

Утверждаю
Директор ООО «Академия Спорта»
Н.Ю. Яковлева

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении летних учебно-тренировочных сборов по фигурному катанию в г. Дмитров
с 1 по 31 июля 2019 г.**

1. ЦЕЛИ:

Учебно-тренировочные сборы по фигурному катанию проводятся с целью повышения уровня спортивного мастерства и подготовленности спортсменов к соревновательному сезону.

2. ЗАДАЧИ:

-Развитие и совершенствование общей и специальной физической подготовки спортсменов;
-Обучение, формирование и совершенствование техники прыжков, вращений и скольжения
-Развитие гибкости, выносливости.

3. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ:

Даты:

1 смена с 1 по 15 июля 2019 г. (7/1/7)

2 смена с 17 по 31 июля 2019 г.(7/1/7)

Количество мест ограничено. (8-10) человек в группе

Место проведения: г. Дмитров Московской области, «Ледовый центр зимних видов спорта».

Тренерский состав :

1.Яковлева Ирина Александровна – тренер старших возрастных групп, технический специалист, КМС, тренер-преподаватель по фигурному катанию на коньках г. Дмитров, выпускница Университета имени Лесгафта г. Санкт-Петербург по специальности «Тренер-преподаватель по фигурному катанию на коньках». Проходила стажировку в школе Олимпийского резерва им. А.Н.Мишина «Звездный Лед». Огромный тренерский опыт со спортсменами спортивных разрядов Российской Федерации, а так же сборных команд спортсменов высшего спортивного мастерства Европы и США.

2.Егорова Арина Андреевна — КМС, тренер младших возрастных групп, технический специалист, постановщик-хореограф, в настоящий момент является тренером-преподавателем г. Кимры Тверской области. Ученики: КМС по фигурному катанию на коньках, Призер Первенства Тверской области, участник Зональных соревнований Первенства России.

3. Шутков Дмитрий Владиславович- технический специалист, МС, действующий спортсмен, Член сборной команды Санкт-Петербурга, участник и призер этапов Кубка России, Зональных, региональных и международных соревнований, ученик Алексея Николаевича Мишина, в настоящий момент тренируется в Москве (тренер Артур Дмитриев).

4.Гончаров Артур Николаевич- Тренер по скольжению.Мастер спорта Украины по фигурному катанию. Чемпион Дании в танцах на льду.Выступал в шоу Holiday on Ice .

Образование: Национальный педагогический университет им. М.П. Драгоманова, факультет физического воспитания и спорта, квалификация – тренер-преподаватель по фигурному катанию
Опыт тренерской работы – с 2008 года.

5. Молчанюк Ольга Юрьевна-хореограф- тренер-преподаватель хореографии и балетного мастерства, работает со сборной Республики Татарстан по фигурному катанию на коньках.

5. ПРОГРАММА СПОРТИВНЫХ СБОРОВ

Программа тренировочного процесса:

- Работа над техникой скольжения, прыжков и вращений
 - ОФП; СФП (применение тренажеров А.Н. Мишина)
 - Классика, Балетная хореография
 - Пластика, растяжка, гибкость
 - Постановка программ (по желанию)
 - Индивидуальная работа с тренером (по желанию).
- объем ледовых тренировок -3-3,5 час/день
объем ОФП и СФП -1- 1,5 час/день
объем классики и балетной хореографии 2,5-3 час/день
Один день выходной

6. УЧАСТНИКИ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ:

К участию в спортивных сборах допускаются фигуристы, учащиеся детско-юношеских спортивных школ, училищ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства, спортивных клубов. Фигуристы должны соответствовать нормативным требованиям своего заявленного разряда. Если уровень спортсменов не соответствует данным условиям, то их участие рассматривается в индивидуальном порядке.

Группы

1. младшая группа (ЮФ, 3 юн разряд)
3-3,5 часа льда
1-1,5 час ОФП или СФП + работа на тренажере Мишина А.Н.
1-1,5 час классики
1,5-2 час балетной хореографии
2. средняя группа (НП1,2,3)
3-3,5 часа льда
1-1,5 час ОФП или СФП + работа на тренажере Мишина А.Н.
1-1,5 час классики
1,5-2 час балетной хореографии
3. старшая группа (УТ,СС)
3-3,5 часа льда
1-1,5 час ОФП или СФП + работа на тренажере Мишина А.Н.
1-1,5 час классики
1,5-2 час балетной хореографии

Фигуристы допускаются к сборам:

- По предварительной регистрации и после предоплаты;
- При наличии свидетельства о рождении;
- При наличии спортивной страховки (страховка от несчастных случаев);

-При наличии медицинской справки, заверяющей о том, что ребенок допущен к физическим нагрузкам;

В сопровождении ответственного лица старше 18 лет (возможен вариант 1 взрослый на нескольких спортсменов);

Каждый участник спортивных сборов должен иметь необходимый инвентарь:

- Спортивную форму (одежду для занятий фигурным катанием на льду и в зале)
- кроссовки и балетки
- предметы (скакалка, резина, спиннер)

8. СТОИМОСТЬ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ:

Стоимость одной смены спортивных сборов без проживания и питания:

- 1 группа 30 000 руб.
- 2 группа 30 000 руб.
- 3 группа 40 000 руб.

Участие сборов с учетом предоставления скидки рассматривается в индивидуальном порядке.

Предоплату необходимо внести на расчетный счет организации после заключения соглашения в сроки:

до 20 июня 2019 г.

Остальная сумма оплачивается не позднее, чем за 5 дней до начала сборов.
Количество мест ограничено.

9 .ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ:

Заявки принимаются на почту akademia_sporta2019@mail.ru

И по телефону: 8 919 066-66-82

В заявке обязательно указывать:

- 1.ФИО спортсмена
- 2.Год рождения
- 3.Спортивный разряд
- 4.Какими элементами владеете
- 5.Город
- 6.ФИО родителей
- 7.Контактный телефон
8. Есть ли у спортсмена противопоказания по здоровью, о которых необходимо знать тренеру
9. Ваши ожидания от предстоящих сборов
10. Информация о сопровождающем.
11. Необходимо ли проживание.

После получения заявки, Вы получаете в ответном письме договор , и реквизиты для оплаты.

Внесение предоплаты