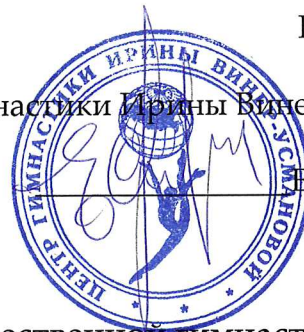


Утверждаю:

Руководитель

Центра гимнастики Ирины Винер-Усмановой

Е.О.Смирнова



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении тренировочного курса по художественной гимнастике

«ИНТЕНСИВ»

в ЦЕНТРЕ ГИМНАСТИКИ ИРИНЫ ВИНЕР-УСМАНОВОЙ

На курс «Интенсив» принимаются не более 15 гимнасток!

- 1. Сроки проведения:** 6-10 марта 2019 г. Заезд в Отель 5 марта после 18.00.
- 2. Место проведения:** Центр гимнастики Ирины Винер-Усмановой, Московская обл, г.о. Химки, мкрн. Новогорск, ул. Олимпийская, стр. 15
- 3. Основными задачами тренировочного образовательного курса «Интенсив» являются:**
 - интенсивный курс тренировочных занятий для повышения подготовленности и спортивного мастерства гимнасток под руководством Нефедовой Е.Ю.
 - использование прогрессивных методик в ОФП и СФП
 - раскрытие творческого потенциала спортсменок
 - психологическая подготовка и помощь гимнасткам перед стартами
 - просмотр тренировочных занятий гимнасток сборной команды России по художественной гимнастике на базе УТЦ «Новогорск»
- 4. Количество участников:** не более 15 гимнасток (+ сопровождающие лица)
- 5. Участники курса «Интенсив»:** к участию в программе «Интенсив» приглашаются гимнастки 2005-2008 г.р., учащиеся ДЮСШ, СДЮСШОР, спортивных клубов, воспитанники групп дополнительного образования, детских центров, секций Дворцов Творчества и других спортивных организаций.
- 6. Проживание:** в Отеле 5* в Центре гимнастики Ирины Винер-Усмановой. www.hotel-centerviner.ru Проживание в отеле ЦГ несовершеннолетней гимнастки возможно только с законным представителем (родителем) или с попечителем по нотариально-заверенной доверенности. Возможно размещение нескольких гимнасток с 1 сопровождающим.
- 7. Питание:** Диетическое 3-х разовое питание, разработанное специально для сборной России. *При наличии пищевой аллергии необходимо предоставить справку до начала курса по e-mail: hotel.fsk-novogorsk@mail.ru
- 8. Программа и расписание:** в дополнение к 6-ти часовым ежедневным тренировкам с ведущими тренерами, хореографами и специалистами Центра во главе с Нефедовой

Еленой Юрьевой - заслуженным тренером России, тренером 10-кратной чемпионки мира Ольги Капрановой, вице-президентом технического комитета УЕЖ, судьей МК, в программу «Интенсив» входит:

- просмотр тренировочных занятий гимнасток сборной команды России по художественной гимнастике на базе УТЦ «Новогорск»
- дружеская встреча - беседа с пятикратной чемпионкой Европы среди юниоров, многократной победительницей первенства России по художественной гимнастике.
- ежедневные тренировки в бассейне с инструктором
- сеанс спортивного массажа
- занятие со спортивным психологом Сборной России Кузьминовой Е.Б.
- мастер-класс по make-up, который проведет ведущий визажист 1 канала, визажист звезд шоу бизнеса, таких как Жасмин, Алла Михеева, Глюкоза, Юлия Ковальчук и многих других.

9. Допуск: в программе принимают участие спортсменки, имеющие медицинский допуск к тренировочным занятиям по художественной гимнастике.

10. Условия проведения: гимнастки должны иметь при себе:

- спортивную форму для занятий художественной гимнастикой, наколенники, резину;
- сменную обувь
- гимнастические предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента);
- CD упражнений;
- свидетельство о рождении;
- копию медицинского полиса (полис ОМС);
- допуск врача к занятиям художественной гимнастикой;
- страховой полис от несчастных случаев;
- копию паспорта одного из родителей или доверенного лица
- нотариально заверенную доверенность на сопровождающее лицо
- купальник для занятий в бассейне, шапочку и тапочки для бассейна
- косметика для make-up мастер класса

11. Гимнастка считается допущенной:

- при оплате курса «Интенсив»;
- при наличии свидетельства о рождении и спортивной страховки от несчастных случаев;
- при наличии медицинской справки, подтверждающей, что гимнастка допущена к тренировочным занятиям по художественной гимнастике.

12. Расходы по проведению программы «Интенсив» и условия подачи заявок:

- Расходы по командированию, питанию, проживанию, проезду участников и проведению несут командирующие организации или родители
- Стоимость курса для гимнасток: (включая проживание и питание) – **75000 руб.**
- Стоимость проживания в номере с гимнасткой сопровождающего лица:
 - **25000 рублей** (завтрак включен) или
 - **35000 рублей** (3-х разовое питание включено).