Спортивная школа ФСК

«Центральная» «Гранд Юниор»

**Положение**

**О проведении зимних учебно-тренировочных сборов по художественной гимнастике**

**г. Энгельс**

**1. Цели и задачи**

* повышение уровня спортивного мастерства и подготовленности гимнасток;
* развитие общей и специальной подготовки;
* обучение, формирование и совершенствование навыков работы с предметами художественной гимнастики;
* раскрытие потенциала личности, музыкальности и артистичности по средствам классической и современной хореографии;
* обучение различным стилям танцев.

**2. Сроки и место**

УТС проводится адресу: г.Энгельс, ул. Садовая 17А. Спортивная школа «Центральная».

Сроки:

* 1 смена 03.01.2020 – 08.01.2020г.

**3. Руководство и состав специалистов**

1. **Лукьянова Мария Викторовна** – мастер спорта СССР,
2. **Павлова Елена Анатольевна** – мастер спорта СССР, чемпионка Приволжского федерального округа , Президент федерации Саратовской области
3. **Лукьянова Софья Сергеевна**- кандидат в мастера спорта по художественной гимнастики, чемпионка области в индивидуальном и групповом упражнении, член сборной Саратовской области с 2012 по 2017 год.

**4.Программа учебно-тренировочного сбора**

* предметная подготовка:
* работа по элементам (равновесия, повороты, прыжки).
* хореография;
* танцевальная подготовка ( народные, современные):
* ОФП, СФП
* акробатика:
* уроки жонглирования (теннисными мячами, булавами):
* постановка программы (индивидуальная, групповая):
* концерт- закрытие

**5.Участники спортивных сборов.**

К участию в спортивных сборах допускаются гимнастки без противопоказаний врачей:

* возраст - от 4 до 15 лет:
* количество детей в группе 10-13 человек (группы формируются по возрастам и физической подготовки).

**6. Специальные требования к участникам УТС:**

* Гимнастки должны иметь при себе свидетельство о рождении, копию медицинского полиса и мед. справку, заверяющую о том, что ребенок допущен к занятиям художественной гимнастикой;
* Внешний вид гимнасток на тренировках должен строго соответствовать правилам: черная форма, белые носки, гимнастические тапочки, гимнастическая прическа;
* Для тренировок участники УТС должны иметь при себе: все предметы, утяжелители, 3 теннисных мяча, наколенники, купальники для выступлений и музыкальные фонограммы, пляжные принадлежности.

**6. Срок подачи предварительной заявки**- до 15.12.2019г.

**8.Стоимость** **.**

* Целевой взнос: 5000 руб (Тренировочный процесс, питание).

Дополнительно:

* Для бронирования проживания свяжитесь с менеджером:

+7 909- 333- 89 -22

+7-845-355-64-94

**9.Условия оплаты**

* Предварительная оплата

**10. Заявки на участие в сборах подаются**

e- mail: elena\_pa\_64@mail.ru;

или

e-mail: marijalukyanova@yandex.ru

**Дополнительная информация по телефонам:**

+7 917 209 57 72 – **Павлова Елена Анатольевна**

+7903 382 10 55 – **Лукьянова Мария Викторовна**