



Положение

*о проведении летних
учебно-тренировочных сборов*

по художественной гимнастике спортивного клуба

«ПОЛЕТЬ»

20.07-25.07

2026

+7 (961) 787-43-83

• МО д.Красновидово

k.shirmanova88@mail.ru

Парк-отель «Можайский»

Даты проведения

20.07-25.07.2026

Место проведения

МО д. Красновидово

Парк-отель «Можайский»

Цели проведения

- ✓ Подготовка к соревновательному сезону*
- ✓ Повышение спортивного мастерства*
 - ✓ Формирование пластичности, артистичности и музыкальности*
- ✓ Чистка элементов в программе и обучение новым элементам*
- ✓ Улучшение навыков работы с предметом*

Программа

- ✓ *Общая физическая подготовка,*
- ✓ *Растяжка и элементная подготовка (улучшение качества выполнения элементов гимнастики),*
- ✓ *Предметная подготовка,*
 - ✓ *Хореография (классическая, современная хореография и партер),*
 - ✓ *Артистическая подготовка (значение артистизма в художественной гимнастике, средства и методы развития артистики у спортсменок, значение музыки, средства выражения эмоций в постановке).*
 - ✓ *Танцевальная подготовка (разбор стилей, пластика тела, работа в партере, работа на координацию движений, охвата площадки, художественные средства самовыражения).*
- ✓ *Мастер-класс от участника проекта «ПАНЦУЙ» на первом канале,*
- ✓ *25.07— Заключительный день сборов, парад награждения и вручение подарков и памятных призов.*

Расписание

10:00 – 13:00

13:00 – 14:30

15:00 – 18:00

*Первая
тренировка*

*Перерыв
на обед*

*Вторая
тренировка*



Основной тренерский состав

ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР



Ширманова Кристина Вадимовна

Выпускница МГУКИ

(специальность хореограф-постановщик)

Бакалавр ГГУПУ

(специальность Физическая Культура)

Магистр ГГУПУ

(специальность Менеджмент Управление персоналом)

Общий стаж работы 15 лет

Судья ССК1

Кандидат в Мастера Спорта по художественной гимнастике

Чемпионка Нижегородской области в личном зачете

Победительница Межрегиональных и Областных соревнований

ТРЕНЕР ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ



Коновалова Юлия Александровна

Кандидат в Мастера Спорта

по художественной гимнастике

Состояла в сборной Свердловской области.

Чемпионка УРФО

Чемпионка России (2025)

Участница VI Летней Спартакиады Молодежи

по художественной гимнастике

Танцевальная подготовка

Хореография и классическая основа



Швец Евгений Дмитриевич

Хореограф-постановщик

Артист балета театра Айвенго

Тренер – хореограф, постановщик у гимнасток спортивный

Центр развития WINNERS ACADEMY

Место проведения



Стоимость

Проживание | 21 500 рублей (4 300/сутки)

Тренировки | 35 500 рублей

Общая стоимость сборов | 57 000 рублей

В стоимость входит:

- ✓ мастер-класс от участника проекта «СПАЙДСУЙ» на первом канале,
- ✓ работа с тренерским составом,
- ✓ хореография,
- ✓ танцевальная подготовка.

Количество мест ограничено!

Перерасчет стоимости сборов в случае отсутствия спортсмена по любым причинам, в том числе и по причине болезни, НЕ ПРОИЗВОДИТСЯ

Заявки на участие

Заявки принимаются на почту **ДО 18 ИЮЛЯ**
k.shirmanova88@mail.ru

ФОРМА ЗАЯВКИ:

- ✓ ФИО гимнастки,
- ✓ год рождения,
- ✓ спортивный клуб,
- ✓ телефон для связи,
- ✓ дополнительная информация.

+7 961 787 43 83 (Кристина)

Ждем вас на наших сборах!

Все участники сборов награждаются
памятными подарками!



