



## MAŁOPOLSKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK PŁYWACKI

30-070 Kraków, ul. Piastowska 26A lok. 103

Rok założenia 1926

tel./fax 12 617 29 22 e-mail: mozp@neostrada.pl www.mozp.pl

Rachunek Bankowy: Bank PKO BP S.A. II oddział w Krakowie

nr 61 1020 2906 0000 1202 0114 8055

NIP: 676 10 71 956 REGON: 003923076 KRS: 0000225074

### **KOMUNIKAT – SPORTOWE WAKACJE 2012**

Małopolski Okręgowy Związek Pływacki na zlecenie Polskiego Związku Pływackiego organizuje zgrupowanie sportowe pn. „Sportowe Wakacje”.

W powyższej formie szkolenia mogą brać udział członkowie klubów sportowych okręgów małopolskiego, podkarpackiego i świętokrzyskiego, posiadający licencję PZP, badania lekarskie – wytypowani przez dany okręgowy związek pływacki.

#### **Zgrupowanie odbędzie się w Suchej Beskidzkiej.**

##### **Zakwaterowanie i wyżywienie:**

Internat Zespołu Szkół im. Wincenta Witosa, 34-200 Sucha Beskidzka ul. Spółdzielców 1

#### **Zajęcia treningowe:**

Pływalnia, sala gimnastyczna, boisko sportowe, teren przyległy.

#### **Program szkolenia:**

- doskonalenie techniki pływania wszystkich stylów oraz techniki startów i nawrotów (treningi na pływalni 2 x dziennie po 1,5h)
- kształtowanie podstawowych cech motorycznych (w sali, na boisku i w terenie)
- filmowanie własnej techniki pływania oraz ćwiczeń doskonalących technikę wszystkich stylów.

#### **Termin zgrupowania – 17-29.08.2012r.**

- rozpoczęcie w dniu 17.08.2012r., przyjazd i zakwaterowanie uczestników w godz. 16:00-17:00
- wyżywienie od kolacji 17.08.2012r.
- zakończenie obiadem w dniu 29.08.2012r.

### **Uczestnik zgrupowania powinien posiadać:**

- Aktualną licencję zawodniczą na rok 2012
- Nr PESEL
- Wypełnioną kartę kwalifikacyjną – do pobrania na stronie [www.mozp.pl](http://www.mozp.pl)
- Aktualną książeczkę zdrowia  
oraz sprzęt sportowy:
- Strój do pływania
- Czepek
- Klapki basenowe
- Deskę do pływania (duża i mała)
- Ręczniki kąpielowe (2szt.)
- Dresy (strój do ćwiczeń w terenie oraz do ćwiczeń na Sali)
- Obuwie sportowe (dwie pary)
- Kurtkę przeciwdeszczową

### **Kadra trenerska:**

Krzysztof Jakubik – Ósemka Oświęcim – kierownik zgrupowania

Łukasz Mikłusiak – UKS Jasień Sucha Beskidzka – wychowawca/trener

Agnieszka Błaut – Fala Niepołomice - wychowawca/trener

Szymon Kurasiński – Kszo Ostrowiec - wychowawca/trener

Michał Majerski – Jordan Kraków - wychowawca/trener

### **Koszt zgrupowania – 1 130,00 zł**

1. Dopłata do wyżywienia i zakwaterowania – Ministerstwo Sportu – 380,00 zł
2. Dopłata uczestnika – **750,00 zł**

Dopłaty należy dokonywać do dnia 08.07.2012r. na konto MOZP (z dopiskiem – imię i nazwisko oraz Klub uczestnika), co jednoznacznie jest formą potwierdzenia uczestnika w zgrupowaniu.

- Uczestników „Sportowych Wakacji” z okręgów świętokrzyskiego i podkarpackiego wytypuje właściwy OZP.
- Uczestnicy z Małopolskiego Okręgowego Związku Pływackiego rekrutują się spośród załączonej kadry MOZP 11-latków – ilość miejsc ograniczona do 35 osób, decyduje kolejność zgłoszenia.

W sprawach wątpliwych prosimy o kontakt z organizatorem:

Kazimierz Woźnicki – [kazimierzwoznicki@interia.pl](mailto:kazimierzwoznicki@interia.pl)

Monika Mytnik – [mytnik.m@gmail.com](mailto:mytnik.m@gmail.com)

**KADRA MAŁOPOLSKI DZIECI 11 LAT**  
**DZIEWCZETA**

1 Nita Daria	2001 Korona Kraków	1427
2 Serafin Magdalena	2001 MKS Jordan Kraków	1298
3 Staniszevska Maryla	2001 MKS Jordan Kraków	1092
4 Misiejuk Aldona	2001 UKS SP8 Chrznow	1088
5 Bajorek Katarzyna	2001 MKS Jordan Kraków	1055
6 Śmietana Karolina	2001 MKS Jordan Kraków	997
7 Sikora Klaudia	2001 MKS Jordan Kraków	995
8 Grela Anna	2001 Kmita Zabierzów	979
9 Mucha Karolina	2001 MKS Jordan Kraków	970
10 Golińska Zofia	2001 MKS Jordan Kraków	951
11 Gembala Wiktoria	2001 UKS Ósemka Oświęcim	942
12 Olkuska Agnieszka	2001 MKS Jordan Kraków	892
13 Pogorzelska Laura	2001 MKS Jordan Kraków	876
14 Żurawska Sabina	2001 UKS Ósemka Oświęcim	876
15 Fortecka Anna	2001 UKS Piątka Kraków	873
16 Kępa Alicja	2001 UKS Piątka Kraków	870
17 Konderak Martyna	2001 UKS Jasień Sucha Beskidzka	854
18 Polak Natalia	2001 UKS Jasień Sucha Beskidzka	829
19 Broda Nikola	2001 MKS Jordan Kraków	828
20 Woźniak Natalia	2001 MKS Jordan Kraków	816
21 Dębiec Karolina	2001 MKS Jordan Kraków	810
22 Cichon Weronika	2001 MKS Jordan Kraków	806
23 Mikołajczyk Paulina	2001 MKS Jordan Kraków	796
24 Janusz Ewa	2001 MKS Jordan Kraków	780
25 Kulawik Weronika	2001 UKS SP8 Chrzanów	780
26 Twardosz Kamila	2001 MKS Jordan Kraków	766
27 Bacik Laura	2001 UKS Ósemka Oświęcim	747
28 Balon Gabriela	2001 UKS Ósemka Oświęcim	742
29 Malik Julianna	2001 MKS Jordan Kraków	738
30 Drużkowska Wiktoria	2001 MKS Jordan Kraków	730
31 Ochał Maja	2001 MKS Jordan Kraków	728
32 Stępak Weronika	2001 MKS Jordan Kraków	697
33 Przewoźniak Patrycja	2001 UKS Ósemka Oświęcim	677

## CHŁOPCY

1 Goraj Marcin	2001 MKS Jordan Kraków	770
2 Łyczak Jakub	2001 Kmita Zabierzów	762
3 Majda Adam	2001 Kmita Zabierzów	762
4 Wójcik Antoni	2001 STP Nowy Sącz	712
5 Koczur Jan	2001 MKS Jordan Kraków	711
6 Zając Sebastian	2001 MKS Jordan Kraków	678
7 Woźniak Łukasz	2001 MKS Jordan Kraków	665
8 Stańczyk Adrian	2001 Unia Tarnów	654
9 Batko Karol	2001 MKS Jordan Kraków	641
10 Filipowicz Tymoteusz	2001 MKS Jordan Kraków	633
11 Hałupka Patrick	2001 MKS Jordan Kraków	627
12 Sieraczyński Dariusz	2001 UKS Ósemka Oświęcim	619
13 Czech Mateusz	2001 Kmita Zabierzów	615
14 Belski Jakub	2001 STP Nowy Sącz	614
15 Wolnicki Jakub	2001 MKS Jordan Kraków	608
16 Stawowski Bartłomiej	2001 MKS Jordan Kraków	557
17 Łoziński Bruno	2001 UKS Ósemka Oświęcim	544
18 Wójcik Paweł	2001 MKS Jordan Kraków	542
19 Gwóźdź Kacper	2001 MKS Jordan Kraków	536
20 Telega Kamil	2001 MKS Jordan Kraków	515
21 Rogowski Piotr	2001 MKS Jordan Kraków	508
22 Sadlik Bartłomiej	2001 UKS Ósemka Oświęcim	503
23 Janik Jakub	2001 UKS Ósemka Oświęcim	489
24 Miłek Kamil	2001 MKS Jordan Kraków	478
25 Lemek Tomasz	2001 MKS Jordan Kraków	438
26 Baran Michał	2001 Unia Tarnów	393
27 Kasprzyk Maciej	2001 UKS Ósemka Oświęcim	390
28 Wolas Eryk	2001 UKS Ósemka Oświęcim	382
29 Łysek Maciej	2001 MKS Jordan Kraków	373
30 Kalita Filip	2001 Unia Tarnów	396
31 Jonak Miłosz	2001 Unia Tarnów	395
32 Zapała Kacper	2001 MKS Jordan Kraków	394
33 Bałut Patryk	2001 Unia Tarnów	361
34 Patrzalek Michał	2001 Unia Tarnów	336