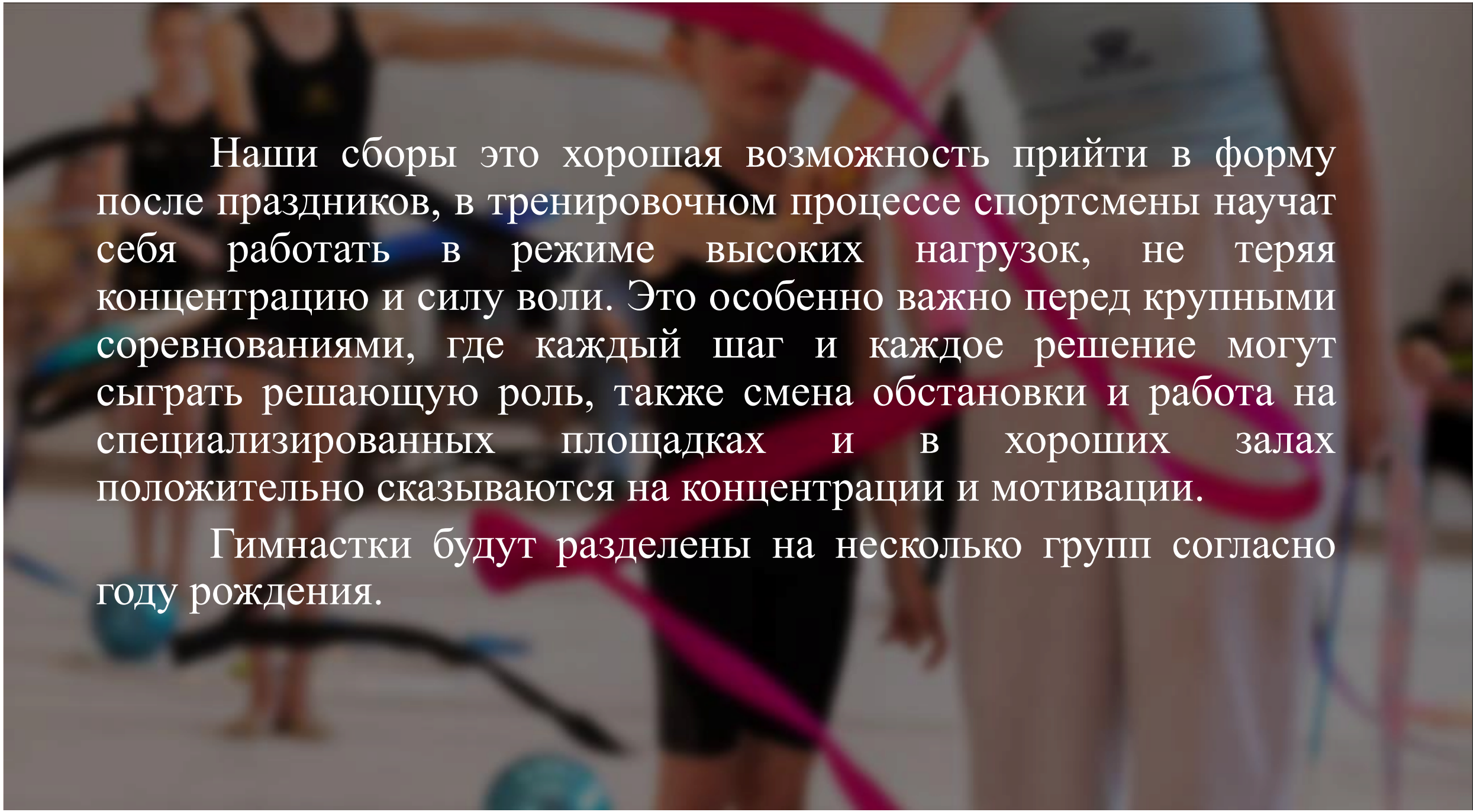
СК ВЕРА

2027

ЗИМНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СБОРЫ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

04-09 ЯНВАРЯ



Наши сборы это хорошая возможность прийти в форму после праздников, в тренировочном процессе спортсмены научат себя работать в режиме высоких нагрузок, не теряя концентрацию и силу воли. Это особенно важно перед крупными соревнованиями, где каждый шаг и каждое решение могут сыграть решающую роль, также смена обстановки и работа на специализированных площадках и в хороших залах положительно сказываются на концентрации и мотивации.

Гимнастки будут разделены на несколько групп согласно году рождения.

Программа сборов

К участию в сборах допускаются гимнастки 2021 года рождения и старше, а также гимнастки не имеющие проблем со здоровьем и мед. противопоказаний занятий художественной гимнастикой.

Все участницы сборов делятся на возрастные группы по уровню подготовки.

04.01.- первый день тренировочного сбора (регистрация в 09:00)

09.01.- последний день тренировочного сбора (16:00-17:00 гала-концерт)

Тренировка по 5-6 часов в день

На сборах у гимнасток будут такие дисциплины как :

- ОФП,СФП
- Акробатика
- Классическая и Танцевальная хореография
- Предметная подготовка, Отработка Элементов
- Развитие гибкости
- Разбор программ и разбор правил для гимнасток (составляющей их программ)



Место проведения

База Спортивного комплекса «МГИМО МИД РОССИИ (Одинцово)» Адрес: Московская обл. Одинцово, ул. Ново-Спортивная 3, 143007.



Закрытая, охраняемая территория, парк, отель, парковка, разнообразие зало, тренажёров. Большой зал с высокими потолками выше 15 м. Столовая, кафе, бассейн.


МГИМО
НОТВ





Тренерский состав

Главный тренер и руководитель – Мизенко Вера Сергеевна – Мастер спорта СССР по художественной гимнастике, член Сборной команды ЛР.

Призер международных соревнований, Чемпионатов и Кубков ЛР

Участник школы Современной хореографии имени Народного артиста балета СССР Александра Румянцева

Зиновьева Екатерина Владимировна

Мастер спорта России по художественной гимнастике





Победитель и призёр Всероссийских и региональных соревнований, член сборной Московской области.

Член сборной России по фитнес-аэробике, двукратная финалистка Чемпионата Мира.

Опыт работы более 15 лет.

Была тренером сборной Монголии с 2018 по 2019 год, тренер чемпионки Киргизии, участницы и призера международных турниров, участницы ГРАН-ПРИ Айши Изабековой; Тренировала участницу Олимпиады 2021 Токио Екатерину Фетисову;

Занимается постановкой программ.

Булавко Виктория Юрьевна



Мастер спорта России

Победитель и призер международных турниров

Серебряный призёр первенства Москвы 2018 года в групповых упражнениях

Участница Фестиваля Ирины Винер «Звездные дети»

Образование ПМГМУ имени И.М. Сеченова и «ГЦОЛИФК»







Кидакова Анна Васильевна КМС по художественной гимнастике

Призер Первенства Дальневосточного федерального округа в групповых упражнениях

Принимала участие в Первенстве России и IX летней Спартакиаде учащихся и других всероссийских соревнованиях по художественной гимнастике

КМС по чир спорту Призер Первенства Мира по чир спорту Призер Всероссийских соревнований по чир спорту

Проживание

Проживание допускается только с сопровождающим лицом

Отель МГИМО, бронирование осуществляется непосредственно на сайте отеля https://hotel.mgimo.ru или по номеру телефона +7 495 630 06 46

Отель Park Inn by Radisson Odintsovo, бронирование осуществляется непосредственно на сайте отеля https://www.radissonhotels.com или по номеру телефона +7 (495) 594-16-00

Отель Загородный очаг, бронирование осуществляется непосредственно на сайте отеля https://z-ochag.ru/hotel или по номеру телефона +7 (495) 590-77-33; +7 (495) 590-77-99

Организационные вопрос

Каждая спортсменка должна при себе иметь:

- Свидетельство о рождении или паспорт
- Медицинский допуск к занятиям художественной гимнастикой или диспансер
- Страховка
- Согласие родителей на участие в сборах
- Набор необходимых предметов для тренировок (сменная обувь, утяжелители, наколенники, 2 тенистых мяча, 2 кубика для йоги, резинка для стоп цельная эластичная, резинка с делениями, скакалка, Обруч, Мяч, Булавы, Лента)
- Костюм для выступления в гала-концерте (показательные номера приветствуются)

Сборы включают возможность индивидуальных тренировок и постановок за дополнительную плату.

Расходы по проведению ТС и условия подачи заявок:

Расходы по проживанию, командированию, по питанию, проезду и участию в ТС спортсменок осуществляют командующие организации

Стоимость ТС для гимнасток **(стоимость сборов для участниц складывается из тренировки + питание (обед)) – 30 000 руб.**

Оплата вноситься до 15 декабря 2026 г.

Дополнительно

- Мероприятие проводится на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативно-правовых актов, действующих на территории России.
- Прием заявок заканчивается по мере наполняемости сборов.
- Все участницы сборов награждаются памятными призами
- Фото и видеоматериалы, а также дополнительная информация содержится и будет публиковаться в WhatsApp группе

Условия допуска

Гимнастка считается допущенной к спортивно-тренировочным сборам:

- при оплате тренировочного сбора;
- при наличии свидетельства о рождении и спортивной страховки от несчастных случаев;
- при наличии медицинской справки, подтверждающей, что гимнастка допущена к тренировочным занятиям по художественной гимнастике.

Прибытие гимнасток в сопровождении родителей или законных представителей (без сопровождения согласуется с организатором).

Групповое прибытие гимнасток (не менее одного взрослого тренера на группу.

Заявки принимаются по WhatsApp: 89152674431 Вера Сергеевна

Сроки проведения тренировочного сбора могут быть изменены, в связи возникновением обстоятельств непреодолимой силы (запретительные действия властей и акты государственных органов) также руководитель и главный тренер школы СК Вера оставляют за собой право менять и дополнять тренерский состав.