

**Harmonogram badań w ramach programu  
Identyfikacja Talentów  
Warszawa 01 – 03 października 2012**

| dzień badań | godzina     | rodzaj badań                                                                               |                                                                             |
|-------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 1           | 9.00-11.00  | Przyjazd do Instytut Sportu                                                                | Do czasu zakwaterowania w pokojach gościnnych proszę przebywać w pokoju 103 |
|             | 11:00       | Pomiary biomechaniczne (pomiar momentów sił 10 grup mięśni, moc kończyn dolnych w wyskoku) | Laboratorium Biomechaniki                                                   |
|             | 12.30-15:00 | Badanie lekarskie                                                                          | Laboratorium Fizjologii                                                     |
|             |             | Test wysiłkowy – moc kończyn górnych (test Wingate 30s)                                    |                                                                             |
|             | 15:00       | obiad                                                                                      | Pokój 114                                                                   |
|             | 19.00       | kolacja                                                                                    | Pokój 114                                                                   |
| 2           | od 8.00     | Pobranie krwi                                                                              | Przychodnia (parter)                                                        |
|             | od 8.10     | Pomiary antropometryczne (analiza składu ciała, somatotyp)                                 | Pokój 109                                                                   |
|             | od 8:30     | Śniadanie                                                                                  | Pokój 114                                                                   |
|             | 9:30        | Wyjazd na pływalnię                                                                        | Spotkanie przy wyjściu z budynku                                            |
|             | 10.00-12.00 | Test wysiłkowy w wodzie (2*400m kraulem)                                                   | ICDS Łomianki                                                               |
|             | 13:00       | Obiad, wyjazd                                                                              |                                                                             |

Badania odbędą się wg powyższego harmonogramu.

Zawodnik wraz z opiekunem może przyjechać w pierwszy dzień badań lub w dzień poprzedzający badania i przenoć w pokojach gościnnych Instytutu Sportu.

Zawodnik powinien zabrać: strój do pływania, strój sportowy (obuwie, spodenki, koszulka), sportową książeczkę zdrowia, ew. ostatnie wyniki badania zdrowia.

Instytut Sportu zapewnia zakwaterowanie i wyżywienie oraz zwraca udokumentowane koszty podróży w kwocie odpowiadającej cenie biletu kolejowego (II kl. poc. pośp., IR, TLK), z uwzględnieniem posiadanych przez nich zniżek. Bilet ten obejmuje podróż z miejsca zamieszkania lub czasowego pobytu (tj. zgrupowanie szkoleniowe, szkoła sportowa itp.) do Warszawy i z powrotem. W przypadku korzystania z dojazdu transportem samochodowym, mogą być zwracane udokumentowane koszty paliwa (faktura wystawiona na Instytut Sportu), pod warunkiem jednak, że nie przekroczą one sumy kosztów biletów kolejowych, które musiałyby ponieść osoby wspólnie podróżujące jednym pojazdem.

Proszę o zgłoszenie daty i godziny przyjazdu oraz wskazanie czy zawodnik przyjeżdża sam, czy z opiekunem, pod adresem e-mail: [piotr.zmijewski@insp.waw.pl](mailto:piotr.zmijewski@insp.waw.pl).

### **01 – 02 października 2012**

(możliwość przyjazdu 30 września po wcześniejszym przekazaniu zgłoszenia potrzeby noclegu i wyżywienia – należy przesłać na adres [piotr.zmijewski@insp.waw.pl](mailto:piotr.zmijewski@insp.waw.pl) do 26 września)

#### Zawodnicy

|             |           |
|-------------|-----------|
| Borkowska   | Lucyna    |
| Petryka     | Nikoła    |
| Sieńczyk    | Jowita    |
| Sztandera   | Dominika  |
| Wójcik      | Magdalena |
| Andrzejczak | Mateusz   |
| Morawski    | Krzysztof |
| Rzadkowski  | Daniel    |
| Świtkowski  | Jan       |

### **02 – 03 października 2012**

(możliwość przyjazdu 01 października po wcześniejszym przekazaniu zgłoszenia potrzeby noclegu i wyżywienia – należy przesłać na adres [piotr.zmijewski@insp.waw.pl](mailto:piotr.zmijewski@insp.waw.pl) do 26 września)

#### Zawodnicy

Vacat  
Vacat  
Vacat  
Rezerwa  
Rezerwa  
Rezerwa  
Rezerwa  
Rezerwa  
Rezerwa  
Rezerwa