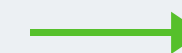




KADRA M-18
#DROGADOWIEDNIA

PROGRAM KONSULTACJI SZKOLENIOWEJ



30.03-03.04.2021 WAŁCZ



KADRA M-18
#DROGADOWIEDNIA

30.03.2021

13.00 - przyjazd

14.15 - obiad

17.00 - trening specjalistyczny

19.00 - kolacja

20.30 rolowanie/team meeting

The Key to Success is
Hardwork and Determination.



30.03-03.04.2021 WAŁCZ



KADRA M-18
#DROGADOWIEDNIA

31.03.2021

07.30 - rozruch

08.00 - śniadanie

10.00 - badania diagnostyczne

13.00 - obiad

16.00 - gra wewnętrzna z K-18

18.45 - kolacja

19.15 - basen

20.30 rolowanie/team meeting

The Key to Success is
Hardwork and Determination.



30.03-03.04.2021 WAŁCZ



KADRA M-18
#DROGADOWIEDNIA

01.04.2021

07.30 - rozruch

08.00 - śniadanie

10.00 - trening motoryczny

13.00 - obiad

15.00 - trening specjalistyczny

17.00 - odnowa biologiczna

18.45 - kolacja

20.30 rolowanie/team meeting

The Key to Success is
Hardwork and Determination.



30.03-03.04.2021 WAŁCZ



KADRA M-18
#DROGADOWIEDNIA

02.04.2021

07.30 - rozruch

08.00 - śniadanie

10.00 - trening specjalistyczny

13.00 - obiad

16.00 - gra wewnętrzna z K-18

18.45 - kolacja

19.15 - basen

20.30 rolowanie/team meeting

The Key to Success is
Hardwork and Determination.



30.03-03.04.2021 WAŁCZ



KADRA M-18
#DROGADOWIEDNIA

03.04.2021

07.30 - rozruch

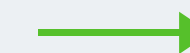
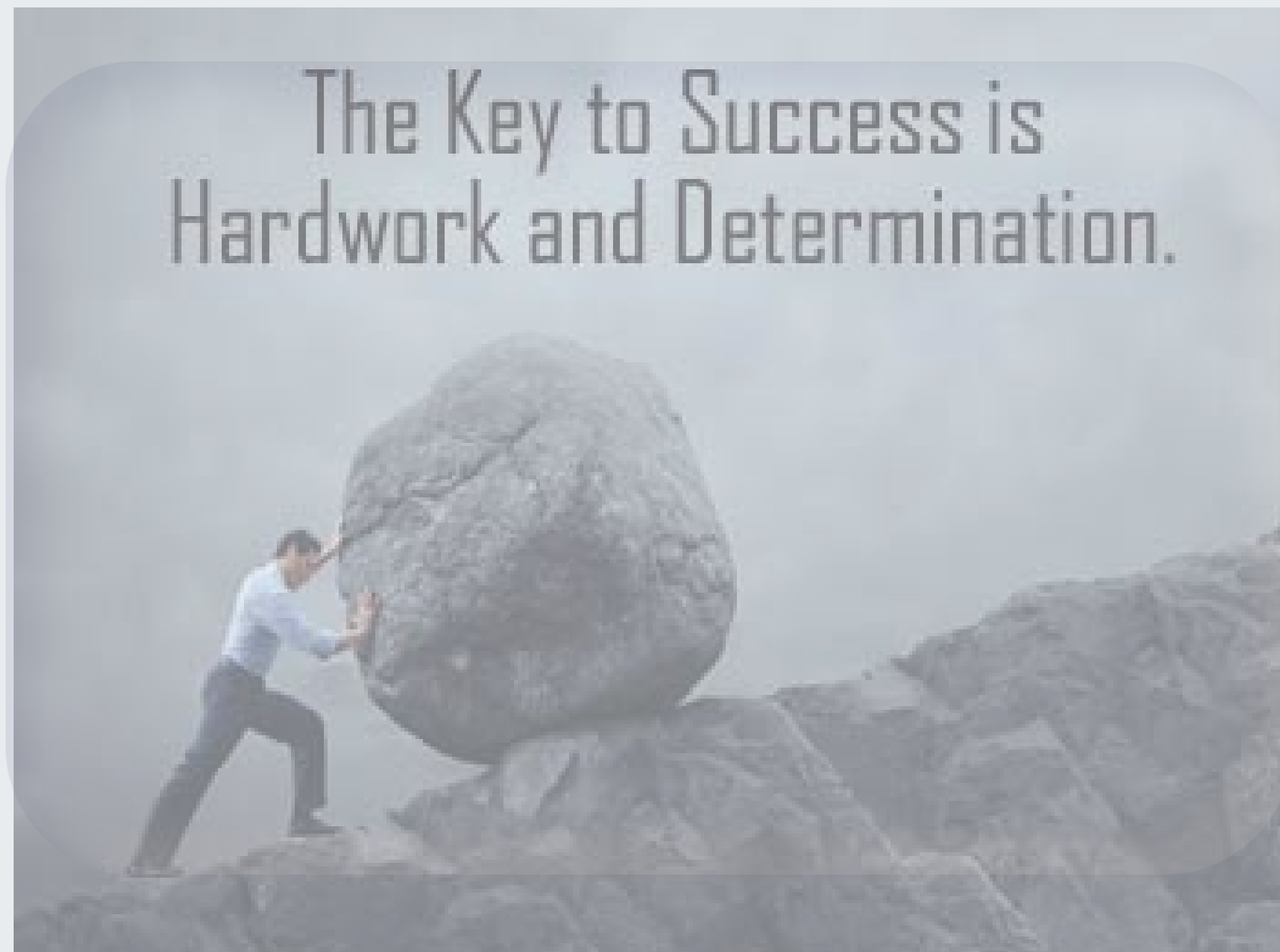
08.00 - śniadanie

10.00 - trening specjalistyczny

13.00 - obiad

13.30 - zakończenie konsultacji

The Key to Success is
Hardwork and Determination.



30.03-03.04.2021 WAŁCZ



KADRA M-18

#DROGADOWIEDNIA

ZAWODNICY

Patryk Wojtasik - LKS Gąsawa
Kamil Staszewski - LKS Gąsawa
Dawid Skrzypiec - HKS Siemianowiczanka
Marcel Jędro - KS Stella Gniezno/LOMS
Tomek Stawski - UKH Start 1954 Gniezno
Michał Mrugalski - UKs SP5 Swarek Swarzędz
Szymon Tyranowski - KS Warta Poznań
Szymon Hyla - LKS Rogowo
Mateusz Wiśniewski - LKS Gąsawa
Kacper Juskowiak - MKS Środa Wlkp.

SZTAB

Waldemar Rataj - selekcjoner
Paweł Bratkowski - trener współpracujący
Damian Just - trener współpracujący
Mikołaj Juszcak - fizjoterapeuta

ZAWODNICY

Nikodem Woźniak - KS Lipno Stęszew/LOMS
Jakub Bieńkowski - AZS . P.P./LOMS
Jakub Mikołajczak - UKS SP 5 Swarek Swarzędz/LOMS
Dominik Turij - HKS Siemianowiczanka/LOMS
Marcel Konieczny - UKH Start 1954 Gniezno
Filip Gieca - HKS Siemianowiczanka
Dominik Małecki - UKH Start 1954 Gniezno
Jan Wesołowski - UKH Start 1954 Gniezno
Szymon Cyprych - UKH Start 1954 Gniezno
Dawid Popowski - KS Pomorzanie Toruń

30.03-03.04.2021 WAŁCZ