

мастер-класс

АНАСТАСИИ ТАТАРЕВОЙ

Олимпийской чемпионки 2016 года,
серебряного призёра **Олимпийских игр
в Токио**, многократной **чемпионки мира
и Европы**, Заслуженного мастера
спорта России.



г. Санкт-Петербург,
Лахтинский проспект 102к3,
ЦХГ «Таурас»



14 ноября



+7 (921) 768-11-34



Профессиональная
Фото и видео съемка



tatarchik_official



ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении мастер-класса по художественной гимнастике от Олимпийской чемпионки, заслуженного Мастера спорта России АНАСТАСИИ ТАТАРЕВОЙ

1. Место и сроки проведения

- 14 ноября 2026 года
 - 13:00-16:00
 - Г. Санкт-Петербург, Лахтинский проспект 102к3 (ЦХГ Таурас).
- Новый современный зал, 4 ковра с помостами.

2. Цели и задачи

- популяризация и развитие художественной гимнастики на профессиональном уровне;
- обмен опытом, повышения опыта спортивного мастерства и подготовленности гимнасток;
- правильное исполнение и применение общей и специальной физической подготовки;
- отработка правильного исполнения базовых элементов, обучение новым, более сложным элементам;
- отработка и совершенствование базовой работы с предметом, освоение новых вариантов работы с предметами.

3. Программа МК

- ОФП
- СФП
- Отработка и совершенствование базовой работы с предметами, освоение новых вариантов работы с предметами, отработка правильного исполнения базовых элементов каждого вида.

4. Что взять с собой

- тренировочная форма, убранные волосы, опрятный внешний вид
- все предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента)
- теннисные мячики 2 шт.
- наколенники

**На протяжении всего МК будет работать фотограф и видеограф.
Подарки всем участницам МК.**

5. Участницы УТС

На МК допускаются гимнастки от 2020 года рождения и старше, не имеющие проблем со здоровьем и медицинских противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой, дети с подготовкой.

6. Стоимость участия

Стоимость участия 9500.

Если гимнастка по какой-либо причине не сможет принять участие в МК, тренер и родители самостоятельно ищут замену. Родителям на МК присутствовать нельзя.

7. Подача заявок

Для участия в МК необходимо подать заявку до 5 ноября 2026 года на почту: gimnastikarg@yandex.ru

Дополнительная информация по телефону: +7(921)768-11-34

