

Podstawowym celem Polskiego Związku Lekkiej Atletyki jest objęcie centralnym szkoleniem zawodników zakwalifikowanych do Zaplecza Kadry Narodowej w biegach przez płotki. 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 biegów przez płotki.

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 2020 roku:

100 m ppł. 110 m ppł.

Data od	Data do	Liczba osobodni	Zawodnicy	Trenerzy	Miejsce
16.01.2020	26.01.2020	10	U18-U20-U23	Maciej Giza, Paweł Rączka, Grzegorz Kaczmarek, Jarosław Suproń	Spała
23.01.2020	02.02.2020	10	U18-U20-U23	Maciej Giza, Paweł Rączka, Grzegorz Kaczmarek, Jarosław Suproń	Spała
01.04.2020	11.04.2020	10	U18-U20-U23	Maciej Giza, Paweł Rączka, Grzegorz Kaczmarek, Jarosław Suproń	Szklarska Poręba - Karpacz
23.04.2020	03.05.2020	10	U18-U20-U23	Maciej Giza, Paweł Rączka, Grzegorz Kaczmarek, Jarosław Suproń	Szklarska Poręba - Karpacz

400 m ppł.

Data od	Data do	Liczba osobodni	Zawodnicy	Trenerzy	Miejsce
16.01.2020	26.01.2020	10	U18-U20-U23	Marek Trzciniński, Dariusz Szymczuk, Krzysztof Skorupa, Michał Lewandowski	Spała
23.01.2020	02.02.2020	10	U18-U20-U23	Marek Trzciniński, Dariusz Szymczuk, Krzysztof Skorupa, Michał Lewandowski	Spała
01.04.2020	11.04.2020	10	U18-U20-U23	Marek Trzciniński, Dariusz Szymczuk, Krzysztof Skorupa, Michał Lewandowski	Szklarska Poręba - Karpacz
23.04.2020	03.05.2020	10	U18-U20-U23	Marek Trzciniński, Dariusz Szymczuk, Krzysztof Skorupa, Michał Lewandowski	Szklarska Poręba - Karpacz

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 w biegu przez płotki **Tomasza Saska – 662032406 - tomek.saska@op.pl**

3. Powołania zawodników na kolejne akcje szkoleniowe ZKN dokonuje Koordynator ZKN w biegach przez płotki 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. Po zakończeniu sezonu startowego po 30 września zostanie dokonane podsumowanie sezonu 2020 oraz ustalony skład zawodników ZKN na 2021 rok.

7. Sztab szkoleniowy:

Trener główny bloku biegów krótkich	Sławomir Landyszkowski	slawomir.landyszkowski@pzla.pl
Koordinator ZKN w biegach przez płotki	Tomasz Saska	tomek.saska@op.pl
Trenerzy współpracujący w ZKN – 100 m ppł.	Maciej Giza, Paweł Rączka	
Trenerzy współpracujący w ZKN – 110 m ppł.	Grzegorz Kaczmarek, Jarosław Suproń	
Trenerzy współpracujący w ZKN – 400m ppł.K	Krzysztof Skorupa, Michał Lewandowski	
Trenerzy współpracujący w ZKN – 400m ppł.M	Marek Trzciniński, Dariusz Szymczuk	

8. W skład sztabu szkoleniowego na poszczególnych akcjach mogą wejść również szkoleniowcy ZKN chętni do współpracy przy realizacji programu szkolenia w 2020 roku.