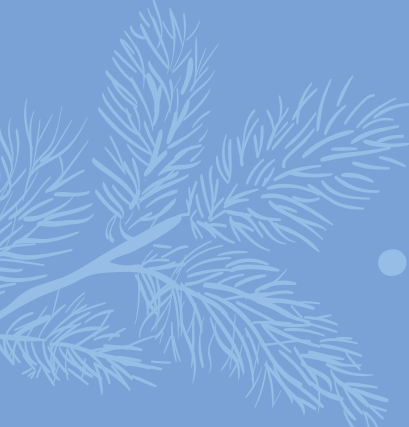




05 — 10
ДЕКАБРЯ 2026

ШКОЛА
ЕЛЕНА
НЕФЕДОВОЙ

*Зимние
сборы*

Учебно-тренировочные сборы
по художественной гимнастике
под руководством ЗТР
Елены Нефедовой

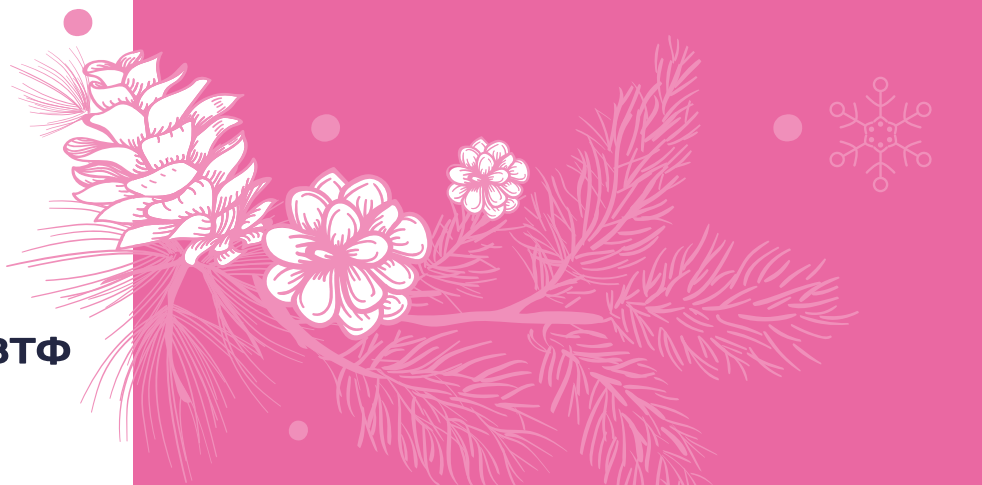
ПОЛОЖЕНИЕ

При поддержке

vitime®



ВТФ



ШКОЛА
ЕЛЕНА
НЕФЕДОВОЙ



Зимние сборы

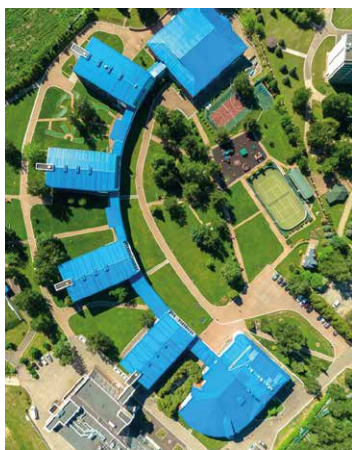
Учебно-тренировочные сборы
по художественной гимнастике
под руководством ЗТР
Елены Нефедовой

К участию приглашаются гимнастки
2021 г.р. и старше, занимающиеся
в ДЮСШ, СДЮСШОР, УОР, ЦОП,
спортивных клубах, а также
воспитанницы групп дополнительного
образования, детских центров, секций
дворцов творчества.

05 — 10
ДЕКАБРЯ 2026



Московская область,
городской округ Мытищи,
деревня Аксаково,
ул. Подмосковная 1, стр. 1/1
Санаторий ФНС
«Каникулы в Аксаково»



Московская область, Санаторий ФНС «Каникулы в Аксаково»



Расписание

● 5 ДЕКАБРЯ

День приезда.

Регистрация участников.

Тренировки с 16:00.

● 6-9 ДЕКАБРЯ

Общая программа тренировок.

Индивидуальные тренировки (по предварительной записи)

● 10 ДЕКАБРЯ

Тренировки.

Заключительный Гала-концерт.

Розыгрыш финальной лотереи «Везунчик».

Вручение памятных призов всем участникам.

Отъезд.

Программа учебно-тренировочных сборов

- Общая и специальная подготовка;
- Обучение правильной и безопасной разминке/заминке;
- Предметная подготовка;
- Хореографическая подготовка;
- Растяжка, развитие гибкости, координации, выносливости;
- Трудности тела;
- Предметная подготовка группового упражнения;
- Танцевальная подготовка;
- Индивидуальные тренировки с тренером (по предварительной записи);
- Постановки новых программ (по предварительной записи);
- Индивидуальный разбор программы в соответствии с правилами по ХГ цикла 2025–2028 г. (по предварительной записи).



Тренерский состав



**НЕФЕДОВА
ЕЛЕНА ЮРЬЕВНА**

Заслуженный тренер России по художественной гимнастике, тренер спортивной сборной команды России, судья международной категории. Тренер заслуженных мастеров спорта, многократных чемпионки мира, а также 2-х призеров чемпионата Европы в групповых упражнениях среди юниоров, чемпионки Европы в групповом упражнении среди юниоров, победителей и призеров Первенств и Чемпионатов России.



**ПОМЕРАНЦЕВА
ТАТЬЯНА БОРИСОВНА**

Заслуженный тренер России по художественной гимнастике. С 2003 года работала хореографом в центре олимпийской подготовки, далее хореографом в спортивной сборной команде России с командами группового упражнения. Принимала участие в подготовке олимпийской чемпионки – Маргариты Мамун, серебряного призера олимпиады – Яны Кудрявцевой, четырехкратной чемпионки мира – Александры Солдатовой.



**ГЕРЦИКОВА
ЕВГЕНИЯ НИКОЛАЕВНА**

Мастер спорта международного класса, двукратная чемпионка Европы, призер чемпионата мира в групповом упражнении, призер первенства Европы в упражнении с лентой. Тренер Чемпионки Европы в групповом упражнении, а также победительниц Чемпионата России. Среди ее воспитанниц чемпионки Кореи, Франции и Сербии. Член Всероссийской коллегии судей. Судья Всероссийской и международной категории.



Тренерский состав



**ОРЛОВА ПОЛИНА
СЕРГЕЕВНА**

Заслуженный мастер спорта России, трехкратная чемпионка мира в групповом упражнении, победитель Всероссийской Спартакиады по летним видам спорта, Чемпионка России, победитель и призер



**ПЕТРОВА ОЛЬГА
ВЛАДИМИРОВНА**

Тренер высшей категории, тренер чемпионки Европы Алины Ермоловой, многократного победителя кубков мира и международных турниров – Карины Кузнецовой.



**НИКОЛАЕВ АНТОН
АЛЕКСАНДРОВИЧ**

Хореограф-постановщик, режиссер театральных проектов и спектаклей, мюзиклов, антреприз, культурно - массовых мероприятий, концертов, цирковых программ, спортивных мероприятий и шоу. Основатель и художественный руководитель хореографической школы "Мастерская современной и классической хореографии".



**ПИГАРЕВ АНДРЕЙ
ВАЛЕРЬЕВИЧ**

Физический терапевт, специалист по физической реабилитации, ЛФК и массажу. Специалист по правильной и безопасной разминке для снижения травматизма в спорте. Успешно применяет технику МФР (миофасциальный релиз) в программе разминки и заминки.



Распорядок дня

08:15 – 10:00

Завтрак

09:00 – 10:00

Индивидуальные тренировки
(по предварительной записи)

10:00 – 13:00

Тренировки

13:00 – 15:00

Обед

15:00 – 18:00

Тренировки

18:00 – 18:10

Розыгрыш лотереи «Везунчик»

18:00 – 21:00

Индивидуальные тренировки
(по предварительной записи)

18:30 – 20:00

Ужин



В рамках зимних учебно-тренировочных сборов Елены Нефедовой вас ждет уникальная встреча — **Автограф-сессия с Верой Туголуковой!**



ТУГОЛУКОВА ВЕРА АЛЕКСАНДРОВНА

Многократная абсолютная чемпионка Республики Кипр, участница Олимпийских игр 2024 в Париже, победительница и призер этапов и финала Кубков Мира, финалистка Чемпионата Мира 2026 во Франкфурте на Майне.



Главный момент сборов — розыгрыш личного приза от Веры Туголуковой! Сразу после автограф-сессии каждая гимнастка становится участником. Одна из вас уйдет с эксклюзивным подарком от звезды гимнастики. Кто это будет? Узнаем на сборах!

Вера Туголукова является обладательницей именного элемента «Tugolukovas Pivot», который включен в международные правила художественной гимнастики WG (FIG).

Вера тренируется под чутким руководством ЗТР Елены Юрьевны Нефедовой.



Лотерея «Везунчик» и поощрение участников

Для всех зарегистрированных участниц ежедневно проводится открытый розыгрыш по итогам тренировочного дня.



По окончании УТС все участники награждаются памятными призами!

В рамках церемонии награждения учреждаются следующие традиционные специальные номинации: «Бэби Лига» — награждаются самые юные спортсмены младшей возрастной группы, принимавшие участие в учебно-тренировочных сборах. «Нас у мамы много» — награждаются участницы, являющиеся членами многодетных семей (подтверждается справкой органа социальной защиты или иным официальным документом).

ЕЖЕДНЕВНЫЙ ПРИЗ

– разыгрывается 5-6 призов и один «Везунчик дня» получает сертификат на 1 час индивидуальной тренировки с ЗТР Еленой Нефедовой (в рамках текущих сборов).

Разыгрывается 1 сертификат в день. Сертификат именной, передаче не подлежит, действителен до окончания сборов.



ФИНАЛЬНЫЙ ПРИЗ

– в последний день на гала-концерте! Разыгрываются 3 эксклюзивных сертификата на 50% скидку на тренировочную программу следующего УТС!

Важно: сертификаты именные — они ваши личные, передавать их нельзя. Скидка действует только на тренировочный блок, а проживание в пансионате оплачивается отдельно.



Заявки на участие и регистрация

Заявки на участие в зимних учебно-тренировочных сборах и проживание подаются на сайте «Спорт вокруг»:



<https://www.sportvokrug.ru/sports/rg/event/15342>

и на электронную почту:



nefedova-school@yandex.ru

Заявки на УТС и проживание принимаются до 22 ноября 2026 года. Шаблон заявки в Приложении 1 (docx файл).

Участникам учебно-тренировочных сборов необходимо иметь:

Тренировочную форму (майка/футболка, шорты, белые носки, полупальцы);

Кроссовки, спортивный костюм;

Предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента);

Утяжеления, теннисные мячи, резина, наколенники;

Сменную обувь.



Для регистрации необходимо предоставить заявку на участие в учебно-тренировочных сборах и документы на каждого спортсмена:

1. Паспорт гражданина Российской Федерации (для спортсменов, не достигших 14 лет – свидетельство о рождении);
2. Полис обязательного медицинского страхования;
3. Полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (оригинал);
4. Медицинская справка о допуске к занятиям художественной гимнастикой;
5. Спортсмены, не достигшие 18 лет, представляют письменное согласие одного из родителей (законных представителей) на участие в учебно-тренировочных сборах.



Условия финансирования учебно- тренировочных сборов

Расходы по командированию (проезд, питание, размещение, страхование) и оплату за участие учебно-тренировочных сборах обеспечивают командирующие организации.

Место и сроки проведения



Учебно-тренировочные сборы по художественной гимнастике проводятся с 5 по 10 декабря 2026 года, по адресу: Московская область, городской округ Мытищи, д. Аксаково, ул. Подмосковная, владение 1, строение 1/1, Санаторий ФНС России «Каникулы в Аксаково».

Контактные данные организаторов:

Телефон: +7 (989) 525-59-69, +7 (963) 779-17-78,

E-mail: nefedova-school@yandex.ru

Сайт санатория: <https://kanikuly-v-aksakovo.ru>

Варианты размещения и стоимость участия в УТС

Стандартный номер с 1 кроватью	1-местное размещение	67500 Р*
Стандартный номер с 1 кроватью	2-местное размещение	67500 Р с человека*
Номер повышенной комфортности с двумя кроватями	2-местное размещение	71500 Р с человека*
Дополнительное место	Возможно во всех категориях номеров	65000 Р*

* Стоимость каждой категории указана за 6 дней проживания и включает в себя оплату за учебно-тренировочные сборы. В стоимость проживания входит 3-х разовое питание по системе «шведский стол». На территории комплекса осуществляется круглосуточное дежурство медицинского персонала.



Варианты размещения и стоимость для сопровождающих:

Стандартный номер с 1 кроватью	1-местное размещение	27500 ₽
Стандартный номер с 2 кроватями	2-местное размещение	55000 ₽
Номер повышенной комфортности с двумя кроватями	2-местное размещение	63000 ₽
Дополнительное место	Возможно во всех категориях номеров	25000 ₽



Контактная информация

Валерия: +7 (963) 779-17-78
Светлана +7 (989) 525-59-69



nefedova-school@yandex.ru



Для участников заезда необходимо при себе иметь следующий перечень документов:

Для взрослых:

Паспорт гражданина Российской Федерации, удостоверяющий личность гражданина Российской Федерации на территории Российской Федерации.

Справка об отсутствии контакта с инфекционными больными (за 3 дня до заезда).

При заезде ответственный участник группы (тренер) заполняет форму заявления об ответственности за размещаемую группу детей.

Для детей:

Свидетельство о рождении ребенка (или паспорт) и его копия.

Справка об отсутствии контакта с инфекционными больными (за 3 дня до заезда).

Справка с результатом анализа на энтеробиоз (для детей 5-10 лет для посещения бассейна).

Согласие на сопровождение несовершеннолетнего ребенка.





Информация по размещению в Санаторий ФНС России «Каникулы в Аксаково»

УТС будет проходить в корпусе 7, там же организовано проживание и питание участников. Между основным корпусом и корпусом 7 в летнее время для гостей предоставляется бесплатный трансфер каждые 30 минут.

Также на территории комплекса можно воспользоваться платными услугами:

Фитнес-центр с силовыми и кардио-тренажерами;

Бювет с минеральной водой и соляная пещера (для участников сбора и сопровождающих – бесплатно);

СПА-комплекс с большим бассейном 25 м, сауной и фито-баром;

Боулинг-клуб на 5 дорожках.



Наш спортивный зал полностью соответствует нормам тренировочного процесса (ковровое покрытие, высота потолков).

