

Положение

Международный учебно-тренировочный сбор по художественной гимнастике

Финляндия, Иматра, поселок Saimaa Life

2.07. - 12.07.2019

1. Цели из задачи:

- развитие общей и специальной подготовки;
- повышение уровня спортивного мастерства и подготовки гимнасток;
- обучение грамотному исполнению элементов тела в художественной гимнастике;
- обучение работе с предметом;
- подготовка гимнасток к соревнованиям.

2. Сроки и место проведения:

Финляндия, город Иматра, спортивный комплекс -
Imatran Urheilutalo.

2 июля - день приезда

2 июля - 12 июля - учебно-тренировочный сбор

Отъезд 12 июля (по желанию позже)

2. Состав специалистов УТС:

Эльвира Зукакишвили - организатор, тренер сборов.
Мастер спорта РФ по художественной гимнастике, член
сборной Грузии 2011-2014 гг., чемпионка Грузии,
чемпионка России среди ВУЗов, двукратная чемпионка
Москвы, ученица Скалдиной О.В.

Екатерина Малыгина - заслуженный мастер спорта РФ. Трёхкратная чемпионка Мира и Бронзовая медалистка чемпионатов Мира. Абсолютная чемпионка Европы в составе групповых упражнений. Двухдневный мастер-класс.

Ли Елена Инхеновна - мастер спорта по художественной гимнастике, хореограф «СШОР № 74».

3. Программа учебно-тренировочного сбора:

- программа разминки и СФП
- классическая хореография у станка с элементами художественной гимнастики
- разбор техники вращений, равновесий и прыжков
- предметная подготовка
- отработка элементов тела художественной гимнастики с предметами: отдельно и в упражнениях
- просмотр программы
- танцевальная подготовка
- персональные тренировки
- постановка программ

5. Участники учебно-тренировочного сбора:

На УТС приглашаются гимнастки от 2012 г.р. и старше

Гимнастки должны иметь при себе:

- паспорт
- страховку

- допуск для занятий по художественной гимнастике

Так же при себе необходимо иметь предметы для занятий художественной гимнастикой, утяжелители, резину для растяжки.

6. Размещение осуществляется в эко-коттеджах поселка Saimaa Life

Варианты размещения:

1-комнатные апартаменты (от 2 до 4 человек)

2-комнатные апартаменты (от 4 до 6 человек)

Каждые апартаменты оснащены сауной и кухней

На территории поселка:

- большой зал для проведения конференций
- столовая
- Бесплатная парковка
- wi-fi

7. Стоимость

В стоимость учебно-тренировочных сборов входит:

- тренировочный процесс
- двухдневный мастер-класс от Екатерины Малыгиной
- бассейн
- групповой трансфер отель - спорткомплекс - отель а так же трансфер вокзал - отель - вокзал
- фото и видео съемка (общего плана)

Стоимость учебно-тренировочного сбора - **750 EUR** за одного участника

Проживание **40 EUR/сутки с человека** (оплачивается отдельно)

Питание **30 EUR/сутки с человека** (оплачивается отдельно)

Стоимость для индивидуального размещения - по запросу

8. Виза

Если вам нужна виза для въезда в Финляндию, пожалуйста, свяжитесь с организаторами, вам предоставят официальное приглашение и всю необходимую информацию.

9. Как добраться

Из Москвы

Ночным поездом «Лев Толстой» с Ленинградского вокзала до станции «Вайниккала», далее трансфером до поселка 60 км.

из Санкт-Петербурга

От Санкт-Петербурга до Иматры 198 км.

От Иматры до поселка 4 км.

Поездом Allegro

С Финляндского вокзала 1,5 часа до станции «Вайниккала», далее трансфером до поселка 60 км.

10. Контакты

Организатор сборов - Эльвира Зукакишвили +7 (926) 385 21 98 (What's app, Viber, Telegram)

Размещение:I

Москва +7 (495) 969 27 41

Санкт-Петербург +7 (812) 309 84 54

Финляндия +3580 50 4335480

E-mail: info@saimaa-life.com

www.saimaa-life.com