

**PROGRAM SZKOLENIA DLA WOJEWÓDZTW:
LUBELSKIE, MAŁOPOLSKIE, PODKARPACKIE I ŚWIĘTOKRZYSKIE**

Podstawowym celem Polskiego Związku Lekkiej Atletyki jest objęcie makroregionalnym szkoleniem zawodników zakwalifikowanych do Zaplecza Kadry Narodowej w rzucie młotem. Oczekiwanym efektem projektu jest podniesienie na wyższy poziom sportowy zawodników w młodzieżowych kategoriach wiekowych.

Celem Polskiego Związku Lekkiej Atletyki jest zbudowanie dobrych relacji oraz współpraca ze szkoleniowcami klubowymi, stworzenie zespołu szkoleniowców, którzy będą uczestniczyli w procesie szkoleniowym oraz metodyczna praca u podstaw w celu kontynuacji tradycji i rozwoju rzutu młotem.

Realizacja zadań szkoleniowych odbywa się poprzez koordynację zadania przez przedstawiciela PZLA ze środków przeznaczonych na realizację szkolenia ZKN w poszczególnych województwach.

1. Planowane akcje szkoleniowe w 2019 roku:

Data od	Data do	Osobodni	Zawodnicy	Trenerzy	Miejsce
17.01.2019	23.01.2019	6	U18-U20-U23	Grzegorz Furmanek	Spała
14.02.2019	20.02.2019	6	U18-U20-U23	Grzegorz Furmanek	Spała
26.04.2019	05.05.2019	9	U18-U20-U23	Grzegorz Furmanek	Spała
22.06.2019	01.07.2019	9	U18-U20	Grzegorz Furmanek	Spała

2. Trener klubowy potwierdza udział zawodników w zgrupowaniu szkoleniowym w terminach określonych w powołaniach do Trenera Koordynatora ZKN w województwie.

Trener Koordynator ZKN w województwie dokonuje potwierdzenia do Koordynatora ZKN (makro B) w rzucie młotem Grzegorz Furmanek - gfurmanek66@gmail.com

3. Powołania zawodników na kolejne akcje szkoleniowe ZKN dokonuje Koordynator ZKN w rzucie młotem na podstawie oceny przez pion szkolenia PZLA przydatności zawodników do dalszego szkolenia w ZKN. Istotnym elementem oceny zawodników jest realizacja procesu szkoleniowego i startowego oraz ocena poziomu sportowego.

4. Wyklucza się przyjazd na akcję szkoleniową zawodnika kontuzjowanego (niezdolność realizacji szkolenia sportowego w trakcie akcji).

5. Klasyczne rozpoczęcie akcji szkoleniowej: pierwszy trening o godzinie 17:00, a pobyt od kolacji do obiadu.

6. Zawodnicy Zaplecza Kadry Narodowej w rzucie młotem zobligowani są do udziału w niżej wymienionych imprezach lekkoatletycznych w 2019 roku:

Lp.	Data	Ranga zawodów	Miejsce
1.	11.05.2019	10. Memoriał Zdzisława Furmanka	Kielce
2.			

7. Po zakończeniu sezonu startowego po 29 września zostanie dokonane podsumowanie sezonu 2019 oraz ustalony skład zawodników ZKN na 2020 rok.

8. Sztab szkoleniowy:

Trener główny bloku rzutów	Przemysław Zabawski	przemyslaw.zabawski@pzla.pl
Koordynator ZKN w rzucie młotem	Grzegorz Furmanek	gfurmanek66@gmail.com
Trenerzy współpracujący w ZKN w rzucie młotem	Robert Kozłowski i Ryszard Jakubowski	

9. W skład sztabu szkoleniowego na poszczególnych akcjach mogą wejść również szkoleniowcy ZKN chętni do współpracy przy realizacji programu szkolenia w 2019 roku.