



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI
Ul. Śląska 5/1, 30-003 Kraków, tel. 507-018-608
e-mail: kozla.pl@interia.pl www.lekkoatletyka.net.pl
konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160

PLAN SZKOLENIA

ZAPLECZA KADRY NARODOWEJ JUNIORÓW I MŁODZIEŻOWCÓW W 2016 ROKU

Podstawowym celem szkolenia zawodników jest systematyczny postęp (rozwój sportowy) oraz przygotowanie zawodników do najważniejszych imprez lekkoatletycznych w 2016 roku.

1. Pośrednie cele sportowe w 2016 roku:

Kategoria	Rocznik	Cel optymalny MP 2016 – wynik 2016	Cel optymalny 2016
Junior Młodszy	00	1-16 OOM – norma wynikowa na 2017	1-12 OOM
Junior Młodszy	99	1-12 OOM – norma wynikowa na 2017	1-8 OOM
Junior	98	1-8 MPJ – norma wynikowa na 2017	Awans do KNJ i udział MŚJ
Junior	97	1-4 MPJ – norma wynikowa na 2017	Awans do KNJ i udział MŚJ
Młodzieżowiec	96	Finał – medal – norma wynikowa na 2017	Awans do KNM
Młodzieżowiec	95	Medal – finał – norma wynikowa na 2017	Awans do KNM
Młodzieżowiec	94	Medal – norma wynikowa do KNS	Awans do KNS

2. Planowane akcje szkoleniowe w 2016 roku:

Data od	Data do	Ilość osobodni	Zawodnicy	Trenerzy	Miejsce zgrupowania
2016-01-16	2016-01-26	10	5 (skoki)	1	Spała
2016-01-16	2016-01-28	12	23	3	Muszyna
2016-02-05	2016-02-14	9	8 (sprint i wytrzymałość)	2	Spała
2016-03-18	2016-03-26	8	20	4	Spała
2016-04-22	2016-05-03	11	20	3	Zakopane
2016-07-04	2016-07-16	12	20 (jmł i młd)	4	Puławy
2016-08-12	2016-08-24	12	12 (medaliści 2016)	4	Władysławowo
2016-11-10	2016-11-20	10	20	4	Zakopane

- Szkoleniowcy posiadający zawodników w ZKNJiM winni podpisać druk uzgodnienia o współpracy z MZLA przy realizacji szkolenia w ramach ZKNJiM. Zgodnie z uchwałą Zarządu MZLA brak podjęcia współpracy szkoleniowca z MZLA (odmowa złożenia uzgodnienia) skutkować będzie wykluczeniem podopiecznych ze wszystkich programów realizowanych przez MZLA (uchwała na bazie wnioski Zespołu Szkoleniowego PZLA podjętego uchwałą w dniu 17.10.2014).
- Klub zobowiązany jest do potwierdzenia udziału zawodników w zgrupowaniu szkoleniowym w terminie określonym w powołaniu.
- Zawodnik zakwalifikowany do ZKNJiM musi złożyć do MZLA aktualną kartę zdrowia sportowca/ zaświadczenie lekarskie oraz oświadczenie o zgodzie na gromadzenie i przetwarzanie danych osobowych (MZLA i PZLA) – złożenie dokumentacji do dnia 26.01.2016.
- Zawodnik na zgrupowaniu musi posiadać zgodę rodziców na uczestnictwo w zgrupowaniu szkoleniowym (niepełnoletni) oraz aktualną kartę zdrowia sportowca/ zaświadczenie lekarskie.
- Brak potwierdzenia udziału w dwóch akcjach szkoleniowych ZKNJiM skutkuje automatycznym skreśleniem ze składu osobowego oraz wycofaniem ze wszystkich programów realizowanych przez MZLA.
- Zmiana w imiennym składzie Zaplecza Kadry Narodowej Juniora i Młodzieżowca nastąpi po Otwartym Pucharze Krakowa w Lekkiej Atletyce (11.06.2016).
- Zawodnik powołany na zgrupowanie szkoleniowe winien być ubezpieczony od NNW przez Klub Sportowy, którego jest reprezentantem.
- Zawodnicy Zaplecza Kadry Narodowej Juniorów i Młodzieżowców zobligowani są do udziału w niżej wymienionych imprezach lekkoatletycznych w 2016 roku:

Lp.	Data	Ranga zawodów	Miejsce
1.	2016	Festiwal Biegów Przełajowych grupa Azoty – blok wytrzymałości (00-94)	Kraków/Tarnów
2.	2016	Imprezy mistrzowskie w ramach Systemu Sportu Młodzieżowego	-
3.	7.05	8. Małopolski Memoriał Trenerów (00-94)	Kraków
4.	04.06	Międzywojewódzki Mecz Juniorów Młodszych - PKR-ŚW-MŁP-LUB (00-99)	Kielce
5.	11.06	10. Otwarty Puchar Krakowa w Lekkiej Atletyce (00-94)	Kraków