

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СБОРЫ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ



3-7 АВГУСТА

Спортивный комплекс «Атлант - Косино»,
г. Москва, ул. Большая Косинская, д. 5А,
ФОК Атлант-Косино

ТРЕНИРОВКИ ПОД РУКОВОДСТВОМ СПЕЦИАЛИСТОВ
ВЫСОКОГО КЛАССА, ЗАСЛУЖЕННЫХ МАСТЕРОВ СПОРТА
РОССИИ, ЧЕМПИОНОК МИРА И ЕВРОПЫ

+7 933 204 14 96
serdtse_stolitsy@mail.ru

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СБОРЫ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

3-7 АВГУСТА 2026

Пн-Пт 13:00 - 19:00

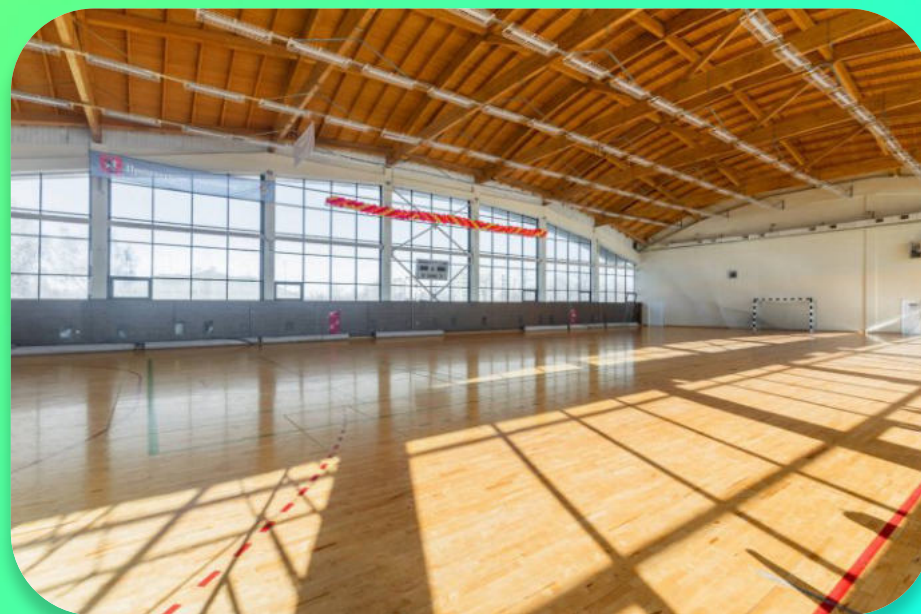
13:00 - 16:00 - 1-я тренировка

16:00 - 17:00 - Обед

17:00 - 20:00 - 2-я тренировка

Спортивный комплекс «Атлант - Косино»,
г. Москва, ул. Большая Косинская,
д. 5А, ФОК Атлант-Косино

БАЗА УТС



- Просторный оборудованный спортивный зал с высокими потолками
- Небольшое количество человек в группе для более эффективных тренировок

ПОЛЬЗА УТС

Будешь
учиться
у лучших
педагогов

Получишь
взрывной
эффект
за короткие
сроки

Узнаешь все
секретные фишки
выполнения элементов,
которые у тебя до этого
не получались

Прочувствуешь
атмосферу
настоящего
командного
духа

Получишь
прекрасные
фотографии
по завершении
смены

Проведешь
последний месяц
летних каникул
с пользой

В ПРОГРАММЕ УТС

- ОФП, СФП
- Предметная подготовка
- Акробатика
- Классическая хореография
- Отработка прыжков и поворотов
- Скоростная-силовая тренировка на выносливость
- Отработка упражнений
- Танцевальная подготовка
- Спортивный психолог
- Постановка соревновательных программ-упражнений (за доп. оплату)

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ДЕНЬ СБОРОВ:

- Все гимнастки награждаются подарками и грамотами. Лучшие гимнастки в каждой группе награждаются специальными призами
- ФИНАЛЬНАЯ ФОТОСЕССИЯ

СТОИМОСТЬ

1 Тренировка в День
(с 13:00 до 16:00 Пн-Пт)

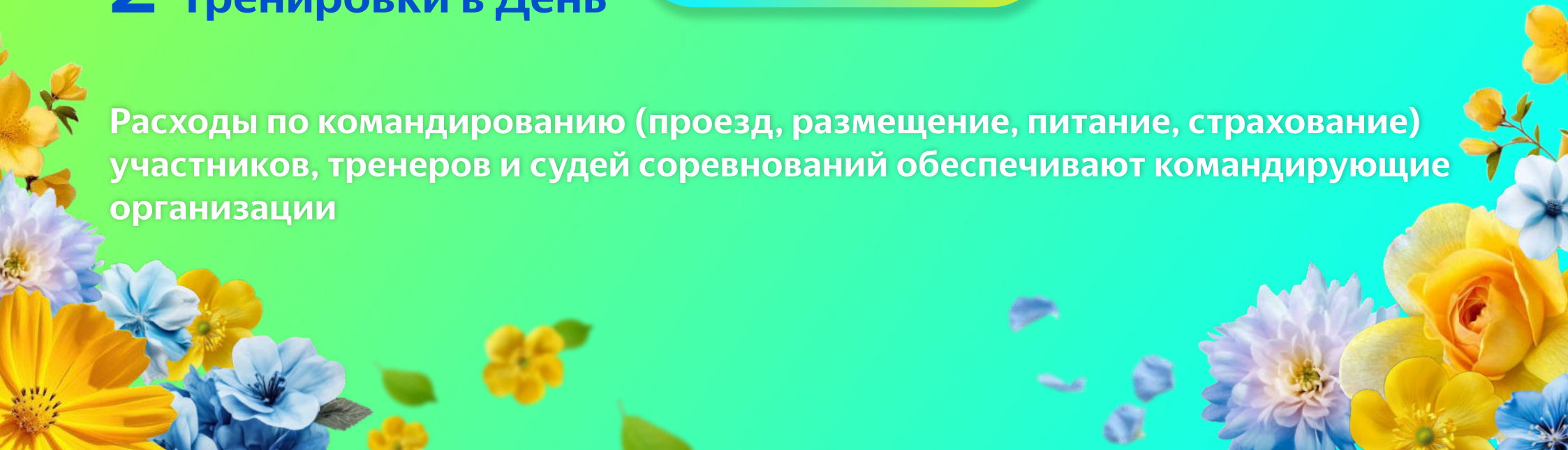
15.000 Р

ОБЩИЙ КОМПЛЕКС

2 Тренировки в День

21.000 Р

Расходы по командированию (проезд, размещение, питание, страхование) участников, тренеров и судей соревнований обеспечивают командирующие организации



ДО ВСТРЕЧИ на УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРАХ

Для подачи предварительных заявок:

- e-mail: serdtse_stolitsy@mail.ru
- координатор УТС : +7 933 204 14 96 – Любовь

Данное положение является официальным приглашением на УТС



 Конищева Л.А.

ОБРАЗЕЦ ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ
(ТОЛЬКО В ВИДЕ ПОЛОЖЕНИЯ)

ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ В УЧЕБНО ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРАХ

НАЗВАНИЕ КЛУБА / СШ _____

ГОРОД _____

№	Ф.И. (гимнастки, сопровождающего)	Дата рождения	Город

ПРЕДСТАВИТЕЛЬ КОМАНДЫ _____

КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН _____

**ПРИЕМ ЗАЯВОК ЗАКАНЧИВАЕТСЯ ПО МЕРЕ НАПОЛНЯЕМОСТИ УТС,
КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИЦ СТРОГО ОГРАНИЧЕНО.**