

УНИКАЛЬНЫЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ГИМНАСТИЧЕСКИЙ ЛАГЕРЬ НА БАЛИ



4-11 Июля 2027

**ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР
Елизавета Широкова**



**ДЛЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ
СПОРТСМЕНОВ 2017
ГОДА РОЖДЕНИЯ
И СТАРШЕ**



**Количество мест
ограничено — только
15 гимнасток**



ПРОЖИВАНИЕ

Мы будем проживать в **роскошной 5-звёздочной вилле** с бассейном и большой зелёной территорией по адресу: 📍 **Jalan Subak Sari, Bali**



Это приватное, безопасное и эстетически красивое пространство, где **комфорт сочетается с природной энергией острова**.

По утрам — свежий океанский воздух, тишина, пальмы и мягкий солнечный свет.

Каждый день будет начинаться с:

- дыхательных практик для родителей
- утренней общей физической подготовки для гимнасток

Тренировки будут направлены на развитие:

- выносливости
- силы
- координации
- глубокой гибкости



Питание будет обеспечивать один из лучших ресторанов острова — Born to Be.

Завтрак, обед и ужин — чистое, сбалансированное питание, направленное на:

- восстановление
- физическую силу

Наша цель:

каждая гимнастка уедет стройной, здоровой и в отличной физической форме.



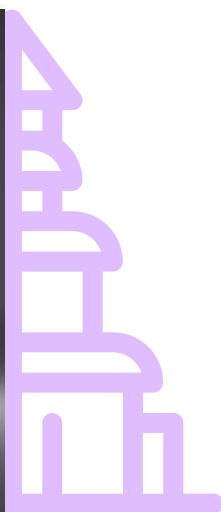
МЕСТО ТРЕНИРОВОК

Funtastic Gymnastic Cangu
84RQ+HGP, Tibubeneng, Kuta Utara, Badung Regency,
Bali, Indonesia

Google Maps:
<https://www.google.com/maps/place>

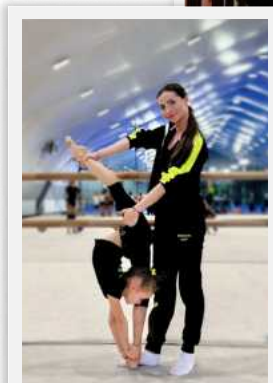


Это профессионально оборудованный гимнастический зал, полностью подходящий для проведения интенсивных спортивных тренировочных сборов высокого уровня.



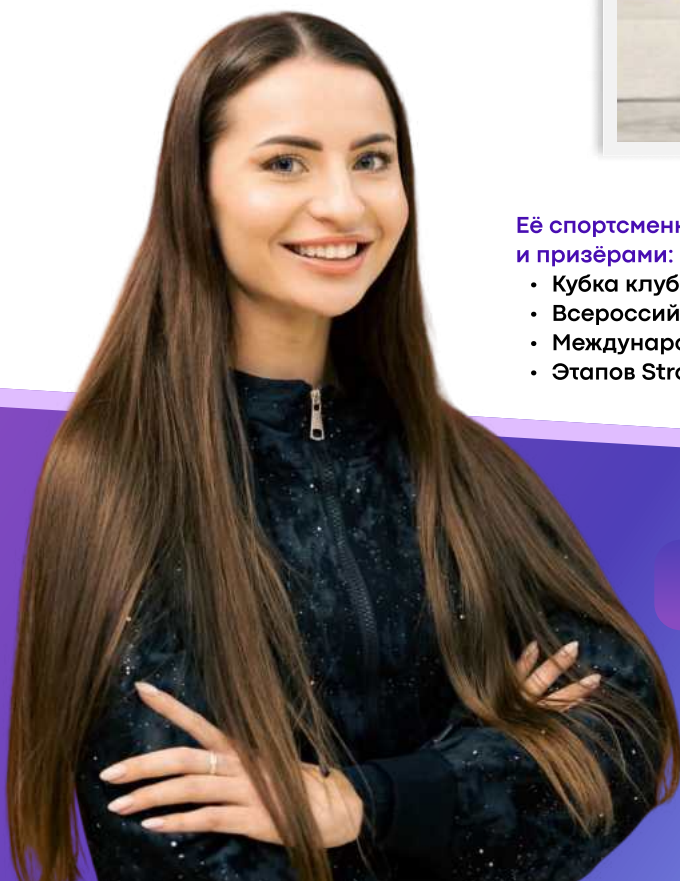
ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР Елизавета Широкова

- **Мастер спорта** России по художественной гимнастике
- **Пятикратная чемпионка** Москвы
- **Многократный призёр** чемпионата Москвы и Кубка Москвы
- Член сборной Москвы
- **Победитель и призёр** международных и всероссийских турниров
- Судья 2 категории
- Хореограф соревновательных программ
- Руководитель центра художественной гимнастики «Сообщество талантов»



Её спортсменки являются победителями и призёрами:

- Кубка клубов Москвы
- Всероссийской клубной лиги
- Международных соревнований
- Этапов Strongest Cup



Instagram:
[@shirokova_coach](https://www.instagram.com/shirokova_coach)

Также в качестве со-тренера:
Анастасия Закревская
Instagram:
[@anastasiya_zakreyskaya](https://www.instagram.com/anastasiya_zakreyskaya)



ФОРМАТ ТРЕНИРОВОК — профессиональный интенсив

6 часов интенсивных тренировок ежедневно



Елизавета будет лично работать с программой каждой гимнастки:

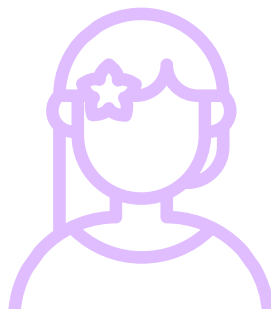
- композиция
- техника
- сценическое присутствие

Это серьёзные интенсивные тренировки для спортсменок, нацеленных на высокие спортивные результаты

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ:

- работу над текущими соревновательными программами
- постановку новых программ
- доработку и шлифовку существующих программ
- глубокую техническую коррекцию
- развитие артистизма и музыкальности
- сложные элементы и связки
- профессиональную растяжку
- развитие силы, выносливости и координации

GYMNASTIKA
RG CLUB UAE



ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

Максимум 15 гимнасток.

ЭТО КАМЕРНЫЙ, ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННЫЙ ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЛАГЕРЬ.

Каждая спортсменка получает максимальное внимание тренера, глубокую индивидуальную работу, исправление ошибок, настоящий переход на следующий профессиональный уровень. Гимнастки уезжают с новыми навыками, улучшенной техникой, отшлифованными программами, заметным ростом спортивных результатов.

Это шанс сделать настоящий прорыв и выйти на уровень профессиональных спортсменок.





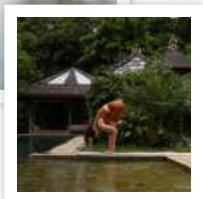
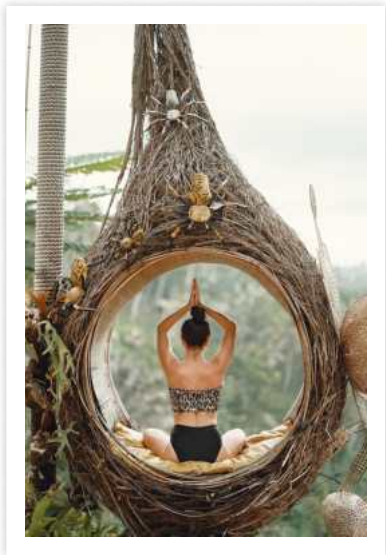
ПРОГРАММА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ МАМ — СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО:

- Утренние дыхательные практики
- Мягкая йога для мам
- Восстановительные сессии
- Лекции о поддержке вашего ребенка в спорте
- Женское сообщество



Дополнительные платные услуги:
массаж, спа-процедуры.



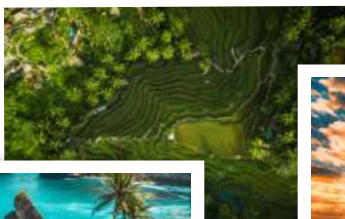
ПРИРОДА БАЛИ И ЭКСКУРСИИ

Бали известен своей уникальной природой
и духовной атмосферой:

- Водопады и вулканы
- Рисовые террасы
- Океан
- Древние храмы
- Уникальная энергия острова

Детская программа включает экскурсии к водопадам, посещение природных достопримечательностей и комфортабельный транспорт по всему острову.

Гармоничное сочетание спорта высокого уровня и глубокого личного обновления.



СТОИМОСТЬ

Только тренировочная программа

1800 \$

6 часов профессиональных тренировок ежедневно

Гимнастка без родителя

(Перелеты оплачиваются отдельно. Ребенок путешествует с нашим сопровождающим из ОАЭ или России.)

2700\$

6 часов профессиональных тренировок ежедневно

Проживание на 5-звездочной вилле с бассейном

Трансфер из аэропорта и обратно

Ежедневный трансфер в зал

Питание (завтрак, обед, ужин) от ресторана Born to Be

Экскурсии к водопадам и природным локациям

Полная организация программы и сопровождение

Гимнастка + родитель

(Перелеты оплачиваются отдельно.)

3600\$

6 часов профессиональных тренировок ежедневно

Проживание на 5-звездочной вилле с бассейном

Трансфер из аэропорта и обратно

Ежедневный трансфер в зал

Питание (завтрак, обед, ужин) от ресторана Born to Be

Экскурсии к водопадам и природным локациям

Полная организация программы и сопровождение

Утренние занятия для мам (бесплатно)

Родитель+ 2 гимнастки

(Перелеты оплачиваются отдельно.)

4200\$

6 часов профессиональных тренировок ежедневно

Проживание на 5-звездочной вилле с бассейном

Трансфер из аэропорта и обратно

Ежедневный трансфер в зал

Питание (завтрак, обед, ужин) от ресторана Born to Be

Экскурсии к водопадам и природным локациям

Полная организация программы и сопровождение

Утренние занятия для мам (бесплатно)

ВАЖНО

GYMNASTIKA
RG CLUB UAE

ЭТО НЕ ПРОСТО ЛАГЕРЬ.

Это профессиональный интенсив на Бали с очень ограниченным количеством мест.

- Только 15 гимнасток
- Только высокий уровень
- Только реальные результаты



WhatsApp
+971 54 788 19 29

регистрация

