

**Уважаемые участники сборов!**

Мы рады приветствовать Вас в солнечном олимпийском городе Сочи. С нетерпением ждём с Вами встречи.

Хотим напомнить Вам, что Внутренний школьный сбор начинает свою работу с 12 июня. 12 июня заезд участников сборов планируется после 14.00. Регистрация на сбор будет проходить в корпусе Пекин на 1 этаже, возле спортивного купола 12 июня с 16.00 до 21.00 и 22 июня с 16.00 до 21.00 (для тех, кто приедет на 2 смену). На регистрацию Вы приносите следующие документы:

* Свидетельство о рождении спортсмена
* Медицинская заявка или справка о том, что спортсмен допускается к физическим нагрузкам
* Спортивная страховка
* Полис медицинского страхования

**Подготовка к занятиям**

Для тренировок понадобится :

* Резиновый коврик
* 4 теннисных мяча
* Спортивная резина
* Утяжелители
* Наколенники
* Все предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, детям 2005 г.р. и старше – ленты)
* Соревновательный купальник и музыка для упражнений.

 Все детки разделены на группы

**Группа 1** – 2010, 2009, 2008 г.р.

**Группа 2** – 2007, 2006 г.р.

**Группа 3** – 2005 г.р. и старше

**Группа 4** – 2011, 2009, 2008 г.р.

**Расписание**

Смена 21 день с12 июня по 2 июля - выходные 18, 26 июня

1 июля отчетный гала-концерт в 18.00

Смена 10 дней с 12 июня по 22 июня – выходной 18 июня

21 июня отчетный гала-концерт в 18.00

Смена 10 дней с 22 июня по 2 июля – выходной 26 июня

1 июля отчетный гала-концерт в 18.00

Для гала – концерта понадобятся сценические костюмы

Танец «Родители и дети» . В нём принимают участия 1 и 4 группы и 3 группа.

1 и 4 группы – готовят белые платья и любимые игрушки

3 группа – готовят образ «родителя». Например, юбка, блузка или джинсы, майка и кроссовки или костюм брючный. Дети должны быть похожи на взрослых.

Танец «Строители». Участвует 2 группа. Им нужно подготовить оранжевые каску строительную и жилет.



Танец «Пистолеты». Участвует 3 группа. Им понадобятся чёрные лосины, белые рубашки, жилетки, чёрные шляпы и игрушечные пистолеты.



Если у Вас есть показательный номер для гала-концерта, то можно его привезти.

Тренировочный режим вышлем чуть позже.