | badania lek. | przejazdy |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 STYCZEŃ | | | | | | | | | Szklarska Poręba 10+1 | | | | | | | | | | | | | | | | | MP na ergometrze Jelcz-Laskowice | | | | | | | 1 | | 20 | | | | | 1 |
| 2 LUTY | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 MARZEC | | | | | | | | | | | Wałcz 12+2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 18 | | | | | 1 |
| 4 KWIECIEŃ | | | | | | Reg. Długodystansowe Warszawa | | | | | | | | | | | | | | | | Puchar Polski Poznań | | Wałcz 10+2 | | | | | | | | | 3 | | 7 | | | | | 1 |
| 5 MAJ | Wałcz 10+2 | | | | | | | | | | Essen (GER) 10+2 | | RM | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | 2 | 19 | | | | | |
| 6 CZERWIEC | Wałcz | | MPS Poznań | | | Wałcz 10+2 | | | Ratzeburg (GER) 10+2 | RM | | | | | Wałcz 8+2 | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | 2 | 1 | 22 | | | | | 3 |
| 7 LIPIEC | Wałcz 8+2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | MŚ U23 Plovdiv (BUL) 8+2 | | | | | | | | | | | | | 5 | | 2 | 15 | | | | | 2 |
| 8 SIERPIEŃ | | | | | MP U23 Poznań | | | | Wałcz 5+1 | | | | | Wałcz 8+1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | 23 | | | | | 1 |
| 9 WRZESIEŃ | Kruszwica 13+2 | | ME U23 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | 1 | | | | | 1 |
| 10 PAŹDZIERNIK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Puchar Polski Poznań | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | |
| 11 LISTOPAD | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 GRUDZIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | IS Warszawa 24+1 | | | | | | | | | | | | | | | | 17 | | | 2 | | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | RAZEM: | 181 | 11 | 10 | 5 | 142 | 0 | 0 | 2 | 0 | 11 |

zawody międzynarodowe — zgrupowania — zawody krajowe — badania — dojazdy

MŚ, ME, IO — zgrupowania zagraniczne

zagr - zagraniczne mn - międzynarodowe kraj - krajowe

* - niewłaściwe skreślić

Załącznik nr 12 do umowy .....

# PZ Towarzystw Wioślarskich

## Plan organizacji szkolenia dla poszczególnych kategorii wiekowych, grup szkoleniowych, sportów

## na rok - 2017

**Trener kadry:** Abrahamczyk Przemysław **Grupa szkoleniowa:** Kobiety U23 waga lekka **Dyrektor Sportowy/Kierownik Wyszkolenia:** Gryczuk Bogusław

| MIESIĄC | 1–31 | zawody zagr. | zawody kraj | zgrupowania mn | zgrupowania kraj | konsultacje mn | konsultacje kraj | badania diag. | badania lek. | przejazdy |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 STYCZEŃ | MP na ergometrze Jelcz-Laskowice | | 1 | | | | | | | |
| 2 LUTY | | | | | | | | | | |
| 3 MARZEC | Wałcz/Gdańsk 3+1 | | | | 16 | | | | | 1 |
| 4 KWIECIEŃ | Reg. Długodystansowe Warszawa; Puchar Polski Poznań; Wałcz 3+1 | | 3 | | 2 | | | | | 1 |
| 5 MAJ | Wałcz 3+1; RM; Essen (GER) 3+1; Wałcz 3+1 | 2 | | 2 | 17 | | | | | 2 |
| 6 CZERWIEC | Wałcz 3; MPS Poznań; Wałcz 3+1; RM; Ratzeburg (GER) 3+1; Wałcz 2+1 | 2 | | 1 | 13 | | | | | 3 |
| 7 LIPIEC | Wałcz 2+1; MŚ U23 Plovdiv (BUL) 2+1 | 5 | | 2 | 15 | | | | | 2 |
| 8 SIERPIEŃ | MP U23 Poznań; Wałcz 3+1 | | 2 | | 19 | | | | | 1 |
| 9 WRZESIEŃ | Kruszwica 3+1; ME U23 | 2 | | | 1 | | | | | 1 |
| 10 PAŹDZIERNIK | Puchar Polski Poznań | | 2 | | | | | | | |
| 11 LISTOPAD | | | | | | | | | | |
| 12 GRUDZIEŃ | | | | | | | | | | |
| RAZEM: | 118 | 11 | 8 | 5 | 83 | 0 | 0 | 0 | 0 | 11 |

zawody międzynarodowe; zgrupowania; zawody krajowe; badania; dojazdy

MŚ, ME, IO; zgrupowania zagraniczne

zagr - zagraniczne mn - międzynarodowe kraj - krajowe

* - niewłaściwe skreślić

Załącznik nr 12 do umowy .....

# PZ Towarzystw Wioślarskich

## Plan organizacji szkolenia dla poszczególnych kategorii wiekowych, grup szkoleniowych, sportów

## na rok - 2017

**Trener kadry:** Jankowiak Artur **Grupa szkoleniowa:** Juniorzy **Dyrektor Sportowy/Kierownik Wyszkolenia:** Gryczuk Bogusław

| MIESIĄC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | zawody zagr. | zawody kraj | zgrupowania mn | zgrupowania kraj | konsultacje mn | konsultacje kraj | badania diag. | badania lek. | przejazdy |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 STYCZEŃ | | | | | | | | | | COMS Warszawa 4+0 | | | | | | | | | | | | | | | | | | MP na ergometrze Jelcz-Laskowice | Zakopane 47+8 | | | | 1 | | 3 | | | | 1 | 1 |
| 2 LUTY | Zakopane 47+8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | 1 |
| 3 MARZEC | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Wałcz 25+5 | | | | | | | | | | 7 | | | | | 1 |
| 4 KWIECIEŃ | Wałcz | | | | | Reg. Długodystansowe Warszawa | | | | | | | | | | | | | | | Puchar Polski Poznań | | | | | | | Wałcz 33+9 | | | | 3 | | 4 | | | | | 1 |
| 5 MAJ | Wałcz 33+9 | | | | | RM Monachium (GER) 33+9 | | | Wałcz 26+5 | | | Olympic Hopes Brno | | Wałcz 25+9 | | | | | Krefeld (GER) 25+9 | | | | | | | | | | | | | 7 | | 2 | 12 | | | | | 3 |
| 6 CZERWIEC | | | | COMS Warszawa 4+0 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | RKJ Kruszwica | | | | | Szczyrk 16+6 | | | | 2 | | 2 | | | | 1 | 1 |
| 7 LIPIEC | Szczyrk 16+6 | | | | | | Wałcz 34+10 | | | | | | | MPJ Kruszwica | | Wałcz 16+6 | | | | | Wałcz 17+4 | | | | | Coupe Hazewinkel (BEL) | | | | | 3 | 7 | 1 | 23 | | | | | 3 |
| 8 SIERPIEŃ | | MŚJ Troki (LTU) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 5 | | 1 | | | | | | 1 |
| 9 WRZESIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Wałcz 26+9 | | | | | Baltic Cup Brześć (BLR) | | | | 1 | | 1 | 6 | | | | | 1 |
| 10 PAŹDZIERNIK | Baltic Cup Brześć (BLR) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Puchar Polski Poznań | | | | | | | | | | | 1 | 2 | | | | | | | 1 |
| 11 LISTOPAD | | | Wałcz 30+6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 4 | | | | | 1 |
| 12 GRUDZIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | RAZEM: | | 17 | 15 | 5 | 72 | 0 | 0 | 0 | 2 | 15 |

126

zawody międzynarodowe | zgrupowania | zawody krajowe | badania | dojazdy | zagr - zagraniczne | mn - międzynarodowe | kraj - krajowe

MŚ, ME, IO | zgrupowania zagraniczne

* - niewłaściwe skreślić

Załącznik nr 12 do umowy

.....

# Plan organizacji szkolenia dla poszczególnych kategorii wiekowych, grup szkoleniowych, sportów

PZ Towarzystw Wioślarskich — na rok - 2017

**Trener kadry:** **Grupa szkoleniowa:** **Dyrektor Sportowy/Kierownik Wyszkolenia:** Gryczuk Bogusław

| MIESIĄC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | zawody zagr. | zawody kraj | zgrupowania mn | zgrupowania kraj | konsultacje mn | konsultacje kraj | badania diag. | badania lek. | przejazdy |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 STYCZEŃ | | | | | | | | | | | | | | | Szczyrk 16+5 | | | | | | | | | | | | MP ergometr Wrocław | | | | | | 1 | | 17 | | | | | |
| 2 LUTY | | | Szczyrk 45+10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 25 | | | | | |
| 3 MARZEC | | | | | | | | | | | | | | | | | Wałcz 34+6 | | | | | | | Wałcz 43+7 | | | | | | | | | | 6 | | | | | | |
| 4 KWIECIEŃ | | | | | | Regaty Długodystansowe | Warszawa | | | | | | | | | | | | | | CKRSiJ | | | | | | | | | | | | 3 | | | | | | | |
| 5 MAJ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 CZERWIEC | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | CKRJ Kruszwica | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | |
| 7 LIPIEC | | | | | | | | | | | | | | | MPJ Kruszwica | | | | | | | | | | | | OOM Kruszwica | | | | | | 6 | | | | | | |
| 8 SIERPIEŃ | | | | | | | | | | | | | Wałcz 30+4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 14 | | | | | |
| 9 WRZESIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 PAŹDZIERNIK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | CKRJ | | | | | | | Wałcz 30+4 | | | Wałcz | | 2 | | 4 | | | | | |
| 11 LISTOPAD | 30+4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | |
| 12 GRUDZIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| RAZEM: | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 82 | | | 0 | 14 | 0 | 68 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

zawody międzynarodowe — zgrupowania — zawody krajowe — badania — dojazdy

MŚ, ME, IO — zgrupowania zagraniczne

zagr - zagraniczne mn - międzynarodowe kraj - krajowe

* - niewłaściwe skreślić