



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении
учебно-тренировочных сборов (УТС)
по художественной гимнастике

под руководством
ивент-агентства

«Путь мечты»

17-21
августа
2026

Москва, МСК «Чкалов Арена»

СРОКИ, МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ:

Сроки: 17-21 августа 2026 г. (пн.-пт.)

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

МСК «Чкалов Арена»

Москва, ул. Спортивной авиации, 3

Гимнастический центр площадью 9 900 кв.м

Потолки 16 м

Гимнастический помост

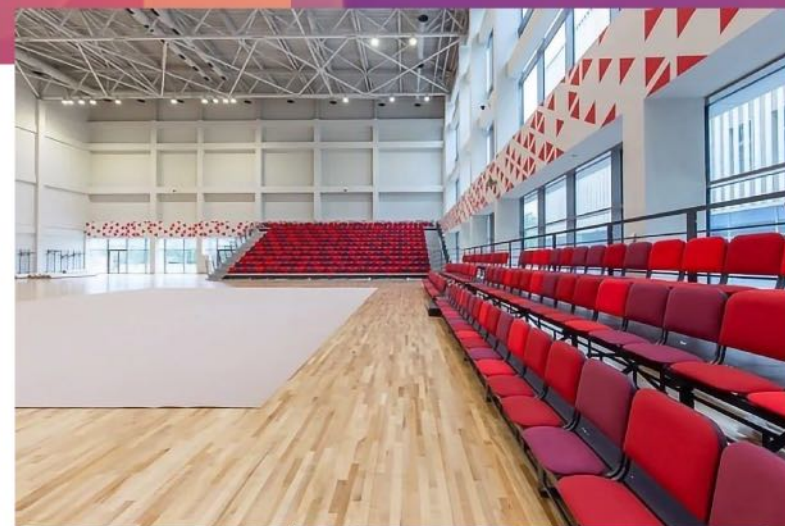
Зона для хореографии

ВРЕМЯ:

09:00–16:00

- Тренировки (2-3) — 4 часа;
- Хореография — 1 час;
- Нейрогимнастика — 1 час;
- Обед — 1 час.

Организаторы сохраняют за собой право корректировать состав тренеров и расписание учебно-тренировочных сборов в зависимости от количества участников.



ТРЕНЕРСКИЙ СОСТАВ



ТИТОВА МАРИЯ ПАВЛОВНА

Мастер спорта международного класса, призёр летней Универсиады, победитель и призёр Кубков Мира и этапов Гран-При, многократная Чемпионка России.

ГНИРОВСКАЯ ЛИНА ЯРОСЛАВОВНА

Тренер высшей категории, тренер Центра Олимпийской подготовки, МСМК, серебряный призёр Чемпионата Европы.

Высшее образование:
ФГБОУ ВПО "Московский педагогический государственный университет".

ЖУЛИНА ОЛЬГА ОЛЕГОВНА

- Тренер высшей категории;
- Судья Всероссийской категории по художественной гимнастике;
- Тренер сборной России по эстетической гимнастике.

ТРЕНЕРСКИЙ СОСТАВ



**ОФАТ
ИРИНА
ВИТАЛЬЕВНА**

НЕЙРОПСИХОЛОГ

Тренер по спортивной психологии, специалист по ментальной подготовке, педагог-психолог, КМС по фехтованию.

Опыт работы с детьми более 6 лет.



**НАЗАРЕНКО
ВИКТОРИЯ
СЕРГЕЕВНА**

ХОРЕОГРАФ

Артист балета, педагог-хореограф, преподаватель-балетмейстер

Высшее образование:

Киевский национальный педагогический университет им. Драгоманова.

Опыт работы с 2013г.



**КОНОНОВА
АННА
АЛЕКСАНДРОВНА**

Мастер спорта России.

Спортивный судья. Призёр Первенства СФО и победитель Всероссийских соревнований. Член сборной команды Алтайского края.

Высшее образование:

Московское Училище Олимпийского резерва №1 РГСУ.

Опыт работы с 2019г.

ПРОГРАММА УТС:

2-3 тренировки в день (4 часа)

- разминка
- общая физическая подготовка
- отработка элементов (повороты, равновесия, прыжки)
- растяжка, развитие гибкости
- предметная подготовка
- **хореография — 1 час**
- **нейрогимнастика — 1 час**



НЕЙРОГИМНАСТИКА

1 час

Интенсивный курс нейрогимнастики для юных спортсменок «Гармония тела и ума».

Курс разработан с учетом специфики художественной гимнастики и направлен на гармоничное развитие когнитивных способностей и физических навыков.

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ:

- Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия: синхронизация работы левого и правого полушария мозга для улучшения координации, ритма и баланса.
- Тренировки внимания и концентрации: специальные техники для повышения фокусировки и устойчивости к отвлечениям, необходимые для успешного выполнения сложных гимнастических элементов.
- Развитие двигательной памяти: практические упражнения для запоминания и воспроизведения последовательностей движений, улучшения техники и хореографии.
- Улучшение зрительно-моторной координации: занятия, направленные на совершенствование точности движений, реакции на визуальные сигналы и контроля над телом.
- Техники саморегуляции и управления стрессом: методы расслабления и концентрации для повышения психологической устойчивости и уверенности в себе на соревнованиях.



путь мечты

УЧАСТНИКИ УТС И УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ:

К участию в УТС приглашаются гимнастки 2020 г.р. и старше, учащиеся СШОР, спортивных клубов/секций. Все участницы УТС делятся на возрастные группы по уровню подготовки.

ГРУППЫ НЕ БОЛЕЕ 15 ЧЕЛ.

ГИМНАСТКИ ДОЛЖНЫ ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- спортивную форму, наколенники, грузы, резину;
- предметы: скакалка, обруч, мяч, булавы, лента (2016 г.р. и старше);
- **Копии следующих документов:**
 - Свидетельства о рождении;
 - Медицинского полиса ОМС;
 - Допуска врача к занятиям художественной гимнастикой;
 - Страхового полиса от несчастных случаев;
 - Копию паспорта одного из родителей.



РАСХОДЫ ПО ПРОВЕДЕНИЮ УТС И УСЛОВИЯ ПОДАЧИ ЗАЯВОК:



Стоимость УТС для гимнасток — 30 000 рублей

Стоимость отдельного дня УТС для гимнасток — 7 000 рублей

*Стоимость участия в обоих УТС для гимнасток, заявленных на периоды 12-16 августа 2026 г. и 17-21 августа 2026 г. — 45 000 рублей

Заявки принимаются **до 16.08.2026 г.**

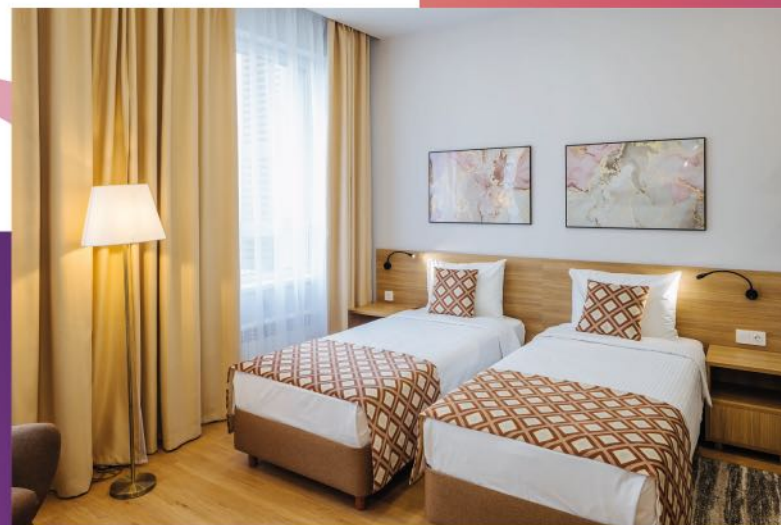
Telegram +7 (926) 140-88-68 — Кристина

ФОРМА ЗАЯВКИ:

- Школа/клуб, город;
- ФИ гимнастки;
- Дата рождения гимнастки;
- ФИО и контактный телефон представителя гимнастки.



ПРОЖИВАНИЕ:



Командам, которым необходимо размещение:

Апарт-отель «Discovery»

<http://www.dsc-hotel.ru>

Адрес: г. Москва, Волоколамское ш. 71/22к3, метро «Спартак» и «Тушинская».

Контактный телефон: +7 (495) 275-21-28; +7 (495) 492-51-17