

# РЕГЛАМЕНТ

## О проведении Открытого тренировочного лагеря по дзюдо среди спортсменов старше 17 лет. 12-16 августа 2019 года.

### 1. Участники

К участию в тренировочном мероприятии допускаются спортсмены старше 17 лет имеющие спортивное звание КМС и выше, предоставившие заявку с допуском врача или справку о прохождении врачебно-физкультурного диспансера.

Предварительные заявки просьба прислать на электронную почту **d.b.kabanov@bk.ru** до **2 августа 2019** года (спортсмены не приславшие предварительную заявку допущены до тренировок не будут).

### 2. Сроки и место проведения

Тренировочное мероприятие проводится **12-16 августа 2019** в Новом комплексе «Центра спорта и образования «Самбо-70» на 6-ти татами, 900 м2.

Адрес: город Москва, улица Академика Виноградова, дом 4Б, вход через Новый комплекс.

Проезд от станций метро «Теплый Стан», «Тропарево» или «Юго-Западная» до остановки "Клуб Самбо-70".

Автобусы: 144, 281, 227, 553, 388.

### 3. Условия размещения

Для обеспечения проживания и питания требуется в срок **до 10 июля 2019 года** произвести **бронирование** и оплату. Предварительная стоимость проживания "Hotel ASTRUS" (адрес: Ленинский проспект 146) (<http://www.astrus.ru/>).

**Категория А:** Комфортабельный номер с трехразовым питанием – 4200 руб. с человека при двухместном и трехместном размещении.

**Категория В:** Стандартный номер бизнес категории с трехразовым питанием – 3300 руб. с человека при двухместном и трехместном размещении.

**Категория С:** Улучшенный стандартный номер с трехразовым питанием – 2250 руб. с человека при двухместном и трехместном размещении. Одноместный номер – 3050 руб.

Для приезжих команд в аэропорт **Внуково** будет организован трансфер до гостиницы «Аструс», расстояние от аэропорта до гостиницы 15км.

**Взнос за участие на сборе на каждого спортсмена 700 рублей.**

Заявки присылать на эл. Почту **d.b.kabanov@bk.ru**

Команды предварительно не подавшие заявку на проживание в срок **до 10 июля 2019** года на почту **d.b.kabanov@bk.ru**

размещением и питанием занимаются самостоятельно. Дополнительную информацию узнавать по телефону для справок.

Телефон для справок: +79651304344 – Кабанов Дмитрий

#### 4. Программа тренировок

Дата	11:00-13:00	17:00-19:00
12 августа (понедельник)	Прибытие команд Регистрация	WOMEN MEN Ne waza 3x3 Tachi waza 6x5
13 августа (вторник)	WOMEN MEN Ne waza 3x4 Tachi waza 6x4	WOMEN MEN Ne waza 2x3 Tachi waza 7x4+1
14 августа (среда)	WOMEN MEN Ne waza 3x3 Tachi waza 6x5	Sauna Training by teams
15 августа (четверг)	WOMEN MEN Ne waza 3x4 Tachi waza 6x4+1	WOMEN MEN Ne waza 3x3 Tachi waza 7x5
16 августа (пятница)	WOMEN MEN Ne waza 4x4 Tachi waza 6x5	WOMEN MEN Ne waza 3x3 Tachi waza 7x4+1 <u>Отъезд</u>

Программа тренировок может быть изменена из-за конечного числа участников.