

\*\*\* POLSKI ZWIĄZEK KAJAKOWY \*\*\*  
COS "BUKOWINA" WAŁCZ

JESIENNA OGÓLNOPOLSKA  
KONSULTACJA SZKOLENIOWA  
i ELIMINACJE do KADRY  
NARODOWEJ SENIORÓW  
**2007**



Wałcz 26 – 28 października 2007r.



**PROGRAM**  
**OGÓLNOPOLSKIEJ KONSULTACJI SZKOLENIOWEJ**  
**SENIORÓW**  
**WAŁCZ 26-28.10.2007**

**26.10.2007 (piątek)**

godz. **20,00** – **odprawa kierowników ekip** (sala konferencyjna COS)

**27.10.2007 (sobota)**

- godz. **9,00** **kajakarze** - seniorzy **płynięcie indywidualne** 2x2000m, z przerwą 10 minut
- ~godz. **9,40** **kanadyjkarze** - juniorzy **płynięcie indywidualne** 2x2000m, z przerwą 10 minut
- ~godz.**10,25** **kajakarki** - juniorzy **płynięcie indywidualne** 2x2000m, z przerwą 10 minut
- ~godz.**11,00** - sprawdzian **pływania** w kolejności: kajakarze, kanadyjkarze, kajakarki

godz.**20,00** – **konsultacja trenerów klubowych z trenerami kadry** (sala konferencyjna COS)

**28.10.2007 (niedziela)**

od godz.**9,00** - sprawdzian **biegu** w grupach 10-osobowych w kolejności: kajakarze, kanadyjkarze, kajakarki

~godz. **12,00** – **zamknięcie konsultacji**

**Uwaga: program minutowy może ulec zmianie po korektach dokonanych na odprawie technicznej Konsultacji.**

**OGÓLNOPOLSKA KONSULTACJA****LISTY STARTOWE SPRAWDZIANÓW****Walcz Jesień 2007**































Kolejn.startu nr osobisty	Nazwisko i Imię	Rocznik	Klub	Czas 2000m/1 w poprzedniej edycji	Czas startu	Nr komp.
------------------------------	-----------------	---------	------	--------------------------------------	----------------	-------------



**Dzień zawodów: 1 27 października 2007****Wyścig: 001 K-1 2000/2000m seniorów przejd.indywid.**

1	NOWAK TOMASZ	84	MKKS Gorzów Wlkp.		8 : 3,33	09:00	2728
2	OLSZEWSKI TOMASZ	84	Posnania Poznań		8 : 11,47	09:01	1846
3	ŁUCZAK KRZYSZTOF	82	Posnania Poznań		8 : 11,83	09:02	4193
4	BAUMANN PAWEŁ	83	Zawisza Bydgoszcz		8 : 23,80	09:03	3613
5	CEBULA JAKUB	87	AZS AWF Gorzów Wlkp.		8 : 24,43	09:04	2146
6	ROĆKO ADAM	87	OKS Olsztyn		8 : 27,24	09:05	4475
8	KUJAWSKI MARIUSZ	86	Zawisza Bydgoszcz		8 : 30,07	09:06	4842
9	PODGÓRSKI MACIEJ	86	OKS Olsztyn		8 : 30,62	09:07	4463
10	KRAJEWSKI ARKADIUSZ	87	Admira Gorzów Wlkp.		8 : 35,86	09:08	5536
11	HERMANOWICZ ROBERT	88	OKS Olsztyn		8 : 37,95	09:09	4502
11	ŚWIDERSKI PIOTR	84	Fala Lublin		8 : 36,30	09:10	1904
13	KRAWIEC ROBERT	86	Posnania Poznań		8 : 39,53	09:11	5721
14	WARDOWICZ DAWID	84	Posnania Poznań		8 : 40,23	09:12	2240
15	PAWLAK SYLWESTER	80	Zawisza Bydgoszcz		8 : 43,16	09:13	1300
17	MENDELSKI TOMASZ	81	OKS Olsztyn		8 : 46,22	09:14	1207
19	NICKOWSKI MARCIN	86	AZS AWF Gorzów Wlkp.		8 : 57,36	09:15	3575
23	RUDZKI PRZEMYSŁAW	88	MRKS Gdańsk		8 : 58,16	09:16	2944
24	IMIANOWSKI ŁUKASZ	86	AZS AWF Gorzów Wlkp.		9 : 6,25	09:17	3571
25	GÓRSKI TOMASZ	81	OKS Olsztyn		9 : 34,34	09:18	1208
26	RUTKOWSKI MARIUSZ	63	Posnania Poznań			09:19	3699
27	GAWRYCH PRZEMYSŁA	82	Posnania Poznań			09:20	3586
28	ZWOLIŃSKI MICHAŁ	89	OKS Olsztyn		SMSO	09:21	5630
29	OLEŃDZKI OSKAR	87	WTW Warszawa			09:22	4584
30	IGIELSKI WOJCIECH	80	Posnania Poznań			09:23	0211
31	TWARDOWSKI MAREK	79	Sparta Augustów			09:24	0773
32	ZINOWSKI MICHAŁ	88	WTW Warszawa			09:25	4556
33	BOCHENEK MATEUSZ	89	Gwarek Czechowice-Dz		SMSCz	09:26	1705
34	KOŁODZIEJCZYK MICH	89	OKS Olsztyn		SMSO	09:27	5636
35	SIAST JAKUB	85	Posnania Poznań			09:28	5514
36	HOMZA PAWEŁ	89	WTW Warszawa			09:29	4573
37	BŁAŻEJEWSKI MIROSŁA	89	niezrzeszony			09:30	6674

38	SIENNICKI PIOTR	88	WTW Warszawa			09:31	4547
39	SOIŃSKI RAFAŁ	89	AZS AWF Gorzów Wlkp.			09:32	6585
40	FLORCZAK PAWEŁ	89	niezrzeszony		SMSO	09:33	5606
41	PRESCH IGOR	89	WTW Warszawa			09:34	4558
42	KUCZEWSKI MAREK	89	Nogat Malbork			09:35	6941
43	WYSOCKI ADAM	74	Sparta Augustów			09:36	0597
44	WRZESZCZ GRZEGORZ	89	KKS Nowa Sól			09:37	3897

Wyścig: **002 C-1 2000/2000m seniorów** **przej.indywid.**

51	GRZYBOWSKI MARCIN	79	Posnania Poznań			9 : 10,47	09:40	0264
52	TYSZYŃSKI WOJCIECH	84	Victoria Sztum			9 : 16,85	09:41	4374
53	KACZMAREK PRZEMYSŁ	87	Posnania Poznań			9 : 20,11	09:42	6227
54	MARKOWSKI DAWID	83	AZS AWF Gorzów Wlkp.			9 : 21,76	09:43	5519
55	MRÓZ MICHAŁ	87	Cresovia Białystok			9 : 24,69	09:44	1659
56	KACZOR TOMASZ	89	Warta Poznań		ZSMS	9 : 26,26	09:45	4684
57	NOWAK TOMASZ	87	Warta Poznań			9 : 27,45	09:46	4674
59	SKOWROŃSKI PAWEŁ	84	UKS Dojlidy Białystok			9 : 35,62	09:47	1647
61	KOŹBIAŁ JAKUB	88	Gwarek Czechowice-Dz			9 : 36,69	09:48	4713
62	OSIURAK SEBASTIAN	87	Posnania Poznań			9 : 37,01	09:49	3517
63	MENDAŁKA KAMIL	87	Posnania Poznań			9 : 37,33	09:50	4706
64	TOŃSKI ARKADIUSZ	84	OKSW Olsztyn			9 : 40,62	09:51	4460
65	KRUK MARIUSZ	87	Posnania Poznań			9 : 42,16	09:52	2273
66	BRZOZEK RAFAŁ	86	AZS AWF Gorzów Wlkp.			9 : 44,72	09:53	3108
67	TOMALAK TOMASZ	88	Posnania Poznań		ZSMS	9 : 44,75	09:54	3707
68	OKUNIEWSKI PIOTR	86	AZS AWF Gorzów Wlkp.			9 : 45,97	09:55	1537
69	GROS ŁUKASZ	83	AZS AWF Gorzów Wlkp.			9 : 52,94	09:56	4698
70	FRAŃCZEK MARCIN	88	Posnania Poznań		SMS	9 : 57,95	09:57	2277
71	HERTEL MICHAŁ	88	Orzeł Wałcz			9 : 58,03	09:58	2439
72	DOCHNIAK PAWEŁ	87	Posnania Poznań			10 : 0,29	09:59	6226
73	KUBICZ JAKUB	86	AZS AWF Gorzów Wlkp.			10 : 3,85	10:00	2881
74	RYNKIEWICZ ROMAN	81	AZS AWF Gorzów Wlkp.			10 : 10,30	10:01	1047
75	WANDZIK TOMASZ	86	AZS AWF Gorzów Wlkp.			10 : 26,80	10:02	3969
76	JĘDRASZKO DANIEL	76	Posnania Poznań			10 : 28,78	10:03	0137
77	SOŁTYSIAK KAROL	89	OKSW Olsztyn				10:04	5631
78	PŁAWSKI BARTOSZ	89	Admira Gorzów Wlkp.		SMS		10:05	1426
79	DOMŻAŁSKI CEZARY	89	Wel-bis Lidzbark W.		SMSCz		10:06	4248
80	POSTROŻNY DAWID	89	MKSW Trzebinia		SMS		10:07	2281
81	WOSZCZYŃSKI ŁUKASZ	83	AZS AWF Gorzów Wlkp.			0 : 0,00	10:08	3461
82	SITKOWSKI JAKUB	89	Orzeł Wałcz				10:09	2445
83	DARKOWSKI PAWEŁ	89	Cresovia Białystok				10:10	6718
84	KULETA PIOTR	89	MKSW Trzebinia		SMS		10:11	2280
85	BARASZKIEWICZ PAWEŁ	77	Posnania Poznań			0 : 0,00	10:12	0332
86	ZAJĄC ARTUR	89	MKSW Trzebinia		SMS		10:13	2282

87	<b>KARA DANIEL</b>	89	<b>Victoria Sztum</b>	 SMSO	10:14	4403
88	<b>KOZON ADRIAN</b>	89	<b>OKSW Olsztyn</b>		10:15	5613
89	<b>SŁAWIŃSKI JAKUB</b>	88	<b>Wel-bis Lidzbark W.</b>		10:16	4242
90	<b>BRUCH JAROSŁAW</b>	89	<b>Posnania Poznań</b>		10:17	3755

Wyścig: **003** **K-1 2000/2000m** **seniorek** **przej.indywid.**

101	<b>PAWEŁCZAK SANDRA</b>	87	<b>UKS Kopernik Bydg.</b>		9 : 16,22	10:25	6034
102	<b>WYSOCKA KAROLINA</b>	87	<b>UKS Kopernik Bydg.</b>		9 : 19,81	10:26	2885
103	<b>KRUKOWSKA MAGDALE</b>	87	<b>UKS Kopernik Bydg.</b>		9 : 32,72	10:27	6367
104	<b>POLAKOWSKA DARIA</b>	86	<b>AZS AWF Gorzów Wlkp.</b>		9 : 46,60	10:28	3097
105	<b>PYŻAŁSKA IWONA</b>	73	<b>Posnania Poznań</b>		9 : 48,03	10:29	0289
106	<b>WALCZYKIEWICZ MARTA</b>	87	<b>Posnania Poznań</b>		10 : 13,62	10:30	6559
107	<b>RYSZKIEWICZ MARTA</b>	87	<b>AZS AWF Gorzów Wlkp.</b>		10 : 16,60	10:31	4095
108	<b>BRESIŃSKA EWA</b>	86	<b>Warta Poznań</b>			10:32	4651
109	<b>PYRKA AGNIESZKA</b>	89	<b>Błyskawica Rokietnica</b>	 SMS		10:33	5790
110	<b>TCHORZEWSKA NATALI</b>	88	<b>Cresovia Białystok</b>			10:34	6706
111	<b>BIAŁKOWSKA ANETA</b>	77	<b>Posnania Poznań</b>			10:35	0355

# Wykaz ilości zawodników w kategoriach wiekowych

Konkurencja Il.osad

grupa: **kajakarek**

1	seniorek	K	11
---	----------	---	----

Razem zawodników w grupie: 11

grupa: **kajakarzy**

2	seniorów	K	38
---	----------	---	----

Razem zawodników w grupie: 38

grupa: **kanadyjkarzy**

3	seniorów	C	38
---	----------	---	----

Razem zawodników w grupie: 38

Razem zawodników: 87

**TABELA PUNKTACJI WYNIKÓW w KONKURENCJACH KONSULTACJI**  
(Punkty liczone proporcjonalnie w stosunku do wyniku rekordowego i wyniku uwzględnianego.)  
System obowiązuje: wiosna 2007

Konkurencja	Wynik rekordowy [REK] / wynik uwzględniany [UWZ]			Pkty za rekord [PRK] / za wynik uwzględniany	Komentarz
	kajakarze	kanadyjkarze	kajakarki		
Woda 2000m	<b>7:30 / 12:00</b> [min]	<b>8:30 / 16:00</b> [min]		1000 / 0	Razem max.2000 pkt
Woda 1000m	<b>3:30 / 6:00</b> [min]	<b>3:50 / 6:20</b> [min]		1000 / 0	
Bieg	6.000m <b>17 / 30:00</b> [min]		6.000m <b>18 / 32:00</b> [min]	300 / 0	max.300 pkt.
Pływanie	200m <b>2:15 / 6:30</b> [min]		200m <b>2:30 / 7:00</b> [min]	300 / 0	max.300 pkt.

**PRK**  
Ilość punktów zdobytych przez zawodnika = **PRK** –  $\frac{\text{-----}}{\text{UWZ} - \text{REK}}$  x (wynik zawodnika – REK)  
(w danej konkurencji)

Przykład: wynik zawodnika w biegu 6 km → 21min 39sek = 1299sek; REK=1020sek; UWZ=1800sek  
Obliczona ilość pkt = 300 – [300 : (1800 - 1020) x (1299 – 1020)] = 192,6923077 = 192,69

# Wykaz Uczestniczących Ekip

26 października 2007

Odbiór	L.p.	Klub	Województwo	Kierownik ekipy	Uwagi
	1	<b>Admira Gorzów Wlkp.</b>	lubuskie	<b>Krajewski Jerzy</b>	2 zaw.
	2	<b>AZS AWF Gorzów Wlkp.</b>	lubuskie	<b>Zachara Marek</b>	14 zaw.
	3	<b>Błyskawica Rokietnica</b>	wielkopolskie	<b>Dankowski Paweł</b>	1 zaw.
	4	<b>Cresovia Białystok</b>	podlaskie	<b>Grabowski Adam</b>	3 zaw.
	5	<b>Fala Lublin</b>	lubelskie	<b>Świdorski Zbigniew</b>	1 zaw.
	6	<b>Gwarek Czechowice-Dz</b>	śląskie	<b>Kotowicz Grzegorz</b>	2 zaw.
	7	<b>KKS Nowa Sól</b>	lubuskie	<b>Krajewski Jerzy</b>	1 zaw.
	8	<b>MKKS Gorzów Wlkp.</b>	lubuskie	<b>Głazewska Krystyna</b>	1 zaw.
	9	<b>MKSW Trzebinia</b>	małopolskie	<b>Smyk Adam</b>	3 zaw.
	10	<b>MRKS Gdańsk</b>	pomorskie	<b>Dzwonkowski Krzysztof</b>	1 zaw.
	11	<b>niezrzeszony</b>	-	<b>Florczak Wojciech</b>	2 zaw.
	12	<b>Nogat Malbork</b>	pomorskie	<b>Lewandowski Andrzej</b>	1 zaw.
	13	<b>OKS Olsztyn</b>	warmińsko-mazu	<b>Milewski Janusz</b>	7 zaw.
	14	<b>OKSW Olsztyn</b>	warmińsko-mazu	<b>Sklinsmont Waław</b>	3 zaw.
	15	<b>Orzeł Wałcz</b>	zachodniopom.	<b>Markiewicz Adam</b>	2 zaw.
	16	<b>Posnania Poznań</b>	wielkopolskie	<b>Kryk T., Pracharczyk I.</b>	22 zaw.
	17	<b>Sparta Augustów</b>	podlaskie	<b>Siemion Andrzej</b>	2 zaw.
	18	<b>UKS Dojlidy Białystok</b>	podlaskie	<b>Skowroński Ireneusz</b>	1 zaw.
	19	<b>UKS Kopernik Bydg.</b>	kujawsko-pom.	<b>Rakowski Wiesław</b>	3 zaw.
	20	<b>Victoria Sztum</b>	pomorskie	<b>Kuczyński Stanisław</b>	2 zaw.
	21	<b>Warta Poznań</b>	wielkopolskie	<b>Oborski Ryszard</b>	3 zaw.
	22	<b>Wel-bis Lidzbark W.</b>	warmińsko-mazu	<b>Małkowski Tomasz</b>	2 zaw.
	23	<b>WTW Warszawa</b>	mazowieckie	<b>Dryl Andrzej</b>	5 zaw.
	24	<b>Zawisza Bydgoszcz</b>	kujawsko-pom.	<b>Kwiatkowski Ryszard</b>	3 zaw.
				Razem	87 zaw.