



ELENA AL-SHANNAN



ЛЕТНИЕ СБОРЫ

Мини-группа до 6 человек

10-22
августа
2026

12

тренировочных
дней
1 выходной день

Сочи

Олимпийский парк





ELENA AL-SHANNAN

Уровень - одинарные прыжки, изучение двойных.

Главный тренер сборов: **Аль-Шаннан Елена Аммаровна**

- Член федерации фигурного катания Москвы.
- КМС по фигурному катанию.
- Дипломированный тренер, опыт работы 8 лет.
- Тренер-универсал.
- Психолог.
- Главный тренер-основатель спортивного клуба фигурного катания «Вселенский лед».



Победитель и призёр Всероссийских, Московских соревнований, а также Европейских чемпионатов в Латвии и Венгрии.



550k+
ПОДПИСЧИКОВ

СБОРЫ - ЭТО СПОРТИВНЫЙ ИНТЕНСИВ:

- Восстановление после летнего отдыха.
- Подготовка к новому сезону.
- Улучшение своих навыков.
- Повышение уровня физической подготовки.
- Изучение новых элементов и совершенствование освоенных навыков.
- Незабываемые эмоции и впечатления, которые останутся с вами надолго!
- Новые знакомства и общение с людьми с общими интересами!
- И, конечно же, безупречный загар, подтянутое тело и заслуженный отдых между тренировками!
- **Поездка и проживание для детей старше 7 лет возможна без сопровождения взрослых, под руководством тренера, Елены Аммаровны**

Индивидуальный план нагрузок, учитывающий уровень подготовки, цели и возраст каждого участника.





ELENA AL-SHANNAN

Что Вас ждёт на наших сборах:

- 54 часа тренировок.
- Тренировки на льду, скольжение, прыжки, вращения.
- Тренировки в зале, ОФП, СФП.
- Отработка поставленных программ.
- Хореография, растяжка, джаз класс, с преподавателем-хореографом.
- Отработка прыжков на удочке с тренером по прыжкам: аксель, двойные прыжки и подводящие упражнения.
- Тренировки вестибулярного аппарата на ротаторе.
- Аренда льда и зала.
- Камера хранения вещей на катке избавит Вас от необходимости возить вещи с собой ежедневно.
- Праздник, торжественное награждение и подарки по окончании сборов.
- Для родителей и сопровождающих организуются спортивные занятия в Сириусе согласно графику сборов.
- В свободное время для участников предлагается развлекательная программа: экскурсии, пикники и командные мероприятия. Это поможет участникам сдружиться и сделать сборы незабываемыми.

И, конечно же, МОРЕ, СОЛНЦЕ и ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ!

Также на сборах будут фигуристы и тренеры из других городов. Вы найдете новых друзей, а для кого-то это станет дополнительной мотивацией для достижения целей. Общение с теми, кто также занимается фигурным катанием.

Мини-группа, всего 6 мест.

Чтобы задать интересующие вопросы и записаться на сборы - пишите в личные сообщения:

 elena_alshannan

 +7 966 198 68 66

 @vselensky_led