



спортивные сборы

Лето 2019

с командой ЦХГН №1



МОСКВА

Мельникова 7, стр.1
Дом ЦХГН №1

КРЫМ
Евпатория



1 смена
27.05-09.06

Москва
Дом ЦХГН №1

2 смена
08.06-22.06

Крым
Евпатория

3 смена
24.06-07.07

Москва
Дом ЦХГН №1

4 смена
08.07-21.07

Москва
Дом ЦХГН №1

5 смена
29.07-11.08

Москва
Дом ЦХГН №1

6 смена
12.08-31.08

Москва
Дом ЦХГН №1



www.rgcenter.ru +7 926 668-10-98 info@rgcenter.ru

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении спортивных сборов Центра художественной гимнастики №1
лето 2019 год

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Повышение уровня спортивного мастерства
- Развитие общей и специальной физической подготовки;
- Обучение, формирование и совершенствование навыков работы с предметами художественной гимнастики.

II. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ

<i>Смена</i>	<i>Даты проведения</i>	<i>Примечание</i>
Первая	27 мая - 09 июня	<i>внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ №1</i>
Третья	24 июня - 7 июля	
Четвертая	8 июля - 21 июля	
Пятая	29 июля - 11 августа	
Шестая	12 августа - 31 августа	<i>внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ №1</i>

*участие во внутренних сборах ЦХГ1 для гимнасток других спортивных организаций возможно при наличии свободных мест на данных сборах
(уточнить у регистратора сбора)

Место проведения: г. Москва, улица Мельникова, д. 7, стр. 1, Дом ЦХГ №1.

III. ПРОГРАММА СПОРТИВНЫХ СБОРОВ

- СФП;
- Предметная подготовка;
- Отработка элементов;
- ОФП;
- Танцевальная подготовка;
- Индивидуальная работа с тренером (по предварительной записи)
- Постановка программ с хореографом-постановщиком (по предварительной записи)

<i>Расписание тренировочного процесса</i>	
10:00 - 13:00	первая тренировка (в зависимости от группы подготовки, тренировки могут начаться в 11:00)
13:00 - 14:30	обед и свободное время на территории спортивного зала
14:30 - 17:00	вторая тренировка

Участницы сборов будут разделены на группы, соответствующие уровню их подготовки и возрасту.

IV. ТРЕНЕРСКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ СОСТАВ

- Тренерский состав Центра художественной гимнастики №1
- Педагог по танцевальной подготовке
- Хореограф-постановщик упражнений для художественной гимнастики

V. УЧАСТНИКИ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ

Гимнастки 2014-2004 г.р. допускаются к сборам:

- по предварительной регистрации и оплате;
- при наличии копии свидетельства о рождении;
- при наличии копии страховки от несчастного случая;
- при наличии медицинского заключения о допуске к прохождению спортивной подготовки и тренировочным мероприятиям из спортивного диспансера, **или** при наличии справки от врача-педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой, **и с обязательным указанием результатов ЭКГ-диагностики** - оригинал.

Каждый участник должен иметь спортивную форму (одежду для занятий художественной гимнастикой и предметы)

VI. СТОИМОСТЬ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ

<i>Смена</i>	<i>Даты проведения</i>	<i>Стоимость спортивных сборов для воспитанниц ЦХГ №1</i>	<i>Стоимость спортивных сборов для всех желающих</i>
Первая	27мая -09 июня внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ1	12.000 рублей	14.000 рублей
Третья	24 июня -7 июля	12.000 рублей	14.000 рублей
Четвертая	8 июля-21 июля	12.000 рублей	14.000 рублей
Пятая	29 июля- 11 августа	12.000 рублей	14.000 рублей
Шестая	12 августа-31 августа внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ1	14.000 рублей	18.000 рублей

- Стоимость сбора не меняется от количества дней проведенных на спортивном сборе.
- Количество мест ограничено.
- Запись на индивидуальные тренировки и постановки упражнения производится и оплачивается на месте.

Стоимость сборов необходимо оплатить:

- первую смену - не позднее 30 апреля 2019г.
- третью смену - не позднее 01 июня 2019г.
- четвертую смену - не позднее 15 июня 2019г.
- пятую смену - не позднее 01 июля 2019г.
- шестую смену - не позднее 15 июля 2019г.

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

Все участники сборов награждаются памятными сувенирами и сертификатам и участников.

IX. ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ

ФИО гимнастки	Точная дата рождения	Школа/ Спортивный клуб/ Номер группы для воспитанниц ЦХГ №1	Заказывать обеда или нет	Контактный тел., на котором есть WhatsApp
--------------------------	-------------------------------------	--	---	--

**Предварительные заявки на участие отправляются на почту
nashdomik@list.ru**

X. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- Между тренировками для гимнасток будет организован обед, стоимость обеда 350 рублей (оплачивается в первый день сборов).

XI. КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

На все интересующие вопросы мы готовы ответить:

Электронная почта:
nashdomik@list.ru

Телефон:
8-926-668-10-98 Раупова Азиза Шавкатовна

Часто задаваемые вопросы по сборам:

- 1) Нужно ли родителям находиться с ребенком в течение всего тренировочного дня?
Нет, Вы приводите ребенка к первой тренировке и забираете его после второй.

В перерыве у детей обед и свободное время, под присмотром ответственных тренеров каждой группы. Родителю быть с ребенком в это время не обязательно.

2) Как организуется питание на сборах?

Стоимость комплексного обеда (первое блюдо, второе блюдо, салат и напиток) 350 рублей. Данный обед организовывается на базе Дома культуры, в котором расположен Дом ЦХГ №1. Питание оплачивается на все дни сборов. Если Вы не планируете заказывать комплексный обед, то ребенок может приносить свое питание в контейнере. Дети обедают под присмотром ответственных тренеров.

3) Распределение детей по группам.

В первый тренировочный день все дети будут заниматься в своей возрастной группе. После первого тренировочного дня, по решению тренерского состава, ребенок может перейти в группу сильнее, либо слабее, в зависимости от личного уровня подготовки ребенка.

4) Возможно ли присоединиться к сборам чуть позже?

Да, возможно. Однако, стоимость сборов от количества посещаемых тренировочных дней не меняется.

5) Информирование о сборах.

За 2 недели до начала сборов мы сформируем группу в Вацапе, в которой опубликуем информационное письмо по общим вопросам. Так же, Вам будут предоставлены списки распределения детей по группам.

В данном письме будет информация о времени и месте проведения регистрации и организационного собрания.

6) Присутствие родителей на тренировке.

Родители не допускаются в зал во время тренировок. Родители гимнасток 2011 года и старше передают детей ответственным тренерам группы в холле первого этажа. Родители гимнасток 2012-2014 годов рождения передают детей ответственным тренерам группы в холле второго этажа. Фото и видео съемка тренировочного процесса строго запрещены.