



Спортивные сборы

ЦЕНТРА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

ОТКРЫТИЕ

Ершово
3-10 января 2027 г



Положение о проведении спортивных сборов по художественной гимнастике Центра художественной гимнастики «Открытие»

Цели и задачи спортивных сборов

- Повышение спортивного мастерства занимающихся художественной гимнастикой
- Популяризация физической культуры, спорта, художественной гимнастики среди детей и молодежи
- Укрепление дружеских связей
- Обмен опытом работы.

Сроки и место проведения



Сроки проведения:
03.01.2027-10.01.2027



Место:

АМАКС «Ершово»,
Московская область,
поселок Дома отдыха Ершово, д.4



Контактные данные для бронирования:

+7 (903) 790-81-90, Алина
gim.otkritie32@mail.ru

Программа спортивных сборов

- Общая и специальная физическая подготовка
- Обучение и совершенствование техники выполнения элементов
- Хореографическая подготовка
- Танцевальная подготовка
- Растяжка
- Разбор индивидуальных программ
- Индивидуальная работа с тренером
по предварительной записи

Распорядок дня

08:00-09:00 Завтрак
10:00-12:00 Тренировка
13:00-15:00 Обед и тихий час
15:00-18:00 Тренировка
18:30-19:30 Ужин
19:30-21:30 Свободное время
21:30 Отбой



Заявки на участие и регистрация:

К участию допускаются гимнастки
2021 года рождения и старше.

Заявки на участие подаются по номеру
+ 7 903 790-81-90 или на почту **gim.otkritie32@mail.ru**

Необходимые документы на каждого спортсмена:

- Копия паспорта или свидетельства о рождении
- Оригинал полиса медицинского страхования
- Полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев
- Медицинская справка о допуске к занятиям художественной гимнастикой
- Согласие одного из родителей (законных представителей) на участие в учебно-тренировочных сборах
- Согласие на обработку персональных данных
- Согласие на сопровождение ребенка
- Согласие на фото и видеосъемку



Участникам спортивных сборов необходимо иметь:

- Тренировочную форму
- Предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента)
- Утяжелители
- Резину с делениями
- Теннисные мячи 2 шт.
- Наколенники
- Сменную обувь (кроксы)
- Кроссовки



Условия финансирования спортивных сборов:

Стоимость спортивных сборов для участниц составляет: 62600 руб.

Стоимость спортивных сборов для родителей составляет: 47600 руб.

В стоимость участия входит:

- Проживание 8 дней, 7 ночей
- Трансфер от м. Царицыно до АМАКС «Ершово» и обратно
- Питание
- Тренировки
- Памятные подарки участницам



Предоплата до 1 октября 2026 года



+7 903 790 8199



gim.otkritie32@mail.ru

