



УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор  
АНО ФСЦ «Успех»

\_\_\_\_\_ М.А. Антропова

# ПОЛОЖЕНИЕ

О ПРОВЕДЕНИИ МЕЖДУНАРОДНОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО  
СБОРА ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Цели и  
задачи:

---



- ❖ Обмен опытом, повышение уровня спортивного мастерства и подготовленности гимнасток;
- ❖ Развитие общей и специальной физической подготовки;
- ❖ Обучение, формирование и совершенствование навыков работы с предметами художественной гимнастики;
- ❖ Раскрытие творческого потенциала личности, музыкальности, пластики и артистичности по средствам классической и современной хореографии;
- ❖ Выявление талантливых, перспективных гимнасток



## Сроки и место проведения:

Тренировочный сбор проводится: Азербайджан, г. Баку



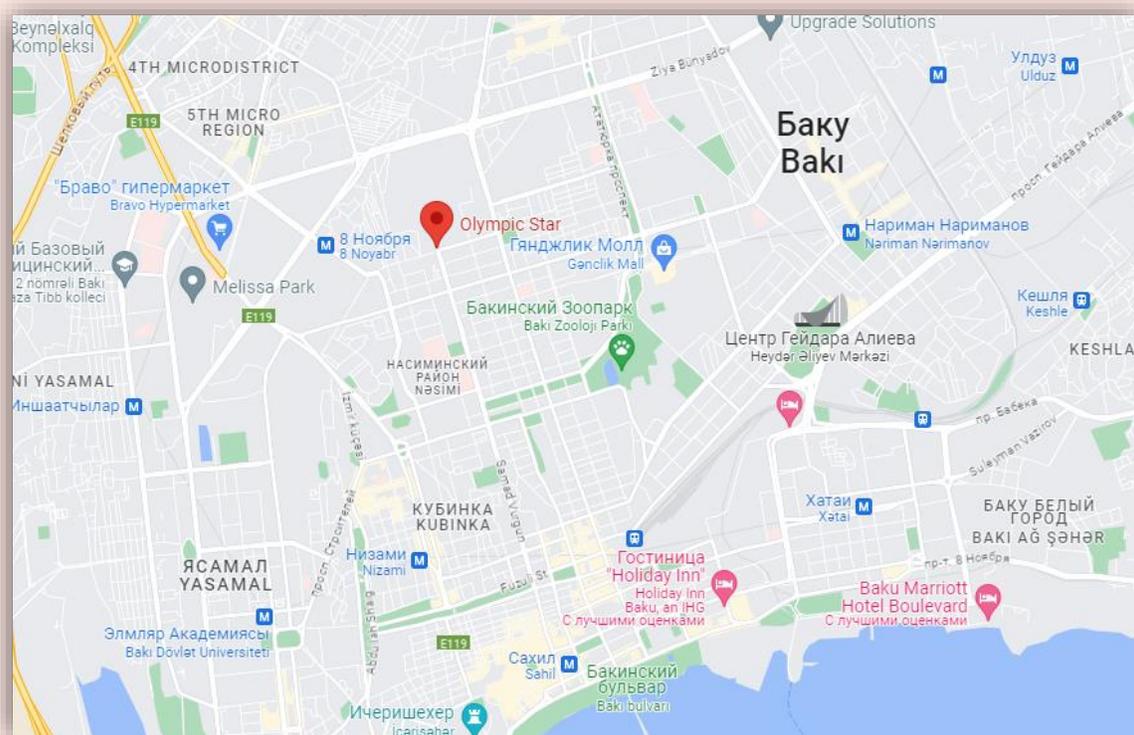
Проживание в отеле: Premier Palace Баку, ул. Академика Гасана Алиева, 7С





## Сроки и место проведения:

Место проведения занятий: NƏRİMANOV rayonu: 8 NOYABR m/s, "OLYMPIC STAR İdman və Əyləncə Mərkəzi" Yusif Vəzir Çəmənəminli, 5A. на 2-х гимнастических коврах 14x14, зал хореографии.



Сроки проведения: с 25.06.2024г. по 05.07.2024г.,

Собрание тренеров, уточнение расписания сборов и формирование групп состоится: 25.06.2024 года



## Расписание тренировок

Дата	День	Начало тренировки	Окончание тренировки	Начало тренировки	Окончание тренировки
25.06.2024	Вторник	День приезда			
26.06.2024	Среда	09:00	12:00	17:00	19:00
27.06.2024	Четверг	09:00	12:00	17:00	19:00
28.06.2024	Пятница	09:00	12:00	17:00	19:00
29.06.2024	Суббота	09:00	12:00	17:00	19:00
30.06.2024	Воскресенье	Выходной			
01.07.2024	Понедельник	09:00	12:00	17:00	19:00
02.07.2024	Вторник	09:00	12:00	17:00	19:00
03.07.2024	Среда	09:00	12:00	17:00	19:00
04.07.2024	Четверг	09:00	12:00	17:00	19:00
		*** Гала-концерт ***			
05.07.2024	Пятница	День отъезда			



PRO  
SPORT

## Тренерский состав:



Жукова Евгения – Мастер спорта по художественной гимнастике, Ученица Заслуженного тренера России Винер И.А., имеет Высшее педагогическое образование, работала тренером-хореографом с молодежной сборной Италии 5 лет, педагог 1 категории. (Россия, Москва)

Коновалова Анна – Мастер спорта России, тренер высшей категории. (Россия, Екатеринбург)



Протасова Кира – Мастер Спорта России. Тренер многократных победительниц, призеров и чемпионки Канады, Пан-Американских Игр в личном и групповых упражнениях.

Хореограф-постановщик, в том числе гимнасток сборных команд: Кореи, России, Индии, Канады, Шри-Ланки.



## Программа УТС:

---



- ❖ Предметная подготовка
- ❖ Работа по элементам (равновесия, повороты, прыжки)
- ❖ Классическая/народная хореография
- ❖ Танцевальная подготовка
- ❖ ОФП; СФП
- ❖ Акробатика

## Участники УТС:

---



На УТС приглашаются гимнастки, не имеющие проблем со здоровьем и медицинских противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой. Количество участников ограничено.



## Условия проведения:

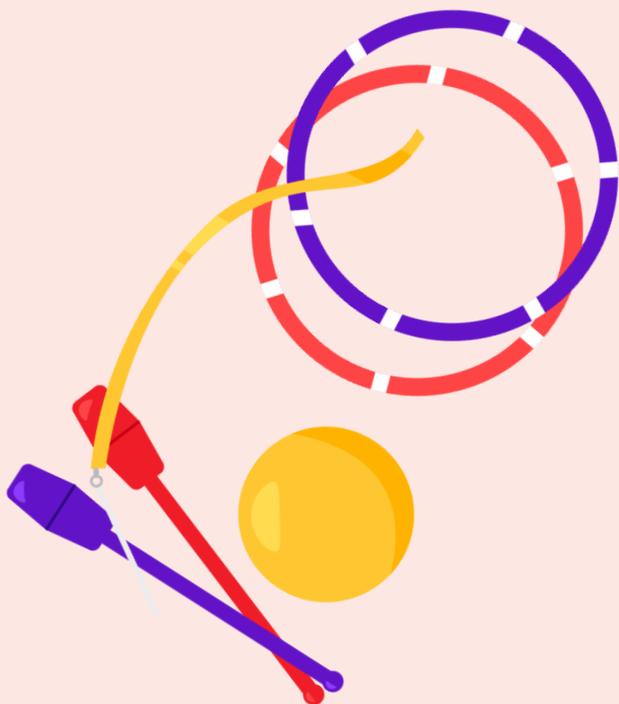
---



Гимнастки должны иметь при себе свидетельство о рождении (подлинник и копию), медицинский полис (подлинник и копия), страховку и медицинскую справку о том, что ребенок допущен к занятиям художественной гимнастикой.

## Спортивный инвентарь :

---



Каждой участнице УТС необходимо иметь:

- ❖ Утяжеления
- ❖ Кроссовки
- ❖ Наколенники
- ❖ Предметы для занятий художественной гимнастикой
- ❖ Гимнастическую форму
- ❖ Музыка личных произвольных упражнений
- ❖ Купальник для гала-концерта



## Расходы по проведению УТС:

---



Расходы, связанные с участием команд на тренировочном сборе (поездки, экскурсии, проживание, питание, трансфер), осуществляется за счёт командирующей организации.

Цена тренировочного сбора: 600USD.

Стоимость включает в себя следующие услуги:

- Тренировки согласно расписанию;
- Сувенирную продукцию.

## Виза:

---

Пожалуйста, узнайте в посольстве или консульстве в вашей стране требуется ли виза для поездки в Азербайджан. Организационный комитет будет рад помочь каждому члену делегации с официальным приглашением при том условии, что запрос производится заблаговременно (не менее 5 недель до начала сбора).

Запрос должен содержать: полное имя, статус, пол, дата рождения, гражданство и номер паспорта, дата истечения срока действия паспорта, дата приезда, дата отъезда члена делегации, а также город, куда должны быть отправлена визовая поддержка.



## Проживание:

---

Проживание в ближайшем комфортабельном отеле Premier Palace Baku.

Отель расположен в 15 минутах до спортивного зала.

Цена номера за ночь (завтрак включен):

Sngl – 43 USD (Номер на одного)

Dbl/Twin – 47 USD (Две кровати/двуспальная кровать)

Обед/ужин – 8-10 USD

Также участники тренировочного сбора могут самостоятельно бронировать номера в других отелях Баку через фирму Pro Travel, +994 50 265 38 42 (Масума).

Или выбрать место проживания на своё усмотрение.

Трансфер по запросу.

## Дополнительные услуги, предоставляемые на сборах

---



Постановка индивидуальных и групповых упражнений, подбор музыки, индивидуальная работа (оплачивается отдельно). Запись на постановку композиций на месте в день приезда.



## Условия подачи заявок и оплаты:

---

Для участия в УТС заявки подаются до 31 мая 2024.

Заявку на участие отправить на электронную почту:

antropovama1@yandex.ru



Организационный состав:

Антропова Марина Анатольевна – ЗРФК РФ, мастер спорта СССР, Генеральный директор АНО ФСЦ «Успех». (Россия, Екатеринбург) 8-912-6006-939

Малахов Евгений – Менеджер сбора 8-922-1631-007

Самира Салимадзе – Директор Pro Sport.  
(Азербайджан, Баку)



E-mail: antropovama1@yandex.ru  
evgeniyamal2014@mail.ru

[https://vk.com/olimp\\_96](https://vk.com/olimp_96)

<https://www.facebook.com/OLIMPRhythmicGymnastics/>