

Положение о проведении спортивных сборов
10.07.2019-19.07.2019 г.

под руководством Натальи Владимировны Соколовой.

Казахстан, г. Алматы

1. Цели и задачи УТС.

- выявление спортивных проблем у гимнасток с помощью специальной диагностики и тестов;
- развитие физических данных с учётом возрастных особенностей;
- применение новых методик для повышения результата в короткие сроки;
- обучение гимнасток основной базе и материалу, помогающим в мотивации и спорте;
- повышение уровня спортивного мастерства и подготовленности гимнасток;
- развитие общей и специальной физической подготовки;
- обучение и формирование навыков работы с предметами;
- развитие пластики, координации и артистичности с помощью классической и современной хореографии.

2. Сроки и место проведения.

Место проведения: Казахстан, г. Алматы, ул. Курмангазы, д. 107 (здание Евразийской Юридической Академии имени Д. А. Кунаева).

Сроки проведения:

9 июля 2019 г. – день приезда;

10-19 июля 2019 г. – учебно-тренировочные занятия;

15 июля 2019 г. – выходной день* (дата может быть изменена организаторами сборов);

19 июля 2019 г. – учебно-тренировочные занятия, день отъезда;

20 июля 2019 г. – день отъезда.

3. Тренерский состав спортивных сборов.

Команда Натальи Владимировны Соколовой.

4. Программа спортивных сборов.

- диагностика и тестирование всех участников;
- развитие физических данных;
- общая физическая подготовка (ОФП);
- общая специальная подготовка (ОСП);
- предметная подготовка;

- сенсомоторное развитие;
- классическая хореография средствами биомеханики (класс Н. Соколовой);
- современная хореография (танцевальная подготовка/импровизация/мастерство);
- растяжка;
- диагностика и развитие слуха и ритма;
- занятия со спортивным психологом;
- тренинг для тренеров по психологии;
- консультация психолога (для родителей);
- индивидуальные тренировки (по предварительной записи);
- постановка индивидуальных программ (по предварительной записи).

Начало тренировочного процесса в 10:00.

Участники сборов будут разделены на группы в соответствии с уровнем их подготовки и возрасту.

В ходе проведения сборов организаторы вправе вносить изменения в программу спортивных сборов.

5. Расписание спортивных сборов.

Тренировочный процесс для гимнасток 2013 г.р. и старше – ежедневно 6 часов в день.

Расписание учебно-тренировочных занятий будет предоставлено в день регистрации.

10.07.19-19.07.19 – учебно-тренировочные занятия.

19.07.19 – тренировочный день, показательные выступления по итогам спортивных сборов, награждение участников, вручение памятных подарков. Отъезд участников сборов.

19.07.19-20.07.19 – отъезд участников.

6. Участники и условия проведения спортивных сборов.

К участию в спортивных сборах приглашаются гимнастки 2013 года рождения и старше.

К участию в спортивных сборах допускаются гимнастки, не имеющие проблем со здоровьем и медицинских противопоказаний к занятиям по художественной гимнастике.

Гимнастки допускаются к спортивным сборам:

- по предварительной регистрации и оплате;
- при наличии копии свидетельства о рождении (паспорта);

- при наличии **спортивной** страховки (с указанием вида спорта – художественная гимнастика);

- при наличии медицинской справки (медицинского заключения) о допуске к прохождению подготовки и тренировочным занятиям из спортивного диспансера или при наличии справки от врача-педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой – оригинал.

- при наличии спортивной формы и предметов для художественной гимнастики:

2012-2013 г.р. – скакалка, обруч, мяч, булавы, лента, 3 теннисных мяча, резина, 2 блока для йоги.

2011-2010 г.р. – скакалка, обруч, мяч, булавы, лента, 3 теннисных мяча, резина, 2 блока для йоги.

2009 г.р. и старше – скакалка, обруч, мяч, булавы, лента, 3 теннисных мяча, резина, 2 блока для йоги.

* Все личные предметы должны быть подписаны, во избежание потери.

К участию в спортивных сборах тренеры участников допускаются на следующих условиях:

1. Без оплаты допускаются тренеры с пятью и более участниками или оплатившие участие в программе обучения тренеров – «Лабиринт».
2. Тренеры с количеством участников 1-2 – **стоимость 7000 рублей.**
3. Тренеры с количеством участников 3-4 – **стоимость 5000 рублей.**

Тренеры участников принимают (могут принимать) участие в тренировочном процессе вместе со своими гимнастками. Переход тренеров участников осуществляется от группы в группу вместе со своими гимнастками. Организатор в одностороннем порядке вправе отказать тренеру участника сборов за нарушение правил внутреннего распорядка от участия в тренировочном процессе.

В рамках спортивных сборов проводится обучение тренеров по авторской программе Н. Соколовой «Лабиринт» в объёме 12 часов с выдачей сертификата (Положение «Лабиринт»). Ориентировочное время проведения 18:00-22:00.

Регистрация участников проводится в первый тренировочный день – 10 июля 2019 г.

7. Стоимость спортивных сборов и расходы на их проведение.

- Для гимнасток 2013 года рождения и старше:

Стоимость, Рубли	Стоимость, USD	Категории участников и сроки оплаты (включительно)
20000	315	Ученики Школы Н. Соколовой
25000	400	Участники, не являющиеся учениками Школы Н. Соколовой, до 02.06.2019 (включительно)
30000	470	Участники, не являющиеся учениками Школы Н. Соколовой, при наличии заявки и свободных мест на момент регистрации по согласованию с организатором

Окончательная оплата по безналичному расчету должна быть проведена до 2 июня 2019 г. включительно.

При Онлайн оплате взимается банковская комиссия в размере 1,000 рублей.

В случае неоплаты участник к сборам не допускается.

Сумма в размере 5000 рублей является задатком и не возвращается в случае отказа от принятия участия в спортивных сборах, озвученное после 25 июня 2019 года.

Расходы по командированию, питанию, проживанию и приезду участников несут командирующие организации и участники.

8. Условия подачи заявок.

Для участия в спортивных сборах заявки подаются через сайт Онлайн школы Натальи Соколовой: <http://sokolovaschool.com> или отправляются на почтовый адрес: ican@improverg.com

Линия консультации по сборам через WhatsApp на номере: +7 915 012-23-23

Дополнительные вопросы можно уточнить по телефонам:

Ольга Фролова, контактный телефон: +7 915 519-91-19

Ирина Атаманенко, контактный телефон: +7 918 583-04-00

Количество участников ограничено, успеете подать заявку!
Заявки принимаются до 31 мая 2019 года.

Совершенство достижимо!

Ваша, Наталья Соколова

*****Форма заявки на сайте включает следующую информацию**

Заявка на спортивные сборы

10.07.2019-19.07.19

под руководством Натальи Владимировны Соколовой.

Ф.И.О. участника	
Дата рождения	
Город фактического проживания	
Название СШОР, ДЮСШ, клуба	
Сколько лет занимается художественной гимнастикой (или другим видом спорта)?	
Имелись ли спортивные травмы? Если ДА, укажите информацию по травме (Когда произошла? Вид травмы)	
Ф.И.О. тренера	
Ф.И.О. (полностью) сопровождающего, роль (родитель/тренер)	
Контактный телефон	
Электронная почта	
Ваш аккаунт социальных сетей	
Обучается ли участник в ОНЛАЙН ШКОЛЕ Н. СОКОЛОВОЙ?	
Ф. И. О. (полностью) лица, заполнившего заявку	