

Warszawa, dnia 15 marca 2023 r.

HARMONOGRAM ZGRUPOWANIA KADRY NARODOWEJ A JUNIORÓW W DNIACH 26-30.03.2023

Uprzejmie informujemy, że zgrupowanie kadry narodowej juniorów, rozpocznie się przyjazdem do hotelu w **ibis Poznań Stare Miasto** (ul. Kazimierza Wielkiego 23, 61-863 Poznań) w dniu **26.03.2023 (niedziela)** o godz. **16:30**, a zakończy w dniu **30.03.2023 (czwartek)** na polu **Modry Las Golf Resort (Choszczno)** o godz. **17:30**. Dojazd na zgrupowanie jest we własnym zakresie. Prosimy o punktualność.

Poniżej przewidywany program zgrupowania:

Data	Godzina	Program
Niedziela, 26.03	16:30	Przyjazd i zakwaterowanie w hotelu ibis Poznań Stare Miasto
	17:30 - 18:30	Spotkanie organizacyjne na sali konferencyjnej plus przedstawienie sztabu KN
	19:00-20:00	Kolacja
Poniedziałek, 27.03	7:45- 9:00	Badania krwi i składu ciała
	9:15-10:15	Śniadanie w hotelu
	11:30-14:30	Badania sprawności ogólnej na sali AWF
	15:00-16:00	Lunch
	16:15- 17:45	Warsztaty z dietetykiem
	18:00-19:30	Warsztaty z psychologiem
	9:30-20:30	Kolacja
Wtorek, 28.03	7:00	Śniadanie w hotelu
	7:40	Wyjazd do Rehasport
	8:00- 17:00	Badania biomechaniczne (w przerwie lunch)
	17:00	Wyjazd do Modrego Lasu
	19:30- 20:30	Kolacja
Środa, 29.03	8:00-9:00	Śniadanie
	9:30	Rozgrzewka na driving range
	10:00-14:30	Zajęcia na polu
	14:30-15:30	Lunch
	16:00-18:30	Zajęcia na polu
	19:30-20:30	kolacja
	20:30-21:30	Spotkanie ze sztabem/omówienie dnia
Czwartek, 30.03	8:00-9:00	Śniadanie
	9:30	Rozgrzewka na driving range
	10:00-14:30	Zajęcia na polu
	14:30-15:30	Lunch
	16:00-17:30	Zajęcia na polu
	17:30	Zakończenie i odbiór zawodników



POLSKI GOLF

Polski Związek Golfa

Lim Center, Al. Jerozolimskie 65/79

00-697 Warszawa

Tel: +48 22 6305560

Fax: +48 22 6305561

www.polski.golf

Podczas zgrupowania kadrowicze są zobowiązani do posiadania:

- sprzętu do treningu golfowego,
- ubioru golfowego adekwatnego do pogody.

Jednocześnie przypominamy o obowiązku przestrzegania przez zawodników zasad etykiety członka kadry narodowej Polski oraz o bezwzględny przestrzeganiu sportowego trybu życia. Odstępstwa od tych reguł będą karane dyscyplinarnie.

Wszelkich szczegółowych informacji dotyczących merytorycznych aspektów zgrupowania udziela trener kadry narodowej – Tomasz Wiśniewski wisniewskitomasz@ymail.com. W sprawach organizacyjnych prosimy zaś o kontakt z Anną Baliszewska a.baliszewska@polski.golf.

Ze sportowym pozdrowieniem,



Bartłomiej Chęłmecki
Sekretarz Generalny
Polski Związek Golfa