



АССОЦИАЦИЯ СПОРТИВНЫХ КЛУБОВ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

ИНН 7704278929 КПП 770401001 ОГРН 1117799021988 Р/сч. 40703810738000009447 в ПАО
Сбербанк Москва г. Москва к/сч30101810400000000225 БИК 044525225

119270, г. Москва, Лужнецкая набережная, д.8, кв.437
Контактный телефон/факс 89255438123



Положение учебно-тренировочного сбора Ассоциации спортивных клубов по художественной гимнастике

Цели и задачи:

- Содействие популяризации и развитию художественной гимнастики в России на высокопрофессиональном уровне;
- Обмен опытом, повышение уровня спортивного мастерства и подготовленности гимнасток Ассоциации спортивных клубов по художественной гимнастике;
- Развитие общей и специальной подготовки;
- Обучение, формирование и совершенствование навыков работы с предметами художественной гимнастики;
- Раскрытие творческого потенциала личности, нестандартного образа мыслей, музыкальности, пластики и артистичности посредством классической и современной хореографии;
- Обучение различным стилям танцевального искусства;
- Индивидуальные тренировки, постановки новых программ;
- Просмотр гимнасток для отбора к тренировкам у заслуженного тренера России Натальи Кукушкиной

Сроки и место проведения:

УТС проводится с 6 по 11 мая 2024 г. по адресу: Московская область, Мытищинский район, деревня Аксаково, дом 1 (21 км от МКАД по Дмитровскому шоссе).

06 мая - день приезда, регистрация участниц;

6-11 мая – учебно-тренировочные сборы;

11 мая – заключительная тренировка, гала концерт, вручение подарков (**отъезд после 15:00**).

Состав специалистов УТС:

- Капранова Ольга Сергеевна – Заслуженный мастер спорта, Президент Ассоциации Спортивных Клубов по художественной гимнастике (**мастер-класс**)

- **Кукушкина Наталия Валентиновна** – Заслуженный тренер России, главный тренер Ассоциации Спортивных Клубов по художественной гимнастике (*мастер классы с предметом*)
- **Мархакшинова Вероника Николаевна** – тренер и судья Ассоциации Спортивных Клубов по художественной гимнастике в Москве (*элементы, специальная физическая подготовка, мастерства и риски с предметами*)
- **Птушкина Полина Вячеславовна** – тренер двукратных победительниц Первенства Москвы среди младших разрядов в 2022 и 2023 годах, победительницу Чемпионата Москвы, серебряных призеров соревнований «Юные гимнастки» в 2023 года, бронзовых призеров Первенства России в 2024 году по групповым упражнениям (*отработка, корректировка и постановка групповых программ*)
- **Белова Мария Владимировна** – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой» (*разминка, общая и специальная физическая подготовка, акробатика*)
- **Глотова Маргарита Игоревна** - хореограф, преподаватель по танцам, артистка Большого театра (*хореография, постановка танцевальных номеров*)

Программа УТС:

- Предметная подготовка (все предметы);
- Работа по элементам (равновесия, повороты, прыжки);
- Классическая хореография;
- Танцевальная подготовка;
- ОФП, СФП;
- Акробатика;
- Постановка программ (по предварительной записи);
- Индивидуальная работа с тренером (по предварительной записи);

Мастер-класс по танцам от Евы Уваровой

Мастер-класс от Ольги Капрановой

Участники УТС:

На УТС приглашаются гимнастки 2019 г.р. и старше, не имеющие проблемы со здоровьем и медицинских противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой.

Условия проведения:

Гимнастки должны при себе иметь свидетельство о рождении, копию медицинского полиса и мед.справку, заверяющую то, что ребенок допущен к занятиям художественной гимнастикой, страховой полис.

На сборах необходимо иметь – спортивную форму, спортивный костюм, кроссовки, белые носки, утяжелители, гимнастическую резину, подушки для баланса, выступательный купальник для отчетного концерта.

Стоимость сборов:

на каждую гимнастку – **30000 рублей.**

В стоимость сбора на гимнастку входит: проживание в пансионате в, трехместных номерах, трехразовое питание (завтрак, обед, ужин - «шведский стол»), ежедневные двухразовые тренировки, хореография и урок танцев, посещение бассейна.

Стоимость проживания для родителей и сопровождающих лиц – **20000 рублей.**

В стоимость сбора на родителей и сопровождающих лиц входит: проживание в пансионате в двух-, трехместных номерах, трехразовое питание (завтрак, обед, ужин - «шведский стол»), ежедневное посещение бассейна.

Стоимость постановки одного упражнения с музыкой – *по предварительной договоренности.*

Стоимость индивидуальной тренировки - **3000 рублей/1 час.**

Условия подачи заявок:

Ответственный за проведение сборов Капранова Екатерина Сергеевна.

ПРИЕМ ЗАЯВОК ЗАКАНЧИВАЕТСЯ ПО МЕРЕ НАПОЛНЯЕМОСТИ УТС.

Заявки подаются через e-mail: ascgrf@mail.ru В заявке необходимо указать «Сборы 2024» в теме письма. При подаче заявки необходимы данные: ФИО, дата рождения, город, название клуба гимнастики.

Телефон для связи: + **79255438123** (Екатерина Сергеевна)

Участие в УТС считается подтвержденным после внесения ПРЕДОПЛАТЫ в размере 5000 рублей на расчетный счет.

Реквизиты Ассоциации спортивных клубов по художественной гимнастике

Адрес юридический: 119270, г. Москва, Лужнецкая набережная, д. 8, комн. 437, ОРГН 1117799021988, ИНН 7704278929, КПП 770401001

Расчетный счет: Р/сч. 40703810738000009447_в ПАО СБЕРБАНК_г. Москва_к/сч. 30101810400000000225, БИК 044525225

ОКПО 37135166, ОКВЭД 93.19, ОКФС 49, ОКОПФ 20600

ОКАТО 45286590000, ОКОГУ 4210014, ОКТМО 45383000

Директор Капранова Екатерина Сергеевна

Контактный телефон +7 925 543 81 23