



## Pięciobój Nowoczesny Program rozwoju dyscypliny w latach 2022 – 2028

### Wprowadzenie

Sport jest dziedziną życia leżącą na styku różnych pól działalności. Jest stałym elementem współczesnej cywilizacji wyrastającym z naturalnych potrzeb człowieka – aktywności ruchowej, rozwoju sprawności fizycznej, nabywanie umiejętności ruchowych oraz rywalizacji. W wieku dziecięcym sprzyja prawidłowemu rozwojowi biologicznemu, a systematyczny trening i udział w zawodach sportowych kształtuje ambicję, wytrwałość, odporność i systematyczność. Sport zapobiega patologiom społecznym, i jest jednym ze sposobów spędzania czasu wolnego. Sport wyczynowy ma za zadanie przygotowanie utalentowane osoby do uzyskiwania najwyższych wyników w konkretnych dyscyplinach. Promocja państwa na arenie światowej za pośrednictwem sportu staje się coraz bardziej wyraźna, szczególnie w naszej technokratycznej rzeczywistości, gdzie przekaz telewizyjny z wielkich imprez dociera do najdalszych zakątków świata. Jak widać, rola sportu jest ogromna i w przyszłości będzie jeszcze większa.

### Ogólne przesłanie (Misja)

Podstawowym ośrodkiem decyzyjnym regulującym funkcjonowanie systemu sportu jest państwo, które poprzez tworzenie prawa regulującego zasady uczestnictwa w sportowej działalności wpływa istotnie na rozwój sportu w skali makro. Istotną rolę w tworzeniu sportu odgrywają jednak władze samorządowe, stowarzyszenia sportowe, szkoły, wojsko i inne podmioty, tym samym także nasz Związek.

Ministerstwo Sportu i Turystyki, w Strategii Rozwoju Sportu określiło jej główny cel: **Aktywne i Sprawne Społeczeństwo**. Ten program zawiera trzy priorytety, z których dwa: **popularyzacja sportu dla wszystkich oraz wzrost poziomu wyników sportowych** są fundamentami strategii rozwoju i naszej dyscypliny. W roku 2012 (po Igrzyskach Olimpijskich w Londynie) Polski Związek Pięcioboju Nowoczesnego przyjął i rozpoczął realizację programu rozwoju naszej dyscypliny na lata 2013 -2024. Ten program, po modyfikacjach wynikających ze zmian regulaminowych zapowiedzianych po IO w Tokio, będzie kontynuowany także w latach następnych.

Ogólne przesłanie określiliśmy następująco:

**„ celem naszego Związku jest stworzenie takich warunków, aby jak najwięcej osób uprawiało sport oraz wyszkolenie takich zawodników, by mogli walczyć z najlepszymi na świecie na najważniejszych imprezach międzynarodowych w kategoriach seniorów”.**

Sposób realizacji tego zamierzenia jest zawarty w naszym statucie :

„Zadaniem statutowym naszego Związku jest organizacja współzawodnictwa, rozwój i popularyzacja pięcioboju nowoczesnego, stworzenie wieloletniego planu szkoleniowego i jego realizacja w celu przygotowania zawodników do startu w najważniejszych imprezach: Mistrzostwach Świata i Igrzyskach Olimpijskich.

Ten zapis w naszym statucie jednoznacznie wyznacza priorytety, jakie należy brać pod uwagę przy ustalaniu programu strategicznego dla takiej organizacji jak nasza. Pozycja dyscypliny w krajowej strukturze sportowej, a co za tym idzie środki finansowe przeznaczone na realizację zadań sportowych (przygotowania do imprez mistrzowskich) zależą głównie od tego, jakie możliwości zdobywania dobrych miejsc i medali na Igrzyskach Olimpijskich mają nasi zawod-



nicy. Ta pozycja wpływa nie tylko wysokość bezpośredniego finansowania Związku, ale przenosi się także na niższe szczeble, dając podstawy do rozwoju dyscypliny mierzonej :

1. poziomem sportowym na tle rywalizacji międzynarodowej
2. liczbą klubów, zawodników, trenerów, działaczy
3. medialnością w społeczeństwie

### **Ocena stanu aktualnego**

Pięciobój nowoczesny ma w Polsce wysoką pozycję. Budował ją w latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych, a ugruntował w latach następnych. W ciągu 45 lat to znaczy: od pierwszego medalu zdobytego przez J.G. Peciaka na Igrzyskach Olimpijskich w Montrealu w roku 1976 Polacy zdobyli ich ponad 250. Ze względu, że w naszym sporcie liczba możliwych do zdobycia medali na Mistrzostwach Świata i Europy jest niezbyt duża (w sumie 18 : 3 w konkurencji indywidualnej, 3 w klasyfikacji drużynowej i 3 w sztafetach w kategorii mężczyzn oraz kobiet) nasz dorobek należy uznać za znaczący.

#### **1. Osiągnięcia sportowe w latach 2017 – 2021**

W latach 2017 – 2021 reprezentanci Polski startowali we wszystkich zawodach Mistrzowskich : Igrzyskach Olimpijskich, Młodzieżowych Igrzyskach Olimpijskich, Mistrzostwach Świata i Europy. Razem z medalem w sztafecie mieszanej na MIO w Buenos Aires (Kamil Kasperczyk)

- Reprezentanci Polski zdobyli 32 medale.
- Na zawodach mistrzowskich startowało 55 zawodników (28 kobiety i 27 mężczyzn).
- Medale zdobyło 26 zawodników z 9 klubów

**Poniżej tabela medalowa z podziałem na kategorie wiekowe:**

| Liczba zdobytych medali na MŚ i ME - Razem 32 medali |  | 2017     | 2018     | 2019     | 2020     | 2021     | Razem     |
|------------------------------------------------------|--|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|
| Senior ( 24 lata i starsi )                          |  | 1        |          |          |          | 1        | 2         |
| Młodzieżowcy (19 -23 lata)                           |  | 4        | 5        | 3        | 4        | 3        | 19        |
| Juniorzy (16 - 18 lat)                               |  |          | 2        |          |          | 2        | 4         |
| Juniorzy Młodszy (12 - 15 lat)                       |  |          | 2        | 2        |          | 3        | 7         |
| <b>Razem</b>                                         |  | <b>5</b> | <b>9</b> | <b>5</b> | <b>4</b> | <b>9</b> | <b>32</b> |

Nasi reprezentanci najwięcej medali zdobyli w kategorii Młodzieżowej ( 19 -23 lata). Zdecydowanie poniżej oczekiwań zaprezentowali startowali nasi zawodnicy w kategoriach seniorów w których zdobyli tylko 2 medale. Głównym powodem był fakt, że zawodnicy szkoleni stacjonarnie w Ośrodku Szkolenia PZPN w Rio de Janeiro zdecydowali się na przygotowania w klubach macierzystych co skutkowało obniżeniem ich poziomu sportowego. To dotyczyło : Oktawii Nowackiej, Natalii Hachulskiej, Jarosława Swiderskiego, Remigiusza Goliśa którzy stanowili trzon grupy olimpijskiej do Igrzysk Olimpijskich w Rio de Janeiro.



Oceniając potencjał sportowy naszych zawodników na początku przygotowań do IO 2024 i 2028 przydatne będą poniższe zestawienia:

- Zestawienie zawodników którzy w latach 2017 – 2021 zdobyli medale na MŚ i ME

| Lp | Klub                                | Struktura szkolenia      | 2017 | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 |
|----|-------------------------------------|--------------------------|------|------|------|------|------|
| 1  | <b>RTP "Victoria" Radom</b>         | <b>Mazowieckie</b>       |      |      |      |      |      |
|    | Klimek Maciej (2003)                | OSSM Warszawa            |      |      |      |      | x    |
|    | Niedziałkowska Daria (2000)         | OSSM Warszawa            |      |      |      |      | x    |
| 2  | <b>ST "PP CWKS "Legia" Warszawa</b> | <b>Mazowieckie</b>       |      |      |      |      |      |
|    | Dębska Katarzyna (2006)             | OSSM Warszawa od 01.09   |      |      |      |      | x    |
|    | Gutkowski Łukasz (1998)             | OSSM Warszawa, OS PZPnow |      |      | x    | x    |      |
|    | Karbownik Małgorzata (2005)         | OSSM Warszawa            |      |      |      |      | x    |
|    | Ławrynowicz Daniel (1997)           | OSSM Warszawa, OS PZPnow | x    | x    |      | x    |      |
|    | Wierzba Michałina (2002)            | OSSM Warszawa            |      |      |      | x    | x    |
|    | Wierzba Wiktoria (1999)             | OSSM Warszawa, OS PZPnow |      |      |      | x    |      |
|    | Wolska Pola (2005)                  | OSSM Warszawa            |      |      |      |      | x    |
| 3  | <b>UKS "48" Częstochowa</b>         |                          |      |      |      |      |      |
|    | Myrda Paulina (2003)                | OSSM Warszawa            |      | x    | x    |      |      |
| 4  | <b>UKS "Armexim Kapry" Pruszków</b> |                          |      |      |      |      |      |
|    | Kobecka Marta (1995)                | OS PZP Now               | x    | x    |      |      | x    |
| 5  | <b>UKS "Dwójka" Tczew</b>           |                          |      |      |      |      |      |
|    | Ciesielska Zofia (2004)             | OSSM Warszawa            |      |      | x    |      |      |
|    | Karolak Dominika (1998)             | OSSM Warszawa, OS PZPnow | x    |      |      |      |      |
| 6  | <b>UKS "G-8 Bielany" Warszawa</b>   |                          |      |      |      |      |      |
|    | Gutkowski Łukasz (1998)             | OSSM Warszawa, OS PZPnow |      | x    |      |      |      |
|    | Paradowski Olaf (2003)              | OSSM Warszawa            |      |      |      |      | x    |
|    | Paradowski Oskar (1999)             | OSSM Warszawa, OS PZPnow |      | x    | x    |      |      |
|    | Świdorski Jarosław (1993)           | OS PZP Now               | x    |      |      |      |      |
|    | Kapała Adrianna (2003)              | OSSM Warszawa            |      |      |      |      | x    |
| 7  | <b>UKS "Konstantynów Łdz.</b>       |                          |      |      |      |      |      |
|    | Pydyszevska Ewa (2002)              | OSSM Drzonków            |      | x    |      |      |      |
| 8  | <b>UKS "Żoliborz" Warszawa</b>      |                          |      |      |      |      |      |
|    | Stasiak Sebastian (1994)            |                          | x    |      |      |      |      |
| 9  | <b>ZKS Drzonków</b>                 |                          |      |      |      |      |      |
|    | Cybulski Cyprian (2002)             | OSSM Drzonków            |      |      |      |      | x    |
|    | Dominik Natalia (1998)              | OSSM Drzonków            | x    | x    | x    |      | x    |
|    | Jabłoński Michał (2004)             | OSSM Drzonków            |      |      |      |      | x    |
|    | Kasperczak Kamil (2000)             | OSSM Drzonków            | x    | x    | x    | x    |      |
|    | Powroźnik Igor (2000)               | OSSM Drzonków            |      | x    |      |      |      |
|    | Pydyszevska Ewa (2002)              | OSSM Drzonków            |      |      |      | x    | x    |
|    | Staśkiewicz Szymon (1987)           | OSSM Drzonków            | x    |      |      |      |      |
|    | Szczur Nela (2004)                  | OSSM Drzonków            |      |      | x    |      |      |
|    | Marcinkowska Maja (2005)            | OSSM Drzonków            |      |      |      |      | x    |

- Zestawienie wyników indywidualnych na MŚ i ME (konkurencja olimpijska)

**POLSKI ZWIĄZEK PIĘCIOBOJU NOWOCZESNEGO**  
**POLISH MODERN PENTATHLON ASSOCIATION**



| Indywidualne lokaty zawodniczek startujących na ME i MŚ w latach 2017 -2021 |                                        |                                                           |         |     |       |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------|-----|-------|------|----|------|----|------|----|-----|------|----|
| Lp                                                                          | Zawodniczka                            | Klub                                                      | Rocznik | Kat | Faza  | 2017 |    | 2018 |    | 2019 |    | ### | 2021 |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     |       | ME   | MŚ | MIO  | ME | MŚ   | ME | ME  | IO   | ME |
| 1                                                                           | Nowacka Oktawia<br>30 lat/33 lata      | St "PP CWKS Legia" Warszawa                               | 1991    | Sen | Elim  | 16   |    |      |    |      | 4  | 2   |      | 24 |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final | 35   |    |      |    |      | 14 | 35  |      |    |
| 2                                                                           | Maliszewska Anna<br>28 lat/31 lat      | UKS "Żoliborz" Warszawa<br>KS "Olimpia" Zielona Góra      | 1993    | Sen | Elim  | 4    | 18 |      | 17 | 11   | 15 |     |      | 10 |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final | 22   | 24 |      | 33 | 30   | 26 |     | 20   | 22 |
| 3                                                                           | Kobecka Marta<br>26 lat/29 lat         | UKS "Kapry - Amexim" Pruszków                             | 1995    | U24 | Final | 10   |    |      | 9  |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | Sen | Elim  |      |    |      | 22 |      | 29 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final |      |    |      |    |      |    |     | 14   | 15 |
| 4                                                                           | Klemczyńska Magdalena<br>25 lat        | ZKS Drzonków                                              | 1996    | U22 | Elim  |      | 24 |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final | 15   |    |      |    |      |    |     |      |    |
| 5                                                                           | Dominiak Natalia<br>23 lata/26 lat     | ZKS Drzonków                                              | 1998    | U22 | Elim  |      | 18 |      |    | 22   | 13 | 6   |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final | 19   | 21 |      | 16 | 24   | 27 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | Sen | Elim  | 1    |    |      | 13 | 7    |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final | 20   |    |      |    |      |    |     |      | 11 |
| 6                                                                           | Karolak Dominika<br>23 lata            | UKS "Dwójka" Tczew<br>St "PP CWKS Legia" Warszawa         | 1998    | U22 | Elim  |      | 24 |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final | 13   |    |      | 26 |      |    |     |      |    |
| 7                                                                           | Sobolewska Aleksandra<br>22 lata       | ZKS Drzonków                                              | 1999    | U19 | Elim  | 18   | 13 |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U22 | Final | 28   |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Elim  | 29   |    |      |    |      |    |     |      |    |
| 8                                                                           | Wierzbna Wiktoria<br>22 lata/25 lat    | UKS "Ósemka" Starogard Gd.<br>St "PP CWKS Legia" Warszawa |         | U19 | Elim  | 9    | 14 |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U22 | Final | 35   |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Elim  |      |    |      | 24 | 7    | 11 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final |      |    |      |    | 32   | 30 |     |      |    |
| 9                                                                           | Ligeza Katarzyna<br>21 lat/24 lata     | ZKS Drzonków                                              | 2000    | U19 | Elim  | 20   | 24 |      | 17 | 11   |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U22 | Final |      |    |      | 34 | 36   |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Elim  |      |    |      |    | 16   | 24 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final |      |    |      |    | 35   |    |     |      |    |
| 10                                                                          | Niedziałkowska Daria<br>21 lat/24 lata | RTP "Victoria" Radom                                      | 2000    | U19 | Elim  |      |    |      | 21 | 29   |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U22 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 7    | 6  |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final |      |    |      |    |      |    | 16  | 23   |    |
| 11                                                                          | Wysokińska Agnieszka<br>21 lat/24 lata | UKS "G-8 Bielany Warszawa<br>ZKS Drzonków                 | 2000    | U19 | Elim  |      |    |      | 12 |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U22 | Final |      |    | 20   | 18 |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Elim  |      |    |      |    | 19   | 20 |     | 21   |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
| 12                                                                          | Berent Marta                           | UKS "Żoliborz" Warszawa                                   | 2001    | U17 | Elim  |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final | 10   |    |      |    |      |    |     |      |    |
| 13                                                                          | Bieniecka Natalia                      | St "PP CWKS Legia" Warszawa                               | 2001    | U17 | Elim  | 32   |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      | 26 |      |    |     |      |    |
| 14                                                                          | Dąbrowska Julia                        | MKP Mysłibórz<br>ZKS Drzonkow                             | 2001    | U17 | Elim  | 17   |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      | 19 | 19   |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final |      |    |      |    | 20   |    |     |      |    |
| 15                                                                          | Stokosińska Karolina                   | ZKS Drzonków                                              | 2001    | U19 | Elim  |      |    |      |    | 22   |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U17 | Final |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
| 16                                                                          | Ławrynowicz Zuzanna                    | UKS "Dwójka" Tczew                                        | 2002    | U17 | Elim  |      |    |      | 30 |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
| 17                                                                          | Markowicz Paula                        | UKS "G-8 Bielany Warszawa                                 | 2002    | U17 | Elim  | 40   |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
| 18                                                                          | Pydyszewska Ewa<br>19 lat/22 lat       | UKS "Piątka" Konstantynów Łódz<br>ZKS Drzonków            | 2002    | U17 | Elim  |      |    |      | 10 |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    | 9    | 9  |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U22 | Elim  |      |    |      |    | 25   | 30 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 11   | 21 |
|                                                                             |                                        |                                                           |         |     | Final |      |    |      |    |      |    |     | 9    | 13 |
| 19                                                                          | Wierzbna Michalina<br>19 lat/22 lata   | UKS "Ósemka" Starogard Gd.<br>St "PP CWKS Legia" Warszawa | 2002    | U19 | Elim  |      |    |      |    | 15   | 8  |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U22 | Final |      |    |      |    | 18   | 36 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 13   | 23 |
| 20                                                                          | Kapala Adrianna<br>18 lat/21 lat       | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 2003    | U17 | Elim  |      |    |      | 27 |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U24 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 8    |    |
| 21                                                                          | Myrda Paulina<br>18 lat/21 lat         | UKS "48" Częstochowa<br>St "PP CWKS Legia" Warszawa       | 2003    | U17 | Elim  |      |    |      |    |      |    |     | 29   | 28 |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    | 4    |    |     |      |    |
| 22                                                                          | Ciesielska Zofia<br>17 lat/20 lat      | UKS "Dwójka" Tczew                                        | 2004    | U17 | Elim  |      |    |      |    | 20   | 11 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    | 12   |    |     |      |    |
| 23                                                                          | Szczur Nela<br>17 lat/20 lat           | ZKS Drzonków                                              | 2004    | U17 | Elim  |      |    |      |    | 28   | 29 |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    | 3    |    |     |      |    |
| 24                                                                          | Zdrzenicka Julia<br>17 lat/20 lat      | MKP Mysłibórz<br>ZKS Drzonkow                             | 2004    | U17 | Elim  |      |    |      |    |      |    |     |      |    |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    | 37   |    |     |      |    |
| 25                                                                          | Karbownik Małgorzata<br>16 lat/19 lat  | MKP "Jedynka" Łódź<br>St "PP CWKS Legia" Warszawa         | 2005    | U17 | Elim  |      |    |      |    |      |    |     | 10   | 11 |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 11   | 20 |
| 26                                                                          | Marcinkowska Maja<br>16 lat/19 lat     | MKP "Jedynka" Łódź<br>ZKS Drzonków                        | 2005    | U17 | Elim  |      |    |      |    |      |    |     | 8    | 10 |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 20   | 25 |
| 27                                                                          | Wolska Pola<br>16 lat/19 lat           | St "PP CWKS Legia" Warszawa                               | 2005    | U17 | Elim  |      |    |      |    |      |    |     | 13   | 12 |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 12   | 15 |
| 28                                                                          | Dębska Katarzyna<br>15 lat/18 lat      | St "PP CWKS Legia" Warszawa                               | 2006    | U17 | Elim  |      |    |      |    |      |    |     | 4    | 4  |
|                                                                             |                                        |                                                           |         | U19 | Final |      |    |      |    |      |    |     | 8    | 10 |

**POLSKI ZWIĄZEK PIĘCIOBOJU NOWOCZESNEGO**  
**POLISH MODERN PENTATHLON ASSOCIATION**



| Indywidualne lokaty zawodników startujących na ME i MŚ w latach 2017 -2021 |                                       |                                                           |         |     |               |          |         |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------|-----|---------------|----------|---------|------|----------|----------|----------|------|----|------|----------|----------|----------|
| Lp                                                                         | Zawodniczka                           | Klub                                                      | Rocznik | Kat | Faza          | 2017     |         | 2018 |          | 2019     |          | 2020 |    | 2021 |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         |     |               | ME       | MS      | MIO  | ME       | MS       | ME       | MS   | ME | IO   | ME       | MS       |          |
| 1                                                                          | Stasiiewicz Szymon<br>34 lata/37 lat  | ZKS dronków                                               | 1987    | Sen | Elim<br>Final | 18       | 9<br>26 |      | 26       |          | 11<br>35 |      |    |      |          |          |          |
| 2                                                                          | Świderski Jarosław<br>28 lat/31 lat   | UKS "G- Bielany" Warszawa                                 | 1993    | Sen | Elim<br>Final | 20       | 6<br>17 |      |          |          | 29       |      |    |      | 28       |          |          |
| 3                                                                          | Stasiak Sebastian<br>27 lat/30 lat    | UKS "Żoliborz" Warszawa<br>KS "Olimpia" Zielona Góra      | 1994    | U24 | Final         | 3        |         |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | Sen | Elim<br>Final |          | 6<br>18 |      | 23       |          | 17<br>10 |      |    |      |          |          | 10<br>19 |
| 4                                                                          | Dukiński Maciej<br>26 lat/29 lat      | UKS "G- Bielany" Warszawa                                 | 1995    | U24 | Final         |          |         |      | 18       |          |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | Sen | Elim<br>Final |          |         |      | 24       |          |          |      |    |      |          | 34       |          |
| 5                                                                          | Ławrynowicz Daniel<br>24 lata/27 lat  | UKS "Dwójka" Tczew<br>ST "PP CWKS Legia" Warszawa         | 1997    | U22 | Elim<br>Final | 11<br>17 | 25      |      |          | 9<br>35  |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U24 | Final         | 8        |         |      | 6        |          |          |      | 7  |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | Sen | Elim<br>Final | 22       |         |      |          | 20       | 17<br>14 |      |    |      |          | 32       | 27       |
| 6                                                                          | Dąbrowski Paweł<br>23 lata/26 lat     | ZKS dronków                                               | 1998    | U22 | Elim<br>Final |          | 24      |      |          |          | 27       |      |    |      |          |          |          |
| 7                                                                          | Gutkowski Łukasz<br>23 lata/26 lat    | UKS "G-8 Bielany" Warszawa<br>ST "PP CWKS Legia" Warszawa | 1998    | U22 | Elim<br>Final | 8<br>27  | 1       |      |          | 1<br>5   | 12<br>8  |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U24 | Final         | 23       |         |      | 1        |          | 21       | 3    |    | 2    |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | Sen | Elim<br>Final | 15<br>26 | 22      |      |          | 4<br>32  | 14<br>6  |      |    |      | 12       | 14       |          |
| 8                                                                          | Adach Paweł<br>22 lata/25 lat         | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 1999    | U19 | Elim<br>Final | 13<br>25 |         |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
| 9                                                                          | Jaszczerki Michał<br>22 lata/25 lat   | UKS "Dwójka" Tczew                                        | 1999    | U19 | Elim<br>Final | 14<br>30 | 15      |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final | 22       | 22      |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
| 10                                                                         | Paradowski Oskar<br>22 lata/25 lat    | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 1999    | U22 | Elim<br>Final |          |         |      |          | 8<br>31  | 4<br>16  | 26   |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U24 | Final         |          |         |      | 14       |          | 10       |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          | 26      |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
| 11                                                                         | Jakubowski Sergiusz<br>21 lat/24 lata | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 2000    | U19 | Elim<br>Final |          | 26      |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
| 12                                                                         | Karnik Eryk<br>21 lat/24 lata         | RTP "Victoria" Radom                                      |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      | 19<br>16 | 14       |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U24 | Final         |          |         |      |          |          |          | 17   |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final | 18<br>17 | 2<br>15 |      | 9<br>6   |          |          |      |    |      |          |          |          |
| 13                                                                         | Kasperczak Kamil<br>21 lat/24 lata    | ZKS dronków                                               | 2000    | U22 | Elim<br>Final |          |         |      |          | 13<br>27 | 20       |      |    |      | 3<br>5   | 6<br>33  |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U24 | Final         | 15       |         |      |          |          | 6        |      | 4  |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | Sen | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      |          | 11       |          |
| 14                                                                         | Olejnik Filip<br>21 lat/24 lata       | ZKS dronków                                               | 2000    | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          | 9<br>35  |          |      |    |      |          |          |          |
| 15                                                                         | Powroźnik Igor<br>21 lat/24 lata      | ZKS dronków                                               | 2000    | U19 | Elim<br>Final |          |         |      | 4<br>14  | 22       |          |      |    |      |          |          |          |
| 16                                                                         | Suliga Marcel<br>21 lat/24 lata       | ZKS dronków                                               | 2000    | U24 | Final         |          |         |      |          |          | 32       |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      | 14<br>31 |          |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U22 | Elim<br>Final |          |         |      |          | 9<br>26  | 10<br>29 |      |    |      |          |          |          |
| 17                                                                         | Machel Gerard<br>20 lat/23 lata       | ZKS Drzonków                                              | 2001    | U17 | Elim<br>Final |          | 28      |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          | 18       |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U17 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
| 18                                                                         | Rogowicz Jakub<br>20 lat/23 lata      | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 2001    | U19 | Elim<br>Final |          | 14      |      |          |          | 12<br>23 | 13   |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U22 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      | 21       |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U17 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
| 19                                                                         | Szmytko Jakub<br>20 lat/23 lata       | UKS "Żoliborz" Warszawa                                   | 2001    | U19 | Elim<br>Final |          | 26      |      |          |          | 22       |      |    |      |          |          |          |
| 20                                                                         | Wójcik Igor<br>20 lat/23 lata         | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 2001    | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          | 22       |      |    |      |          |          |          |
| 21                                                                         | Cybulski Cyprian<br>19 lat/22 lata    | ZKS dronków                                               | 2002    | U17 | Elim<br>Final |          |         |      | 23       |          |          | 15   |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U22 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      | 25       |          |          |
| 22                                                                         | Michałczyk Bartosz<br>19 lat/22 lata  | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 2002    | U17 | Elim<br>Final |          |         |      | 30       |          |          |      |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          | 26       |      |    |      |          |          |          |
| 23                                                                         | Ziółek Piotr<br>18 lat/21 lat         | UKS "Dwójka" Tczew                                        | 2003    | U17 | Elim<br>Final |          |         |      | 46       |          | 4<br>14  |      |    |      |          |          |          |
| 24                                                                         | Klimek Maciej<br>18 lat/21 lat        | RTP "Victoria" Radom                                      | 2003    | U17 | Elim<br>Final |          |         |      |          | 31       |          | 44   |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      | 11<br>7  | 10<br>12 |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U22 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      | 21<br>13 | 27       |          |
| 25                                                                         | Paradowski Olaf<br>18 lat/21 lat      | UKS "G-8 Bielany" Warszawa                                | 2003    | U17 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          | 10<br>20 | 13   |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      | 15<br>21 | 26       |          |
| 26                                                                         | Jabłoński Michał<br>17 lat/20 lat     | MKP Myślibórz<br>ZKS Drzonków                             | 2004    | U17 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          | 11<br>29 | 5    |    |      |          |          |          |
|                                                                            |                                       |                                                           |         | U19 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      | 14<br>14 | 18       |          |
| 27                                                                         | Radomyski Igor<br>15 lat/18 lat       | ST "PP CWKS Legia" Warszawa                               | 2006    | U17 | Elim<br>Final |          |         |      |          |          |          |      |    |      | 13<br>24 | 20       |          |



### Kluby, zawodnicy, trenerzy, sędziowie

| Lp | Kategoria                                        | Opis | 2017 | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 |
|----|--------------------------------------------------|------|------|------|------|------|------|
| 1  | Kluby zarejestrowane                             |      | 39   | 41   | 36   | 42   | 45   |
|    | Kluby aktywne                                    |      | 32   | 31   | 34   | 37   | 39   |
| 2  | Liczba licencji zawodniczych (ogółem)            |      | 649  | 765  | 786  | 882  | 1422 |
|    | Młodzik ( do 11 lat)                             |      | 348  | 485  | 523  | 532  | 1028 |
|    | Junior Młodszy (12 - 15 lat)                     |      | 254  | 229  | 216  | 295  | 289  |
|    | Junior (16 - 18 lat)                             |      | 22   | 29   | 22   | 22   | 69   |
|    | Młodzieżowiec (19 - 23 lata)                     |      | 16   | 15   | 16   | 24   | 23   |
|    | Senior ( 24 lata i starsi)                       |      | 9    | 7    | 9    | 9    | 13   |
| 3  | Liczba licencji Trenerów i Instruktorów (Ogółem) |      | 150  | 155  | 157  | 154  | 167  |
|    | Trenerów                                         |      | 86   | 88   | 88   | 87   | 93   |
|    | Instruktorów                                     |      | 64   | 67   | 69   | 67   | 74   |
| 4  | Liczba Sędziów (Ogółem)                          |      | 151  | 160  | 166  | 168  | 189  |
|    | Klasy Międzynarodowej                            |      | 15   | 15   | 15   | 17   | 17   |
|    | Klasy Krajowej                                   |      | 136  | 145  | 151  | 151  | 172  |
| 5  | Kadra narodowa (Ogółem)                          |      | 74   | 67   | 75   | 95   | 81   |
|    | Kobiet                                           |      | 32   | 32   | 37   | 45   | 40   |
|    | Mężczyzn                                         |      | 42   | 35   | 38   | 50   | 41   |
|    | Senior ( 24 lata i starsi)                       |      | 8    | 6    | 7    | 7    | 9    |
|    | Kobiet                                           |      | 3    | 3    | 3    | 3    | 4    |
|    | Mężczyzn                                         |      | 5    | 3    | 4    | 4    | 5    |
|    | Młodzieżowcy (19 -23 lata)                       |      | 14   | 13   | 17   | 22   | 16   |
|    | Kobiet                                           |      | 5    | 6    | 7    | 10   | 8    |
|    | Mężczyzn                                         |      | 9    | 7    | 10   | 12   | 8    |
|    | Juniorzy (16 - 18 lat)                           |      | 19   | 21   | 20   | 17   | 26   |
|    | Kobiet                                           |      | 8    | 8    | 11   | 8    | 11   |
|    | Mężczyzn                                         |      | 11   | 13   | 9    | 9    | 15   |
|    | Juniorzy Młodzi (12 - 15 lat)                    |      | 33   | 27   | 31   | 49   | 30   |
|    |                                                  |      | 16   | 15   | 16   | 24   | 17   |
|    |                                                  |      | 17   | 12   | 15   | 25   | 13   |
| 6  | Z ilu Województw w Kadrze Narodowej              |      | 6    | 6    | 6    | 6    | 7    |
| 7  | Z ilu Klubów w Kadrze Narodowej                  |      | 15   | 16   | 17   | 14   | 16   |

### **Organizacja Szkolenia Stacjonarnego PZPNow**

Pięciobój Nowoczesny jest sportem olimpijskim i ten fakt determinuje poczynania Związku. Jednym z podstawowych zadań jest stworzenie wieloletniego planu szkoleniowego oraz jego realizacja w celu przygotowania zawodników do startu w najważniejszych imprezach: Mistrzostwach Świata i Igrzyskach Olimpijskich.

Pozycja dyscypliny w krajowej strukturze sportowej, a co za tym idzie środki finansowe przeznaczone na realizację zadań sportowych (przygotowania do imprez mistrzowskich) zależy głównie od tego, jakie możliwości zdobywania dobrych miejsc i medali na Igrzyskach Olimpijskich mają nasi zawodnicy.

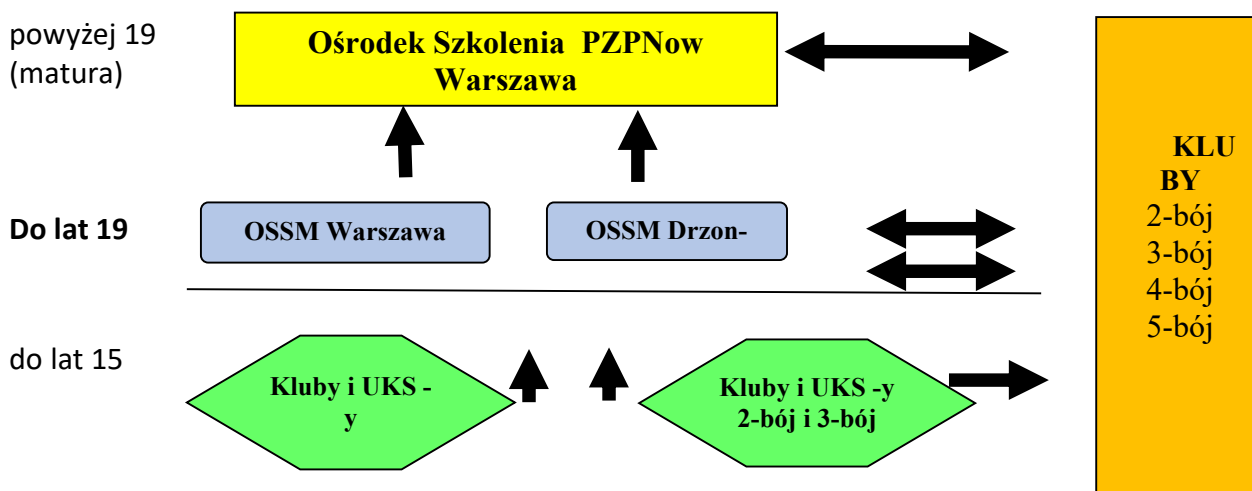
Na Igrzyskach Olimpijskich pięciobój nowoczesny ma do zdobycia tylko 2 komplety medali (indywidualnie w kategorii kobiet i mężczyzn) i 32 punkty (może startować maksymalnie 2 kobiety i 2 mężczyzn). Trudno porównywać nasz sport z innymi dyscyplinami, które mają tych możliwości zdecydowanie więcej (pływanie, lekka atletyka ponad 40 kompletów medali), ale biorąc pod uwagę parametr: liczba zdobytych punktów/liczbę konkurencji na przestrzeni ostatnich 30 lat nasz sport jest w czołówce. To pokazuje wiarygodność dyscypliny w kontekście przygotowań do Igrzysk Olimpijskich.



Przygotowania olimpijskie muszą mieć charakter ciągłej, wieloletniej pracy organizacyjnej w oparciu o kluby sportowe, kadrę wojewódzką, szkoły mistrzostwa sportowego, kadrę narodową juniorów i seniorów. Środki finansowe muszą być skierowane tam, gdzie system szkolenia, prace organizacyjne i wyniki sportowe mogą przynieść największe efekty.

Konstruując program długofalowego szkolenia trzeba konsekwentnie przestrzegać nie tylko praw rządzących treningiem, lecz także wszelkich zasad dotyczących rozwoju, zdrowia, kształcenia i wychowania. Najważniejszym atutem tego programu jest fakt, że w sposób czytelny ukazuje drogę sportową zawodników od wieku dziecięcego aż do wieku dojrzałego. **PZPNow od wielu lat prowadzi 3 Ośrodki Szkolenia Grupowego: OSSM w Drzonkowie, OSSM w Warszawie i Ośrodek Szkolenia PZPNow w Warszawie.**

**Schemat organizacyjno-sportowy wygląda następująco.**



**OSSM Drzonków:** Parcour, kryta ujeżdżalnia, 8 koni/ siłownia/odnowa biologiczna/sala szermiercza - 8 plansz/strzelnica 14 stanowisk, 15 pistoletów laserowych/pływalnia 25 i 50 m. Koszty obiektów pokrywa ZKS Drzonków. Zawodnicy mieszkają w bursie prowadzoną przez klub ZKS Drzonków, którą finasuje Starostwo

**OSSM Warszawa:** Parcour, kryta ujeżdżalnia, 8 koni/ stadion tartanowy 200 m/ sala szermiercza - 5 plansz/ strzelnica 14 stanowisk, 15 pistoletów laserowych/ pływalnia 6 torów. Zawodnicy mieszkają w internacie przy ul. Lindego 20. Wszelkie koszty pokrywa PZPNow.

**OS PZPNow:** Polski Związek Pięcioboju Nowoczesnego prowadzi od wielu lat (powstał w roku 2001) stacjonarny Ośrodek Szkolenia PZPNow zwany dalej „Ośrodkiem”, który korzysta z infrastruktury w Warszawie (AWF, Kozielska 4a) oraz Łomiankach (Integracyjne Centrum Dydaktyczni Sportowe ul. Staszica 1)

**Struktura ta ma zadanie prowadzenia szkolenia dla najlepszych zawodników kadry narodowej w formie stacjonarnej, umożliwiając im skuteczne łączenia ich zajęć pozasportowych (nauka w szkołach ponad-licealnych lub na wyższych uczelniach) z treningiem, jakiemu musi się poddać zawodnik pragnący osiągać wyniki na poziomie światowym. Ze względu na poniesione koszty (wyżywienie, zakwaterowanie, sprzęt), przynależność do Ośrodka jest przywilejem i jest zarezerwowana tylko dla zawodników kadr narodowych se-**



niorów i młodzieżowców, deklarujących w sposób jednoznaczny gotowość podjęcia treningu mającego na celu osiągnięcia poziomu światowego.

Inicjatywa powstania takiej formy szkolenia powstała po uważnej i szczegółowej analizie sytuacji w wiodących klubach, oczekiwań związanych z naszym sportem oraz przyczyn zakończenia karier sportowych wielu utalentowanych zawodników w wieku 19-21 lat.

#### Obiekty:

- Zakwaterowanie i wyżywienie I CDS Łomianki (4 pokoje)  
Zawodnicy otrzymują dziennie dofinansowanie w kwocie 30 zł/dziennie x 5 razy w tygodniu, które mogą realizować w stołówce ICDS lub w Relaksie na AWF
- Pływalnia ICDS Łomianki 5 x w tygodniu 06.00 - 8.00
- Sala szermiercza ICDiS Łomianki 6 x w tygodniu 16.00 – 19.00
- Strzelanie ICDiS Łomianki codziennie, obiekt do naszej dyspozycji
- Jazda Konna ul. Kozielska 4a codziennie, obiekt do naszej dyspozycji

**Trenerzy: (trenerzy Kadry Narodowej) – w zakresie ich obowiązków jest prowadzenie codziennych treningów w Ośrodku i akcjach wyjazdowych (Trener**

- Trener- koordynator OS PZPNow Patrycja Masternak
- Jazda konna Andrzej Żółkiewski
- Szermierka Jamrozik Artur, Kopec Sławomir
- Trener strzelania & combainu Patrycja Masternak
- Trener Pływania i Biegu Marcin Słoma
- Lekarz Krzysztof Osman
- Opieka fizjoterapeutyczna w oparciu o BodyMove, koordynowana przez lekarza PZP-Now.

**W latach 2017 -2021 w 2 OSSM-ach szkolonych było 70 zawodników. Tylko w 5 przypadkach zawodnicy nie należeli do Kadry Narodowej. Było to spowodowane najczęściej długą kontuzją, która nie pozwalała wystartować zawodnikowi w zawodach i spełnić kryteria przynależności do kadry narodowej.**

Nabór do OSSM-ów jest prowadzony z całej Polski. Wybijający zawodnicy startujący we współzawodnictwie do lat 15 ( 2-bój nowoczesny i 3-bój nowoczesny) mają możliwość kontynuowania kariery w pięcioboju nowoczesnym w OSSM-ach w Drzonkowie lub Warszawie (po akceptacji Związku). Wybór miejsca zależy od zawodnika.

**W ciągu pięciu lat w OSSM-ach szkolili się zawodnicy z 15 klubów z 6 województw (poniżej zestawienie w latach 2017 -2021)**

Dane dotyczące uczestnictwa zawodników OSSM -ów w kadrze narodowej Juniorów oraz ich udział w kadrze seniorów są przedstawione w tabeli 1 i tabeli

W OSSM – ach trenują najlepsi zawodnicy, czego dowodem jest fakt że na 55 reprezentantów Polski na ME i MŚ w latach 2017 – 2021 tylko 6 zawodników nie było szkolonych w OSSM-ach, chociaż każdy z nich miał taką propozycję.



**Lista reprezentantów Polski na Mistrzostwa Świata i Europy  
w latach 2017 -2021**

| Płeć             | Lp | Uczestnik                 | Rocznik     | OSSM          | OS PZPNow | 2017 | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 |
|------------------|----|---------------------------|-------------|---------------|-----------|------|------|------|------|------|
| <b>Kobiety</b>   | 1  | Nowacka Oktawia           | 1991        | OSSM Warszawa | tak       | X    |      | X    |      | X    |
|                  | 2  | Maliszewska Anna          | 1993        | OSSM Drzonków |           | X    | X    | X    |      | X    |
|                  | 3  | <b>Kobecka Marta</b>      | <b>1995</b> |               | tak       | X    | X    | X    |      | X    |
|                  | 4  | Klemczyńska Magdalena     | 1996        | OSSM Drzonków |           | X    |      |      |      |      |
|                  | 5  | Dominik Natalia           | 1998        | OSSM Drzonków |           | X    | X    | X    |      | X    |
|                  | 6  | Karolak Dominika          | 1998        | OSSM Warszawa | tak       | X    | X    |      |      |      |
|                  | 7  | Sobolewska Aleksandra     | 1999        | OSSM Drzonków |           | X    |      |      |      |      |
|                  | 8  | Wierzba Wiktoria          | 1999        | OSSM Warszawa | tak       | X    | X    | X    | X    |      |
|                  | 9  | Wierzba Michalina         | 1999        | OSSM Warszawa |           |      |      | X    |      |      |
|                  | 10 | Ligeza Katarzyna          | 2000        | OSSM Drzonków | tak       | X    | X    | X    |      |      |
|                  | 11 | Niedziałkowska Daria      | 2000        | OSSM Warszawa | tak       |      | X    | X    | X    | X    |
|                  | 12 | Wysokińska Agnieszka      | 2000        | OSSM Warszawa |           |      | X    | X    | X    | X    |
|                  | 13 | <b>Berent Marta</b>       | <b>2001</b> |               |           | X    |      |      |      |      |
|                  | 14 | Dąbrowska Julia           | 2001        | OSSM Drzonków |           | X    | X    | X    |      |      |
|                  | 15 | Stokłoski Karolina        | 2001        | OSSM Drzonków |           |      |      | X    |      |      |
|                  | 16 | Bieniecka Natalia         | 2001        | OSSM Warszawa |           | X    | X    |      |      |      |
|                  | 17 | Ławrynowicz Zuzanna       | 2002        | OSSM Warszawa |           |      | X    |      |      |      |
|                  | 18 | Pydyszewska Ewa           | 2002        | OSSM Drzonków |           |      | X    | X    | X    | X    |
|                  | 19 | Markowicz Paula           | 2002        | OSSM Warszawa |           | X    |      |      |      |      |
|                  | 20 | Kapała Adrianna           | 2003        | OSSM Warszawa |           |      | X    |      |      | X    |
|                  | 21 | Myrda Paulina             | 2003        | OSSM Warszawa |           |      | X    | X    |      |      |
|                  | 22 | Ciesielska Zofia          | 2004        | OSSM Warszawa |           |      |      | X    |      |      |
|                  | 23 | Szczur Nela               | 2004        | OSSM Drzonków |           |      |      | X    |      |      |
|                  | 24 | Zdrzenicka Julia          | 2004        | OSSM Drzonków |           |      |      | X    |      |      |
|                  | 25 | Karbownik Małgorzata      | 2005        | OSSM Warszawa |           |      |      |      |      | X    |
|                  | 26 | Wolska Pola               | 2005        | OSSM Warszawa |           |      |      |      |      | X    |
|                  | 27 | Marcinkowska Maja         | 2005        | OSSM Drzonków |           |      |      |      |      | X    |
|                  | 28 | Dębska Katarzyna          | 2006        | od 01.09.2021 |           |      |      |      |      | X    |
| <b>Mężczyźni</b> | 29 | Staśkiewicz Szymon        | 1987        | OSSM Drzonków |           | X    | X    | X    |      |      |
|                  | 30 | <b>Świderski Jarosław</b> | <b>1993</b> |               | tak       | X    |      | X    |      | X    |
|                  | 31 | <b>Stasiak Sebastian</b>  | <b>1994</b> |               |           | X    | X    | X    |      | X    |
|                  | 32 | Dukielski Maciej          | 1995        | OSSM Warszawa | tak       |      | X    |      |      | X    |
|                  | 33 | Ławrynowicz Daniel        | 1997        | OSSM Warszawa | tak       | X    | X    | X    | X    | X    |
|                  | 34 | <b>Dąbrowski Paweł</b>    | <b>1998</b> |               |           | X    |      | X    |      |      |
|                  | 35 | Gutkowski Łukasz          | 1998        | OSSM Warszawa | tak       | X    | X    | X    | X    | X    |
|                  | 36 | Adach Paweł               | 1999        | OSSM Warszawa |           | X    |      |      |      |      |
|                  | 37 | Paradowski Oskar          | 1999        | OSSM Warszawa | tak       | X    | X    | X    |      |      |
|                  | 38 | Jaszczercki Michał        | 1999        | OSSM Warszawa |           | X    |      |      |      |      |
|                  | 39 | Jakubowski Sergiusz       | 2000        | OSSM Warszawa |           | X    |      |      |      |      |
|                  | 40 | Kasperczak Kamil          | 2000        | OSSM Drzonków |           | X    | X    | X    | X    | X    |
|                  | 41 | Karnik Eryk               | 2000        | OSSM Warszawa | tak       |      | X    |      | X    |      |
|                  | 42 | Suliga Marcel             | 2000        | OSSM Drzonków | tak       |      | X    | X    |      |      |
|                  | 43 | Powroźnik Igor            | 2000        | OSSM Drzonków |           |      | X    | X    |      |      |
|                  | 44 | Olejek Filip              | 2000        | OSSM Drzonków |           |      | X    |      |      |      |
|                  | 45 | Machel Gerard             | 2001        | OSSM Drzonków |           | X    |      | X    |      |      |
|                  | 46 | Rogowicz Jakub            | 2001        | OSSM Warszawa | tak       | X    |      | X    |      | X    |
|                  | 47 | Wójcik Igor               | 2001        | OSSM Warszawa |           |      |      | X    |      |      |
|                  | 48 | <b>Szmytko Jakub</b>      | <b>2001</b> |               |           | X    |      | X    |      |      |
|                  | 49 | Cybulski Cyprian          | 2002        | OSSM Drzonków |           |      | X    | X    |      | X    |
|                  | 50 | Michalczyk Bartosz        | 2002        | OSSM Warszawa |           |      | X    | X    |      |      |
|                  | 51 | Klimek Maciej             | 2003        | OSSM Warszawa |           |      | X    | X    |      | X    |
|                  | 52 | Paradowski Olaf           | 2003        | OSSM Warszawa |           |      |      | X    |      | X    |
|                  | 53 | Ziółek Piotr              | 2003        | OSSM Warszawa |           |      | X    | X    |      |      |
|                  | 54 | Jabłoński Michał          | 2004        | OSSM Warszawa |           |      |      | X    |      | X    |
|                  | 55 | Radomyski Igor            | 2005        | od 01.09.2021 |           |      |      |      |      | X    |



Oceniając strukturę szkolenia, można że wypracowaliśmy system, który jest skuteczny. Ośrodki szkolenia centralnego : OSSM-y w Łomiankach i Drzonkowie połączone z Ośrodkiem Szkolenia PZPNow w Warszawie to dobra oferta dla najzdolniejszych zawodników, marzących o medalach olimpijskich. Wszyscy nasi olimpijczycy, mistrzowie Świata i Europy Seniorów trenowali w takim systemie. Podobne systemy są w krajach, które tradycyjnie wiodą prym : w Rosji, na Węgrzech, Litwie, Ukrainie, Wielkiej Brytanii, we Włoszech i USA. W tym czteroleciu, bardziej niż poprzednio uwzględnialiśmy szkolenie klubowe. Czasami wynikało to z warunków od nas niezależnych (studia, rodzina) ale często były to ambicje trenerów klubowych.

W Polsce nie ma systemowego, długoletniego rozwiązania przygotowań do Igrzysk Olimpijskich. Jest, wg mnie, dobry model sportu młodzieżowego z SMS-ami, OSSM-ami, ale te rozwiązania dotyczą młodych ludzi do lat 19.

Powstały grupy akademickie, wojskowe, ale one często są słabo związane ze związkami sportowymi, które w sumie są odpowiedzialne i rozliczane za wyniki na Igrzyskach Olimpijskich.

Oczywiście Związki merytorycznie mają kontrolować działalność i próbują to robić, ale tak naprawdę kontroluje ten kto rozdysponowuje środki finansowe. Podobnie jak kierowanie zawodników do grup wojskowych. Na świecie jest to najważniejszy sponsor dla zawodników, którzy przygotowują się do Igrzysk a u nas nie jest to w żaden sposób systemowo uporządkowane. Zależy tylko od woli ludzi po stronie Ministerstwa Obrony, a nie jest to zawsze wola dobra.

Pozwoliłem sobie na potraktowanie tego tematu trochę szerzej, bo myślę, że mamy w Polsce już teraz warunki, aby w krótkim czasie stworzyć podstawę do tego, by Igrzyska Olimpijskie dla Polski były takie jak oczekujemy.

Co więc było złe w naszym środowisku – dotyczy pięcioboju nowoczesnego:

- to, że część klubów przeceniają swoje możliwości (logistyczne i trenerskie) szkolenia zawodników mających osiągnąć poziom światowy. Nie zgadzają się na przejście ich zawodników do Ośrodków i efektem jest to, że zawodnicy 19/20-letni są słabo wyszkoleni technicznie w szermierce i jeździe konnej co skutkuje że zbyt wcześnie kończą kariery sportowej. Popieramy działania klubów, ale ich skuteczność w konfrontacji ze światem jest mała. Kluby nie posiadają odpowiednich środków finansowych i dlatego, aby przeżyć, prowadzą działalność rekreacyjną ,a nie sportową ze szkodą dla wyczynowego szkolenia.
- to, że nie ma porozumienia na poziomie Ministerstwa Obrony i MSiT w sprawie priorytetów dla zawodników będących w grupach wojskowych tak jak to jest w wielu innych krajach, gdzie start na Igrzyskach jest najważniejszy. Powoduje to niepotrzebne napięcia w przypadku kolizji terminów, co stawia zawodników w bardzo trudnej sytuacji.



- to, że zawodnicy – seniorzy, po zakończeniu studiów, decydując się na przygotowania do Igrzysk i nie będący w grupie Wojskowej nie mają gwarancji zabezpieczenia socjalnego. Stypendium jest przyznawane na rok, a w naszym sporcie rokroczne plasowanie się w pierwszej ósemce na MS i ME jest bardzo trudne. To powoduje, że wielu zawodników w wieku 24/25 lat kończy karierę sportową.
- to, że zawodnicy po osiągnięciu wysokiego poziomu sportowego szkoląc się w strukturach szkolenia stacjonarnego PZPNow i mając zabezpieczenie finansowe poprzez kontrakt z Wojskiem rezygnują z systematycznego treningu w dotychczasowym reżymie, co skutkuje drastycznym obniżeniem poziomu sportowego.

### **Trendy rozwojowe pięcioboju nowoczesnego**

Pięciobój nowoczesny jest dyscyplina olimpijską od prawie 100 lat. W ostatnich latach regulaminy rozgrywania konkurencji zmieniły się diametralnie. Rozgrywany jest w ciągu jednego dnia, nastąpiła zmiana broni z pistoletu ogniowego na pneumatyczny. To pozwoliło naszemu sportowi wejść do szkół. Wprowadzono sztafety, które być może będą rozgrywane w trakcie Igrzysk Olimpijskich w Londynie. Na całym świecie istnieje silny trend uczynienia wieloboju: pływania i biegu, konkurencji bazowej dla innych dyscyplin. Tak też próbujemy i my tak zrobić : z jednej strony sport dla **wszystkich** dzieci w 2 lub 3 dyscyplinach, a z drugiej Olimpijczycy, którzy dla tych początkujących powinni być wzorami pracowitości, wytrwałości i sukcesu. Po Igrzyskach Olimpijskich w Tokio zasygnalizowano że czekają nas nowe zmiany, które nastąpią po IO 2024 – na miejsce Jazdy konnej (bardzo droga i loteryjna dyscyplina) pod koniec 2022 zostanie wybrana inna dyscyplina. Wierzimy, że po tych zmianach, w ciągu 12-16 pięciobój nowoczesny będzie jednym z bardziej atrakcyjnych sportów.



## Program rozwoju Pięcioboju Nowoczesnego na lata 2022 – 2028

Proponowany program rozwoju Pięcioboju Nowoczesnego dotyczy on trzech obszarów działania:

- **Sport wyczynowy**
- **Sport młodzieżowy i dziecięcy**
- **Popularyzacja sportu w celu uzyskania dużego zapotrzebowania społecznego na naszą dyscyplinę**

Te trzy filary są ze sobą ściśle powiązane. Zaniedbania w którejś ze stref działania w przyszłości powoduje kłopoty finansowe i kadrowe co jest najczęstszym powodem upadku dyscypliny.

**W sposób syntetyczny, uwzględniając priorytety, nasz program można opisać następująco:**

1. Zdobywać medale na Igrzyskach Olimpijskich i Mistrzostwach Świata Seniorów, co powinno być wizytówką, szyldem dyscypliny
2. Udoskonalić struktury szkolenia młodzieżowego mającego na celu w sposób płynny zasilać Kadry Olimpijskie zawodnikami o wysokim poziomie sportowym
3. Stworzyć mechanizmy mające na celu wzrost zainteresowania dyscypliną, biorąc pod uwagę zmiany socjologiczne, gospodarcze w naszym kraju oraz potencjał jaki leży w bardzo atrakcyjnej konkurencji dla dzieci młodzieży jaką jest połączony bieg ze strzelaniem z pistoletów laserowych ( tzw Laser@Run – L&R)

### Priorytety:

1. **Igrzyska Olimpijskie 2024 (Paryż) - 4 zawodników i 1 lub 2 miejsca w ósemce, a najlepiej medal.**

|                                  |                                                                                               |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2004 Ateny/4 zawodników          | <b>6 m - Czwojdzińska S, 10 m – 4 Boenisz P</b><br><b>30 m – Stefanek A, 32 m – Horbach M</b> |
| 2008 Pekin/4 zawodników          | <b>5 m Boenisz P, 13 m - Horbach M</b><br><b>17 m - Czwojdzińska S, 26 m - Majewski B</b>     |
| 2012 Londyn/3 zawodników         | <b>13 m Czwojdzińska S, 19 m Wójcik K</b><br>24 m - Staśkiewicz                               |
| 2016 Rio de Janeiro/3 zawodników | <b>3 m Nowacka Oktawia, 18 m Maliszewska A</b><br>27 m Staśkiewicz Sz                         |
| 2021 Tokio/zawodników            | <b>12 m Gutkowski Ł, 13 - Stasiak S</b><br>20 - Maliszewska A                                 |

**Osoby wyróżnione były szkolone stacjonarnie w OS Warszawa**



### Grupa zawodników pretendujących do IO 2024

#### Mężczyźni

| Lp | Zawodnik           | Wiek | Aktualnie | Paryż 2024 | Wojsko   | Klub                      | Szkolenie Stacjonarne                                    |
|----|--------------------|------|-----------|------------|----------|---------------------------|----------------------------------------------------------|
| 1  | Staśkiewicz Szymon | 1987 | 34 lata   | 37 lat     | Kontrakt | ZKS Drzonków              | Klub                                                     |
| 2  | Świdzki Jarosław   | 1993 | 28 lat    | 31 lat     | Kontrakt | UKS „G-8” Bielany         | Klub, zrezygnował w roku 2019 ze szkolenia w OS Warszawa |
| 3  | Stasiak Sebastian  | 1994 | 27 lat    | 30 lat     | Kontrakt | KS „Olimpia” Zielona Góra | Klub                                                     |
| 4  | Dukielski Maciej   | 1995 | 26 lat    | 29 lat     |          | UKS „G-8” Bielany         | OS Warszawa                                              |
| 5  | Ławrynowicz Daniel | 1997 | 24 lata   | 27 lat     | Kontrakt | ST Legia Warszawa         | OS Warszawa                                              |
| 6  | Gutkowski Daniel   | 1998 | 23 lata   | 26 lat     | Kontrakt | ST Legia Warszawa         | OS Warszawa                                              |
| 7  | Kasperczak Kamil   | 2000 | 21 lat    | 24 lata    |          | ZKS Drzonków              | Klub                                                     |
| 8  | Klimek Maciej      | 2003 | 18 lat    | 21 lat     |          | RTP „Victoria” Radom      | OSSM Warszawa                                            |

#### Kobiety

| Lp | Zawodnik             | Wiek | Aktualnie | Paryż 2024 | Wojsko   | Klub                      | Szkolenie Stacjonarne         |
|----|----------------------|------|-----------|------------|----------|---------------------------|-------------------------------|
| 1  | Nowacka Oktawia      | 1991 | 30 lat    | 33 lata    | Kontrakt | ST Legia Warszawa         | Klub/ Hybryda bo w łomiankach |
| 2  | Hachulska Natalia    | 1992 | 31 lat    | 34 lata    | Kontrakt | UKS Żoliborz Warszawa     | Klub                          |
| 3  | Maliszewska Anna     | 1993 | 28 lat    | 31 lat     | Kontrakt | KS „Olimpia” Zielona Góra | Klub                          |
| 4  | Dominiak Natalia     | 1998 | 23 lata   | 26 lat     | Kontrakt | ZKS Drzonków              | Klub                          |
| 5  | Wierzbna Wiktoria    | 1999 | 22 lata   | 25 lat     |          | ST Legia Warszawa         | OS Warszawa                   |
| 6  | Niedziałkowska Daria | 2000 | 21 lat    | 24 lata    |          | RTP „Victoria” Radom      | OS Warszawa                   |
| 7  | Pydyszewska Ewa      | 2002 | 19 lat    | 22 lata    |          | ZKS Drzonków              | OSSM Drzonków                 |
| 8  | Kapła Ada            | 2003 | 18 lat    | 21 lat     |          | UKS „G-8” Bielany         | OSSM Warszawa                 |
| 9  | Myrda Paulina        | 2003 | 18 lat    | 21 lat     |          | ST Legia Warszawa         | OSSM Warszawa                 |
| 10 | Szczur Nela          | 2004 | 17 lat    | 21 lat     |          | ZKS Drzonków              | OSSM Drzonków                 |

## **2. Podpisanie umowy o współpracy z Ministerstwem Obrony regulującym obowiązki i system oceny sportowców – żołnierzy w kontekście przygotowań do Igrzysk Olimpijskich w myśl poniższych wskazań:**

**Cel:** Stworzenie szeroko pojętej płaszczyzny (program, logistyka, motywacja) obejmującej specjalistyczną działalność sportową oraz zabezpieczenie ekonomiczne na bazie której będzie można wyszkolić zawodników – olimpijczyków, którzy realnie będą mieli możliwość zdobycia medalu na **igrzyskach olimpijskich w roku 2024, 2028, 2032**. Taki poziom gwarantuje także medale na najważniejszych imprezach wojskowych: **Mistrzostwach Świata i Igrzyskach Wojskowych**

#### **Partnerzy i ich role:**

**Wojsko:** zabezpieczenie ekonomiczne dla wybranych zawodników połączone z okresowym monitorowaniem zawodników w zakresie realizacji planów szkoleniowych oraz ich poziomu sportowego.

**Związek:** przygotowanie programu szkoleniowego oraz jego realizacja w zakresie szkolenia

- Stacjonarnego ( Ośrodek Szkolenia PZPNow)



- Centralnego (zgrupowania szkoleniowe, sprawdziany, zawody krajowe, zagraniczne, badania lekarskie i diagnostyczne)

#### **Wspólne działania operacyjne partnerów:**

- Kwalifikacja do grup wojskowych przy udziale Związku (lista proponowanych zawodników + merytoryczna opinia sportowa)
- Przyjęcie wspólnego programu szkolenia obejmującego przygotowania do IO oraz do imprez wojskowych.
- Wymiana sprawozdawczości z realizacji szkolenia (w cyklu miesięcznym) pomiędzy partnerami.
- Szczegółowa Indywidualna analiza roczna z efektów szkolenia (do końca listopada)

### **3. Poprawienie jakości szkolenia w strukturach centralnych PZPNow**

- OSSM Warszawa
- OSSM Drzonków
- OS PZPnow – Warszawa.

Indywidualne umowy uczestnictwa w strukturach, jasne deklaracje – przygotowania do IO w Paryżu i w roku 2024, 2028 oraz przygotowania do MIO w roku 2026

### **4. Rozwój Pięcioboju Nowoczesnego poprzez rozwój L&R w terenie**

- 📅 Dostosowanie regulaminów WSM do L&R
- 📅 Programy wyposażenia w tarcze i pistolety naszych klubów (do treningu, nie do zawodów)
- 📅 Cykl zawodów L&R jako zawody sportu powszechnego

### **5. Rozwój Pięcioboju Nowoczesnego poprzez organizację imprez sportowe**

- 📅 Europejskie Igrzyska Olimpijskie w 2023
- 📅 Mistrzostwa Świata i Europy w roku 2022
- 📅 Obchody 100 lecia Pięcioboju Nowoczesnego w Polsce w roku 2026
- 📅 Coroczne imprezy międzynarodowe w Polsce: ME U24, Nadzieje Olimpijskie, Zawody krajowe, Mistrzostwa Polski w obsadzie międzynarodowej

#### **Celem tego programu jest:**

- Przygotowanie reprezentacji do udziału w Igrzyskach Olimpijskich 2024 i 2028
- Budowa podstaw dla reprezentacji na Igrzyska Olimpijskie 2032

#### **ZAŁOŻENIA:**

Zakładając, że udział w Igrzyskach Olimpijskich będzie poprzedzony kwalifikacjami; w roku przedolimpijskim powinniśmy **dysponować grupą 5-6 zawodników/czek mających realne**



szanse na uplasowanie się w zawodach kategorii „A” (Mistrzostwa Świata, Mistrzostwa Europy) na miejscach od 1 do 16.

Pragnąc zrealizować powyższe zamierzenie należy tak zorganizować proces szkoleniowy, by zawodnicy mogli trenować 6 - 7 godzin dziennie, zdobywać wykształcenie oraz dysponować czasem niezbędnym do odnowy. Należy wybrać odpowiednich zawodników i trenerów. Należy stworzyć zaplecze ekonomiczne dla najlepszych zawodników (stypendia sportowe, umowy sponsorskie) oraz zacieśnić współpracę z Ministerstwem Obrony (Wojskowa Grupa Sportowa).

#### **REALIZACJA:**

Realizacja programu musi być działaniem priorytetowym dla Związku. Podział struktur szkoleniowych oraz ich rola powinna być następująca:

Sport młodzieżowy (do 15 lat)

**Dwubój i trójbój nowoczesny.** ( Kluby sportowe i UKS-y)  
Szkolenie podstawowe w pływaniu, biegu i strzelaniu. Działalność finansowana poprzez samorządy. Kluby powinny prowadzić działalność usługową w zakresie kultury fizycznej dla środowiska, oferując różne programy sportowe bazujące na pływaniu i biegu, np.: dwubój + jazda konna, dwubój + siłownia etc. Związek powinien wzmacniać wszystkie takie zamierzenia poprzez organizację współzawodnictwa, działania propagandowe (media, zawodnicy, pomoc przy organizacji imprez). **Oceną pracy klubów powinna być liczba i jakość zawodników (klasy sportowe i kryteria wynikowe) kontynuujących dalsze szkolenie.**

OSSM - y  
(16 – 19 lat)

#### **Warszawa i Drzonków**

Nabór z zawodników uprawiających dwubój, trójbój, czwórbój nowoczesny i pływania według ustalonych kryteriów. Działalność tych struktur jest priorytetowa w naszym wieloletnim planie przygotowań do Igrzysk Olimpijskich .

**Podstawą oceny jest liczba i jakość zawodników zakwalifikowanych do Kadry Olimpijskiej.**

Ośrodek Szkolenia PZPNow (19-?)

#### **Warszawa**

Nabór zawodników będących absolwentami SMS i klubów, spełniających ustalone wcześniej warunki. **Działalność OSSM-ów i Ośrodka Szkolenia należy traktować jako proces zintegrowany.** W związku z trudnościami ekonomicznymi, z jakimi borykają się kluby, ciężar szkolenia zawodników przygotowujących się Igrzysk Olimpijskich muszą wziąć na siebie te dwie struktury.



### **System Oceny Zawodników**

Powołania zawodników do Kadry Narodowej oraz Reprezentacji Polski na imprezy mistrzowskie będą dokonywane na podstawie regulaminu, którego główne punkty są podane poniżej. Szczegółowe regulaminy będą ustalone po konsultacjach z trenerami kadry poszczególnych grup szkoleniowych.

**Kryteria grupy podstawowej** wg których zawodnicy kadry będą oceniani w procesie kwalifikacji do reprezentacji na imprezy mistrzowskie.

- a) Poziom sportowy zawodnika w poszczególnych konkurencjach w przedziale ostatnich 2 lat.
- b) Dynamika zmian poziomu sportowego w ostatnich 4 latach i połączone z oceną możliwości jego poprawy w kontekście Igrzysk Olimpijskich. Określenie celów etapowych
- c) Skuteczność zawodników w sytuacjach ekstremalnie stresowych (mierzonej wynikami na zawodach klasy: A – Mistrzostwa Świata, Europy oraz Puchary Świata)
- d) Dyspozycyjność zawodników w procesie szkolenia – uczestnictwo w zgrupowaniach, konsultacjach, zawodach oraz we wszystkich akcjach organizowanych przez Polski Związek Pięcioboju Nowoczesnego
- e) Postawa etyczna reprezentanta Polski

**Dodatkowo ustala się kryteria w pływaniu i biegu, jakimi powinni charakteryzować się zawodnicy ubiegający się o kwalifikację do reprezentacji na Mistrzostwa Europy i Mistrzostwa Świata.**

| Wiek             | Bieg                      |                           | Pływanie                 |                          | Uwagi |
|------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------|-------|
|                  | Mężczyźni                 | Kobiety                   | Mężczyźni                | Kobiety                  |       |
| 24 lata i starsi | 5 km<br>16.15"<br>(3.15") | 5 km<br>17.55<br>(3.35")  | <b>Poniżej<br/>4.40"</b> | <b>Poniżej<br/>5.00"</b> |       |
| 22-23 lata       | 5 km<br>16.30"<br>(3.18") | 5 km<br>18.20"<br>(3.40") |                          |                          |       |
| 19-22 lata       | 5 km<br>16.40"<br>(3.20") | 5 km<br>18.45"<br>(3.45") |                          |                          |       |
| 17-18 lat        | 5 km<br>17.05"<br>(3.25") | 5 km<br>19.10"<br>(3.50") |                          |                          |       |
| 16 lat i młodszy | 3 km<br>3.25"/10.15"      | 3 km<br>11.30"<br>(3.50") | Poniżej<br>4.50"         | Poniżej<br>5.15"         |       |



### Postanowienia Ogólne:

- Wszyscy zawodnicy Kadry Narodowej PZPNow, w celu weryfikacji poziomu sportowego, mogą być powoływani na akcje weryfikacyjne zawarte w kalendarzu PZPNow: **badania diagnostyczne, sprawdziany, konsultacje, zawody krajowe i zawody zagraniczne.**
- Warunkiem koniecznym powołania na te akcje jest udział w szkoleniu stacjonarnym: klubowym lub ośrodkowym, potwierdzonym przez trenera koordynatora danego zawodnika odpowiedzialnego za jego proces szkoleniowy. Każdy zawodnik jest zobowiązany także do złożenia raz w miesiącu uproszczonej dokumentacji treningowej (tzw tabela).
- **Zawodnicy nie uczestniczący w akcjach weryfikacyjnych nie będą brani pod uwagę przy ustaleniach reprezentacji na imprezy mistrzowskie (wyjątek – niedyspozycja zdrowotna, potwierdzona przez lekarza PZPNow.)**

Jednym z najważniejszych elementów jest system monitorowania i oceny zawodników. Poniżej przedstawiono jego strukturę. Każdy zawodnik będący beneficjentem programów realizowanych przez Związek będzie oceniany zgodnie z poniższym schematem: **od poziomu pierwszego do trzeciego.**

Ten sposób postępowania pozwoli na jasną i obiektywną analizę stanu przygotowań poszczególnych zawodników w kontekście startu w zawodach mistrzowskich.

| Poziom | Obszar zainteresowań                                                                 | Miejsce          | Czynniki brane pod uwagę przy analizie                                                             |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1      | Stan zdrowia oraz codzienny, systematyczny trening                                   | OS PZPNow, Kluby | Opinia lekarza PZPnow, oraz sprawozdawczość z realizacji programu przygotowań zawodnika i trenera. |
| 2      | Sprawdziany, badania diagnostyczne i lekarskie, zawody krajowe i zgrupowania krajowe | Zgodnie z planem | Wyniki sportowe i medyczne oraz obserwacje trenerów kadry narodowej na poszczególnych akcjach      |
| 3      | Zawody międzynarodowe (Puchary Świata) oraz zgrupowania zagraniczne                  | Zgodnie z planem | Wyniki sportowe oraz obserwacje trenerów                                                           |
| 4      | Imprezy mistrzowskie – Mistrzostwa Świata i Europy, Finał Pucharu Świata             | Zgodnie z planem | Wyniki sportowe oraz obserwacje trenerów                                                           |



**Pierwszy poziom** dotyczący stanu zdrowia i codziennego, systematycznego treningu każdego z zawodników jest poziomem bazowym, kluczowym dla osiągnięcia zakładanych celów szkoleniowych. Ze względu, że nie wszyscy zawodnicy trenują stacjonarnie w jednym miejscu (to około 200 dni w roku) trenerzy kadry mogą monitorować stan przygotowań (stan zdrowia i obciążenia treningowe) tylko na podstawie opinii lekarza PZPNow oraz sprawozdawczości zawodników i ich trenerów. Tylko w ten sposób jest możliwa wstępna ocena zawodników. W PZPNow istnieje bardzo jasny i prosty formularz służący do tego celu. Wszyscy zawodnicy kadry narodowej mają obowiązek składania sprawozdania co miesiąc. Brak tych informacji można traktować jako niezaangażowanie w programy prowadzone przez Związek, finansowane przez MSiT.

**Drugi poziom** jest poziomem, obejmujący akcje centralne, ma za zadanie weryfikację skuteczności codziennego treningu. Obejmuje sprawdziany, badania lekarskie i diagnostyczne, zawody krajowe oraz zgrupowania krajowe. W największym natężeniu liczba dni na zgrupowaniach waha się na poziomie 70 dni w roku, więc kontekście 200 dni w miejscu zamieszkania, zgrupowania centralne mają także funkcję weryfikacyjną, szczególnie w konkurencjach technicznych (szermierka, jazda konna, strzelanie) w których ocena poziomu sportowego nie zawsze jest wymierna na zawodach sportowych.

**Trzeci poziom** jest zarezerwowany dla zawodników, którzy, po analizie ich dokonań na dwóch poprzednich poziomach, zostali powołani na Puchary Świata, zawody międzynarodowe lub zgrupowania zagraniczne. Wyniki i obserwacje na tych zawodach pozwalają wybrać zawodników do reprezentacji Polski.

**Czwarty Poziom** to starty w imprezach mistrzowskich. Udział w tych imprezach jest określony niniejszym regulaminem.

**Taka procedura oceny porządkuje poczynania zawodników, a trenerom pozwala na wiarygodną ocenę ich aktualnego poziomu sportowego.**

Od roku 2022 proponuje się wprowadzić 2 programy, które pozwolą na systematyczną ocenę i monitorowanie każdego zawodnika Kadry Narodowej. Szczegóły tych programów zostaną wypracowane wspólnie z Trenerami kadry Narodowej oraz kierownikami OSSM-ów w styczniu 2022 roku

**Program Talent** dla zawodników do lat 15

**Program 3/8/16** dla zawodników tych kategorii wiekowych w których rozgrywane są Mistrzostwa Świata i Europy dla każdej kategorii wiekowej oddzielnie.

Program ten będzie różnicował działania Związku dedykowane zawodnikom z zależności od miejsc zajmowanych na imprezach mistrzowskich w konkurencjach olimpijskich.

|         |                 |
|---------|-----------------|
| 1 – 3   | Program Złoty   |
| 4- 8    | Program Srebrny |
| 9- 16   | Program Brązowy |
| Powyżej | Program MG      |



## Promocja

### Wizerunek dyscypliny

Pięciobój nowoczesny to nic innego jak tylko pięć różnych konkurencji uprawianych przez jedną osobę. Dobór tych dyscyplin tworzy sport **bardzo trudny, elegancki a co za tym idzie elitarny.**, w którym mistrzostwo osiągają tylko nieliczni. Bardzo dużo osób, nie zdając sobie sprawy, dbając o swoje zdrowie i realizując swoje hobby, praktykuje częściowo naszą dyscyplinę (pływa, biega, jeździ konno lub strzela). To potencjalni sympatycy i o nich należy dbać oferując swoje usługi. Taki zestaw sportów należy oferować także dzieciom, które nie pragną realizować się w sporcie wyczynowym, a chcą być zdrowe. Należy tak to przedstawiać rodzicom, bo to oni decydują, finansują i poświęcają swój czas. Tak różnorodna działalność rekreacyjna, poparta współzawodnictwem oraz mająca wzory na poziomie olimpijskim to duża szansa nie tylko dla Związku, ale głównie dla klubów. Trzeba tylko konsekwentnie wiązać te aspekty i w perspektywie paru lat powinno to pozwolić nam na stwierdzenie, że pięciobój nowoczesny jest sportem popularnym. A to powinno poprawić pozycję finansową klubów i co za tym idzie także naszego Związku.

### **Naszą dyscyplinę należy promować poprzez dwa obszary:**

- Rozwój sportu dla dzieci i młodzieży (aspekt zdrowotno-wychowawczy)  
(oceną powinna być liczba dzieci biorących udział we współzawodnictwie sportowym)
- Organizacja dużych wydarzeń sportowych rangi międzynarodowej ( Mistrzostw Świata i Europy, Pucharów Świata i zawodów międzynarodowych )

Szkolenie sportowo-wyczynowe i działalność promocyjna są ściśle ze sobą powiązane. Czasami trudno określić granicę, gdzie kończy się rekreacja, a gdzie zaczynają się przygotowania do walki o osiągnięcie jak najlepszego wyniku na Mistrzostwach Świata i Igrzyskach Olimpijskich. Każdy zawodnik jest jak przysłowiowa moneta – „można ją wydać na co chcemy, ale tylko jeden raz”. Dlatego w działalności takiej jak nasza trzeba zdawać sobie sprawę z odpowiedzialności jaką mamy wobec zawodników na każdym etapie szkolenia biorąc pod uwagę ich zdolności, oczekiwania i motywację.

## Finansowanie

Pięciobój nowoczesny, tak jak większość dyscyplin jest finansowany przez państwo, organy samorządowe oraz rodziców i osoby prywatne. Sport nasz nie jest widowiskiem, jest działalnością, która kształci charakter, poprawia zdrowie i służy głównie tym, którzy ten sport uprawiają. Zdajemy sobie sprawę, że tylko fakt, że nasi zawodnicy mają szansę zdobywania medali na Igrzyskach Olimpijskich i Mistrzostwach Świata powoduje, że nie mamy problemów z finansowaniem przygotowań do tych zawodów. Jeśli chcemy istnieć w szerokim tego słowa znaczeniu nasz sport musi spełniać rolę głównie użyteczną dla obywateli, poprzez oferowanie „usług w zakresie kultury fizycznej”. Ta droga, poparta szyldem Igrzysk Olimpijskich jest naszą przyszłością.



Jedyną słabą stroną naszego sportu jest fakt że dyscyplina taka jak nasza, która na Igrzyskach Olimpijskich ma do zaproponowania tylko dwa komplety medali i nigdy w pełnej formie (5 dyscyplin) nie będzie sportem masowym będzie mogła używać tego „szyldu” tylko wtedy gdy któryś z naszych zawodników zdobędzie medal olimpijski. To w porównaniu z innymi sportami stawia nasz bardzo trudnej sytuacji. Sporty, które na igrzyskach Olimpijskich mają wiele konkurencji ( lekkoatletyka – 43 konkurencje, pływanie – 36 konkurencji, judo – 14 konkurencji) mają dużo większe możliwości zdobycie medali i nawet jeden medal w konkurencji pozwala całemu sportowi w pełni korzystać z tego faktu. Nasz sport może być tylko porównywalny z jedną konkurencją danego sportu (np. bieg na 400 m, 200 m stylem delfinem lub jedną z wag w judo). Staramy się o tym mówić wszystkim oceniającym wyniki sportowe, ale rzecz jest naprawdę trudna. Od roku 1992 do 2016 zawsze któryś z naszych zawodników plasował się w pierwszej ósemce, zdobywając punkty w klasyfikacji olimpijskiej. Używając prostego parametru: liczba punktów zdobytych na IO do liczby możliwych punktów do zdobycia jesteśmy zawsze w czołówce sportów olimpijskich, co może przynajmniej świadczyć o wiarygodności naszego szkolenia.

### Cele strategiczne

1. Zwiększenie zasięgu uprawiania pięcioboju nowoczesnego:
  - a. 60 klubów do roku 2024
  - b. 2000 zarejestrowanych zawodników do roku 2024
  - c. kluby w 12 województwach do roku 2028
  - d. 80 klubów do roku 2028
  - e. 4000 zarejestrowanych zawodników do roku 2028
2. Zwiększenie liczby medali w kategoriach seniora w poszczególnych czterolecich 2022-2024 i 2025 – 2028.
3. Kwalifikacja po 4 zawodników na Igrzyska Olimpijskie w Paryżu i Los Angeles
4. Uplasowanie 1 zawodnika na pozycji 1-8 (zdobycie medalu) i 1 zawodnika na miejscach 9-16.
5. Rozwój struktury szkolenia centralnego prowadzonego przez PZPNow.
  - a. OSSM Drzonków
  - b. OSSM Warszawa
  - c. Ośrodek Szkolenia PZPNow

Rozwój naszej dyscypliny zależy od wielu czynników. Zmiany ekonomiczno- socjalne w naszym społeczeństwie powodują, że taka dyscyplina jak nasza musi być przydatna społeczeństwu, nie dlatego że będziemy tworzyć widowiska, ale dlatego że będzie użyteczna dla dzieci, będzie kształtować charakter, podnosić sprawność fizyczną, wyzwalać emocje w trakcie rywalizacji i pozwalać realizować marzenia. To jest nasza droga i fakt, możemy zaoferować dużą różnorodność przez dłuższy czas jest naszą wielką szansą. Rok 2012 będzie weryfikacją naszych zamierzeń – jeśli osiągniemy podane powyższe liczby to znaczy jesteśmy na dobrej drodze. Musimy być elastyczni i rokrocznie będziemy weryfikowali stan posiadania.



Zdajemy sobie sprawę, że musimy przekonać do naszej wizji głównie władze sportowe – to one posiadają środki, nie tylko finansowe, które mogą przyspieszyć realizację naszego zamierzenia. Parametry oceny rozwoju są łatwe do weryfikacji. Częstkowa ocena powinna być przeprowadzona rokrocznie, a ewentualna korekta powinna nastąpić po Igrzyskach Olimpijskich w Paryżu. Z pewnością główne cele powinny zostać niezmiennie, natomiast ich realizacja będzie zależała od możliwości finansowych. W aktualnej chwili nasza sytuacja pozwala na optymizm. Będziemy wzmacniali szkolenie w OSSM-ach i w Ośrodku Szkolenia PZPNow. Wymaga to odpowiedniego finansowania, ale liczymy że strategia MSiT z tej materii się nie zmieni. W najbliższych latach chcemy organizować wiele imprez międzynarodowych z Mistrzostwami Świata Seniorów w roku 2026 włącznie. Ocena naszego Związku przez władze międzynarodowe jest bardzo wysoka i dlatego liczymy że nasz wniosek w tej sprawie będzie przyjęty pozytywnie.