



ФЕДЕРАЦИЯ
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ
ГИМНАСТИКИ
РЕСПУБЛИКИ
АБХАЗИЯ



ПОЛОЖЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ

под руководством Протасовой М.А.



КОРОТКИХ
ЛАРИСА
ВАСИЛЬЕВНА



ПРОТАСОВА
МАРИНА
АНАТОЛЬЕВНА



ГЕТМАН
АНАСТАСИЯ
АЛЕКСАНДРОВНА



БУЮКЛЯН
АНАСТАСИЯ
АНДРЕЕВНА

12.10.2026 - 18.10.2026

+7 9407778388 WhatsApp

rgymabkhazia@gmail.com



УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ
СБОРЫ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

СУХУМ АБХАЗИЯ

Тренируйся у моря!

Положение о
проведении учебно-тренировочных сборов
под руководством
Протасовой Марины Анатольевны



Школа художественной гимнастики № 1

12 - 18 октября 2026 г.



ТРЕНЕРСКИЙ СОСТАВ

ПРОФЕССИОНАЛЫ, КОТОРЫЕ ВЕДУТ К ПОБЕДАМ!



ПРОТАСОВА
МАРИНА
АНАТОЛЬЕВНА

- Тренер высшей категории
- Лауреат Президентской премии "Белорусский спортивный Олимп"
- Воспитала не одно поколение гимнасток сборной команды Беларуси



КОРОТКИХ
ЛАРИСА
ВАСИЛЬЕВНА

- Лауреат и дипломант областных конкурсов «Липецкая звездочка», номинация «хореография» (множественные победы и призовые места)
- Общий стаж педагогической деятельности в области хореографии составляет 20 лет
- Специализация – преподавание хореографических дисциплин детям с четырех лет и старше
- Образование: Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, факультет хореографии, выпуск 1998 года
- Регулярное повышение квалификации каждые три года



БУЮКЛЯН
АНАСТАСИЯ
АНДРЕЕВНА

- Мастер спорта России по художественной гимнастике
- Золотой призер Приволжского федерального округа, неоднократный призер областных, региональных соревнований
- Входила в состав сборной команды по художественной гимнастике Пензенской области, в четверку лучших команд России по групповым упражнениям
- Образование: высшее, Липецкий государственный педагогический университет, кафедра адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин
- Общий стаж работы: 5 лет
- Ведущий тренер сборной команды РА



ГЕТМАН
АНАСТАСИЯ
АЛЕКСАНДРОВНА

- Мастер спорта России по художественной гимнастике
- Победитель Международных и Всероссийских соревнований
- Победительница ЮФО
- Входила в состав сборной команды Краснодарского края
- Ведущий тренер сборной команды РА



ОПЫТ. ЗНАНИЯ. СТРАСТЬ К ДЕЛУ.

Будущее начинается здесь!

РАСКРЫВАЕМ
ПОТЕНЦИАЛ



ДОСТИГАЕМ МЕЧТУ!

МАСТЕР Классы

ПРОФЕССИОНАЛИЗМ • ОПЫТ • РЕЗУЛЬТАТ

МЕЛКУМЯН ЛИАНА ВЛАДИМИРОВНА

-  тренер Высшей категории
-  Судья Всероссийской и Международной категории
-  Мастер спорта
-  Бронзовый призер Чемпионата Украины
-  Магистр олимпийского и профессионального спорта

В числе учениц :

- Чемпионка России, Бронзовый призер этапа Кубка Мира в групповых упражнениях – Ильченко Екатерина

МСМК , Чемпионка России , член сборной команды России - Виктория Чумакова

МСМК , Член сборной команды России , участница FIG соревнований – Арина Ткачук-

- Постановщик упражнений для сборной Кореи для участия в Универсиаде



ФЕОКТИСТОВ ВАСИЛИЙ ВАСИЛЬЕВИЧ

Тренер по спортивно-бальным танцам

Специализация
«Стандарт» и «Латина».



ОПЫТ. ЗНАНИЯ. СТРАСТЬ К ДЕЛУ.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:



- Содействие популяризации и профессиональному развитию художественной гимнастики в Республике Абхазия;
- Пропаганда здорового образа жизни;
- Обмен опытом, повышение уровня спортивного мастерства и технической подготовленности гимнасток;
- Развитие общей и специальной физической подготовки;
- Обучение, формирование и совершенствование навыков работы с предметами художественной гимнастики;
- Развитие музыкальности, пластики и артистизма через классическую и современную хореографию;
- Выявление талантливых и перспективных спортсменок;
- Укрепление спортивных связей и дружеских отношений между участниками.



2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:



Сборы будут проходить по адресу: г. Сухум, ул. Леона, д. 2. Школа художественной гимнастики №1. Школа расположена в одном здании с гостиницей «Рица», на набережной города.



ДАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ:

- **11 октября** – день прибытия участников;
- **12, 13, 14, 15, 16 и 17 октября** – тренировочные дни;
- **18 октября** – контрольная тренировка, вручение дипломов о прохождении учебно-тренировочных сборов (УТС) под руководством М.А. Протасовой и памятных подарков гимнасткам. Экскурсионная программа включает посещение Ботанического сада и Обезьяньего питомника. После 18:00 – отъезд команд.

3. РАЗМЕЩЕНИЕ КОМАНД:



Участникам сборов предлагается бронирование номеров в гостинице «Рица», расположенной в непосредственной близости от Школы художественной гимнастики №1 в центре города. При бронировании действует скидка в размере 15%.

КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:



Телефон: +78402233242, +78402233241;



Официальный сайт: www.ritsa-hotel.com.

Также возможно бронирование номеров и апартаментов в других отелях города.

4. ПРОГРАММА СБОРОВ:

- Общая и специальная физическая подготовка;
- Предметная подготовка;
- Хореографическая подготовка;
- Работа над биомеханикой тела с учетом возрастных особенностей;
- Растяжка, развитие гибкости, координации и выносливости, коррекция растяжки при необходимости;
- Работа над элементами и вращениями;
- Акробатическая подготовка;
- Танцевальная подготовка (мастер-классы по спортивным бальным танцам, изучение ритмики, пластики и базовых шагов латиноамериканских танцев: ча-ча-ча, джайв, самба);
- Постановка индивидуальных программ под руководством тренера Гетман А.А. (по предварительной записи);
- Посещение бассейна.

5. УЧАСТНИКИ СБОРОВ:

К участию в сборах приглашаются гимнастки 2018 года рождения и старше, учащиеся детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, спортивных клубов, а также воспитанницы групп дополнительного образования и детских центров. Все участницы делятся на три группы в зависимости от возраста и уровня подготовки.

6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ:



Участницы должны иметь при себе следующие документы:

- Свидетельство о рождении или паспорт (оригинал и копия);
- Оригинал и копию страхового полиса от несчастных случаев;
- Справку из областного диспансера, заявку на участие с допуском или справку с допуском врача к занятиям художественной гимнастикой (оригинал);
- Справку для посещения бассейна;



Каждая участница должна иметь с собой:

- Тренировочную форму, удобную для занятий, носочки, тапочки (ежедневно чистые, в рюкзаке должны быть запасные);
- Предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента с палочкой);
- Наколенники (обязательно);
- Широкую и узкую резину;
- Два фитнес-блока;
- Сменную обувь (обязательно);
- Три теннисных мяча;
- Пляжное полотенце и купальник (для посещения бассейна и пляжа);
- Музыкальные фонограммы (в случае записи на постановку упражнения);
- Собственную бутылочку для воды.





7. РАСХОДЫ ПО ПРОВЕДЕНИЮ СБОРОВ:

Расходы, связанные с командированием, питанием, проживанием, проездом участников и проведением сборов, несут командирующие организации.

Стоимость участия в сборах составляет **30 000 рублей** с одного участника.

В стоимость включены: ежедневные тренировки с тренерами, хореографическая подготовка, мастер-классы, посещение бассейна и экскурсионная программа.



8. УСЛОВИЯ ПОДАЧИ ЗАЯВОК:



Заявки на участие в сборах принимаются до 20 сентября 2026 года на электронную почту: **Rgymabkhazia@gmail.com**.



Ответственный за проведение сборов:
Бганба Мадина Анатольевна.
Контактная информация:
+7 940 777 83 88
(MAX, Телеграмм, WhatsApp).



ВАЖНО!
Предоплата за участие в сборах принимается до 20 сентября 2026 года в размере **15 000 рублей**.

