

Warszawa, 09.07.2020

## POWOŁANIE

Polski Związek Orientacji Sportowej na wniosek trenera kadry powołuje, zawodników Kadry Narodowej Juniorów w biegu na orientację na zgrupowanie, które odbędzie się w Jagniątkowie k/Jeleniej Góry w dniach **21-31.07.2020**:

### Trenerzy:

1. Agata Porzycz
2. Tomasz Lubkiewicz
3. Paweł Zimoń
4. Joanna Sajnog
5. Zbigniew Porzycz

### Zawodnicy:

1. Sudoł Hanna (WKS Śląsk Wrocław)
2. Kurzyp Stanisław (WKS Śląsk Wrocław)
3. Krempińska Julia (UKS Azymut Pabianice)
4. Block Amelia (UKS Orientus Łódź)
5. Pachnik Stanisław (UKS Orientus Łódź)
6. Sztranek Jan (UKS Azymut Pabianice)
7. Paterek Mikołaj (WKS Śląsk Wrocław)
8. Biederman Adrianna (WKS Wawel Kraków)
9. Ciesiółka Katarzyna (WKS Śląsk Wrocław)
10. Mazurek Agnieszka (WKS Śląsk Wrocław)
11. Bączek Małgorzata (WKS Wawel Kraków)
12. Krawczyński Mikołaj (WKS Śląsk Wrocław)
13. Pesta Piotr (UKS Azymut 45 Gdynia)
14. Deredos Bruno (UKS Orientus Łódź)
15. Rzeńca Piotr (UKS Orientus Łódź)
16. Topór Magdalena (WKS Wawel Kraków)
17. Nitsch Aleksandra (UNTS Warszawa)
18. Doreń Wiktoria (UKS Orientus Łódź)
19. Kula Mateusz (KOS Szczecin)
20. Słomczyński Ignacy (UKS Orientus Łódź)
21. Porzycz Grzegorz (UKS Azymut 45 Gdynia)
22. Nowak Grzegorz (UKS Azymut 45 Gdynia)
23. Kijak Jakub (WKS Wawel Kraków)
24. Müller Iga (UMKS Kwidzyn)
25. Pesta Anna (UKS Azymut 45 Gdynia)
26. Toborek Jakub (WKS Śląsk Wrocław)
27. Perfikowska Hanna (UMKS Kwidzyn)
28. Majowski Jan (OSiR Góra Kalwaria)
29. Głowacz Julia (UNTS Warszawa)

### Zawodnicy spoza KNJ, zgłoszeni przez Kluby:

1. Łagoda Franciszek (WKS Śląsk Wrocław)
2. Wójtowicz Krzysztof (UNTS Warszawa)
3. Mianowska Julia (UNTS Warszawa)
4. Wołek Stanisław (UNTS Warszawa)
5. Michalak Kacper (UNTS Warszawa)
6. Czyński Miłosz (KOS Szczecin)
7. Kula Maja (KOS Szczecin)
8. Mikuła Daria (KOS Szczecin)
9. Mikuła Iga (KOS Szczecin)
10. Słońska Zofia (WKS Wawel Kraków) – 21-25.07

Informujemy, że zgrupowanie zostanie przeprowadzone zgodnie z wytycznymi Głównego Inspektora Sanitarnego, Ministerstwa Sportu i Ministerstwa Zdrowia dotyczącymi COVID-19

Na zgrupowanie należy stawić się w dniu 21.07.2020 do godziny 12 w Gościńcu „Koralowa Ścieżka” 58-570 Jelenia Góra – Jagniątków ul. Myśliwska 13. Zgrupowanie kończy się w dniu 31.07.2020 w godzinach południowych.

**Koszty ponoszone przez zawodników (środki klubowe własne itp.):**

Zawodnicy powołani ramach KNJ z pozycji 1-2 dopłacają do wyjazdu po 200PLN;

Zawodnicy z pozycji 3-15 dopłacają po 300PLN;

Zawodnicy z pozycji 16-23 dopłacają po 600PLN;

Zawodnicy z pozycji 24-29 dopłacają po 750PLN

Zawodnicy spoza KNJ, zgłoszeni przez kluby płacą po 1500PLN

Opłaty za wyjazd należy uiścić do dnia 15.07.2020 na konto PZOS (PEKAO SA o/Warszawa 09 1240 6218 1111 0000 4619 0314).

**Na wyjazd zawodnicy zobowiązani są zabrać:**

1. Aktualne badania sportowo – lekarskie
2. Sprzęt sportowy do treningów leśnych, sprinterskich i na sali
3. Kartę SI
4. Zeszyt i długopis
5. Dokumentację z realizacji planu treningowego
6. Płyn do dezynfekcji rąk
7. Maseczka ochronna na twarz

**Potwierdzenie wyjazdu:**

Wyjazd zawodnika należy potwierdzić do dnia 15.07.2020 uzupełniając poniższy formularz

<https://forms.gle/HTUft9mB2wtUEPbj7>

**Program zgrupowania:**

1. treningi motoryczne z Pawłem Zimoniem
2. zajęcia z psychologiem Joanną Sajnog
3. treningi mentalne – SportMedytacja
4. treningi techniczne

**Wyjazd na koszt własny:**

Jest jeszcze możliwość (ograniczona do kilku miejsc) uczestnictwa w zgrupowaniu osób spoza KNJ na koszt klubów. Zainteresowanych prosimy o kontakt z trenerką KNJ Agatą Porzycz - tel. 502283461, e-mail

[porzycz@poczta.onet.pl](mailto:porzycz@poczta.onet.pl)

Koszt zgrupowania wynosi 1500PLN

Trener Kadry Narodowej Juniorów  
/-/ Agata Porzycz