



спортивные сборы

Лето 2020

с командой ЦХГ№1



1 смена

02.06-20.06

Внутренние
сборы ЦХГ№1

2 смена

02.07-16.07

Крым
Евпатория

3 смена

29.06-12.07

Москва

4 смена

13.07-26.07

Москва

5 смена

27.07-09.08

Москва

6 смена

10.08-31.08

Внутренние
сборы ЦХГ№1



[rgcenter_1](#)

www.rgcenter.ru

nashdomik@list.ru

+7 915 120-40-50

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении спортивных сборов Центра художественной гимнастики №1
лето 2020 год

Все смены сборов ЦХГ № 1 будут организованы в соответствии с Методическими рекомендациями по организации работы спортивных организаций в условиях сохранения рисков распространения COVID-19 Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека № МР 3.1\2.1.0184-20.

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>
Третья	29 июня - 12 июля	
Четвертая	13 июля - 26 июля	
Пятая	27 июля - 09 августа	
Шестая	10 августа - 31 августа	<i>внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ№1</i>

*участие во внутренних сборах ЦХГ№1 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.
(дополнительный зал г. Москва, улица Перерва, д. 52, стр.1)**

***Дополнительный зал может быть задействован, если количество участников сбора превысит максимально допустимое, с учетом соблюдения принципов социального дистанцирования.**

III. ПРОГРАММА СПОРТИВНЫХ СБОРОВ

- СФП;
- Предметная подготовка;
- Отработка элементов;
- ОФП;
- Растяжка;
- Партер;
- Индивидуальная работа с тренером (по предварительной записи и оплате);
- Постановка программ с хореографом-постановщиком (по предварительной записи и оплате).

Расписание тренировочного процесса		
09:00-12.00	первая тренировка (в зависимости от группы подготовки, тренировки могут начаться в 10:00)	Вечерняя смена 14.45-20.00 <u>(Вечерняя смена может быть введена если количество участников сбора превысит максимально допустимое, с учетом соблюдения принципов социального дистанцирования)</u>
12.00-14.15	вторая тренировка	
<i>Для каждой возрастной группы предусмотрено несколько перерывов: Младшие возрастные группы – два перерыва по 20 минут Средние возрастные группы – один перерыв 15 минут Старшие возрастные группы – без перерыва Перерывы пройдут организованной под присмотром ответственного тренера и с учетом соблюдения принципов социального дистанцирования.</i>		

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

IV. ТРЕНЕРСКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ СОСТАВ

- Тренерский состав Центра художественной гимнастики №1
- Хореограф-постановщик упражнений для художественной гимнастики

V. УЧАСТНИКИ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ

Гимнастки 2015 - 2004 г.р. допускаются к сборам:

- по предварительной регистрации и оплате;
- при наличии копии свидетельства о рождении;
- при наличии копии действующей страховки от несчастного случая, с указанием вида спорта – художественная гимнастика, распространяющая свое действие на период организованных спортивных соревнований, тренировок, спортивных сборов по указанному виду спорта;
- при наличии справки от врача-педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой, **с обязательным указанием результатов ЭКГ-диагностики** («ЭКГ в норме» или «ЭКГ по возрасту») - оригинал.

Каждый участник должен иметь сменную обувь для прохода на территорию спортивного зала и раздевалок, спортивную форму для занятий художественной гимнастикой, предметы для художественной гимнастики, а также резину, грузы и наколенники.

VI. СТОИМОСТЬ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ

Смена	Даты проведения	Стоимость спортивных сборов для воспитанниц ЦХГ №1	Стоимость спортивных сборов для всех желающих
Третья	29 июня -12 июля	12.000 рублей	14.000 рублей
Четвертая	13 июля - 26 июля	12.000 рублей	14.000 рублей
Пятая	27 июля- 09 августа	12.000 рублей	14.000 рублей
Шестая	10 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.
- Перерасчет стоимости сборов, в случае отсутствия спортсмена на занятиях по любым причинам, НЕ ПРОИЗВОДИТСЯ, в том числе при пропуске спортсменом одного или более занятий, вне зависимости от причин, повлекших такие пропуски, включая отсутствие спортсмена на занятиях по причине его болезни.
- Количество мест ограничено.
- Запись на индивидуальные тренировки и постановки упражнения производится и оплачивается на месте.

Оплату за сборы необходимо произвести:

- за третью смену - не позднее 22 июня 2020г.
- за четвертую смену - не позднее 01 июля 2020г.
- за пятую смену - не позднее 05 июля 2020г.
- за шестую смену - не позднее 15 июля 2020г.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Все участники сборов награждаются памятными сувенирами и сертификатам участников.

VIII. ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ

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

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

IX. КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

На все интересующие вопросы мы готовы ответить:

Электронная почта:
nashdomik@list.ru

Телефон:
8-915-120-40-50 Ирина Корякина

Часто задаваемые вопросы по сборам:

1) Какие мероприятия будут организованы в соответствии с Методическими рекомендациями по организации работы спортивных организаций в условиях сохранения рисков распространения COVID-19?

1. Перед открытием – генеральная уборка с применением дезинфицирующих средств;
2. Термометрия среди спортсменов и персонала 2 раза в день: до начала и после окончания тренировок;
3. Вход на территорию ДК родителей, сопровождающих и лиц, не связанных с обеспечением организации тренировочного процесса, ограничивается;
4. Использование масок, перчаток персоналом в течение всего дня, замена масок – каждые 3 часа;
5. Принципы социального дистанцирования (не менее 1,5 метра);
6. Обработка рук кожными антисептиками: на входе, перед раздевалками, возле санузлов, в тренерской;
7. Гигиенические мероприятия:
 - Дезинфекционная обработка (поручни, перила, ручки дверей, шкафчиков)
 - Проветривание помещений каждые 2 часа или после каждой тренировки
 - Обработка воздуха бактерицидными лампами в замкнутых помещениях
8. Дезинфекция спортивного инвентаря;
9. Ношение масок и перчаток спортсменами, за исключением самой тренировки;
10. Дезинфекция раздевалок после каждого использования;

2) Нужно ли родителям находиться с ребенком в течение всего тренировочного дня?

Нет, Вы приводите ребенка к первой тренировке и забираете его после второй.

3) Распределение детей по группам.

В первый тренировочный день все дети будут заниматься в своей возрастной группе.

После первого и второго 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.

Примерно за 7 дней до начала смены мы сформируем группу в Вацапе, в которой опубликуем информационное письмо по общим вопросам. Так же, Вам будут предоставлены списки распределения детей по группам, (по залам и тренировочному времени, если будет введен дополнительный зал и\или вечерняя смена)

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.

Фото и видео съемка тренировочного процесса строго запрещены.