



«Утверждаю»

Руководитель

Центра гимнастики

Ирины Винер-Усмановой

Е.О.Смирнова

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о проведении тренировочного сбора по художественной гимнастике ЦЕНТРА ГИМНАСТИКИ ИРИНЫ ВИНЕР-УСМАНОВОЙ

#### 1. Цели и задачи:

- содействие популяризации и развитию художественной гимнастики на профессиональном и любительском уровнях;
- пропаганда здорового образа жизни;
- повышение уровня спортивного мастерства и подготовленности гимнасток;
- раскрытие творческого потенциала личности, нестандартного образа мыслей, музыкальности, пластики и артистичности;
- выявление талантливых и перспективных гимнасток;
- укрепление дружественных и спортивных связей.

#### 2. Сроки и место проведения:

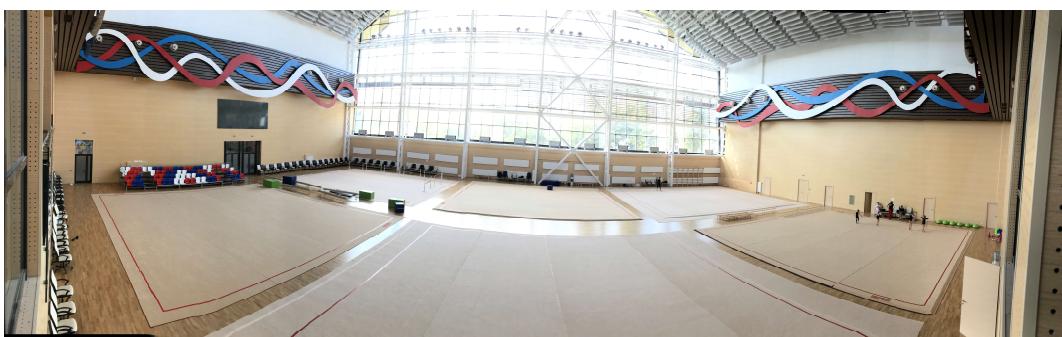
**26 октября – 04 ноября 2020 года\***

25.10 – день заезда и регистрации лиц, прибывших на тренировочный сбор

26.10 – первый день тренировочного сбора

04.11 – последний день тренировочного сбора, Гала-концерт (15.00-17.00), отъезд участников сбора

**Место проведения:** Московская область, городской округ Химки, мкр-н Новогорск, ул. Олимпийская, стр.15. Центр гимнастики Ирины Винер-Усмановой



### **3. Тренерский состав:**

**Яна Аринцева** - заслуженный тренер России, тренер сборной команды России в групповых упражнениях, победительницы олимпийских игр в Пекине, судья ВК

**Евгения Герцикова** – мастер спорта международного класса России, двукратная чемпионка Европы, серебряный призер чемпионата мира в групповых упражнениях, судья ВК

**Злата Тулубаева** – мастер спорта СССР, 11-кратная чемпионка Киргизии, судья МК

**Дарья Автономова** – заслуженный мастер спорта, чемпионка мира, двукратная чемпионка Европы, чемпионка всемирной Универсиады в групповых упражнениях

**Олеся Петрова** - мастер спорта международного класса, победительница Первенства Европы, чемпионка России в командном зачете и призер в отдельных видах многоборья

**Мария Титова**- мастер спорта международного класса, бронзовый призер всемирной Универсиады, победительница и призер этапов Кубка мира и Гран-при, призер чемпионата России по художественной гимнастике

**Дарья Дубова** – мастер спорта международного класса, двукратная победительница Первенства Европы, победительница юношеских Олимпийских игр, победительница этапов Кубка мира и Гран-при в групповых упражнениях

**Виктория Ильина** – мастер спорта международного класса, победительница юношеских Олимпийских игр, победительница Первенства Европы в групповых упражнениях

**Вероника Рудычева** – мастер спорта международного класса, чемпионка России в групповых упражнениях, неоднократная победительница международных турниров

**Ирина Кошевая** – мастер спорта России, тренер высшей категории, отличник физической культуры, судья всероссийской категории

**Карина Катюхина** – мастер спорта России, победительница и призер всероссийских и международных турниров в групповых упражнениях, победительница Евразийских игр

**Полина Геласимова** – мастер спорта России, победительница Первенства России, победительница всероссийских и международных турниров в групповых упражнениях

**Алевтина Сонова** – мастер спорта России, призер всероссийских и международных соревнований

**Наталья Гущина** – мастер спорта России, многократная победительница и призер чемпионатов Москвы в индивидуальной программе и групповых упражнениях

**Екатерина Зиновьевна** – мастер спорта, призер всероссийских соревнований, финалистка чемпионата мира по фитнес-аэробике

**Валерия Шкред** – мастер спорта, победительница и призер республиканских соревнований

**Ангелина Боженова** – мастер спорта, победительница и призер всероссийских соревнований

**Екатерина Ермакова**- хореограф Центра гимнастики Ирины Винер-Усмановой, педагог высшей категории, лауреат международного конкурса артистов балета Юрия Григоровича

**Екатерина Уксусникова** - хореограф Центра гимнастики Ирины Винер-Усмановой, педагог высшей категории

### **4. Программа тренировочных сборов:**

**Две трехчасовые тренировки в день**, в которые включены:

- хореографическая подготовка
- предметная подготовка
- предметная подготовка групповых упражнений
- ОФП и СФП
- растяжка, развитие гибкости
- элементы тела, прыжки
- танцевальная подготовка
- акробатическая подготовка

**Дополнительно** - постановка программ, индивидуальные тренировки (по желанию)

**Количество участников сбора ограничено, в связи с распоряжением первого заместителя Председателя правительства Московской области от 29.05.2020 г. № 43-р, количество участников из расчета не менее 10 кв.м. на человека!**

**Наша задача провести сбор качественно и с пользой для гимнасток!**

## **5. Участники тренировочных сборов:**

К участию в ТС приглашаются гимнастки 2014 г.р. и старше, учащиеся ДЮСШ, СДЮСШОР, училищ олимпийского резерва, спортивных клубов, а также воспитанницы групп дополнительного образования, детских центров, секций дворцов творчества.

К участию допускаются гимнастки, не имеющие проблем со здоровьем и медицинских противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой.

➤ **все участницы сборов делятся на возрастные группы по уровню подготовки**

## **6. Условия проведения:**

Гимнастки должны иметь при себе:

- спортивную форму для занятий художественной гимнастикой, наколенники, резину
- сменную обувь
- гимнастические предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента)
- костюм для выступления в Гала-концерте (показательный номер приветствуется)
- диски с музыкальными композициями гимнастки
- свидетельство о рождении
- копию медицинского полиса (полис ОМС)
- допуск врача к занятиям художественной гимнастикой
- страховой полис от несчастных случаев
- договор
- копию паспорта одного из родителей
- **ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ЛАБОРАТОРНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ НА НОВУЮ КОРОНОВИРУСНУЮ ИНФЕКЦИЮ (COVID-2019), ПРОВЕДЕННОГО НЕ РАНЕЕ 72 ЧАСОВ ДО ПРИБЫТИЯ НА МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО СБОРА**

## **7. Проживание:**

- отель Центра гимнастики Ирины Винер-Усмановой, расположенный на 2 этаже нашего здания. Проживание допускается только с сопровождающим лицом.  
Для желающих будут предоставлены услуги бассейна после тренировок.





**Количество мест в отеле ограничено!  
Бронируются места оплаченных заявок!**

**6. Расходы по проведению ТС и условия подачи заявок:**

Расходы по командированию, питанию, проживанию, проезду и участию в ТС спортсменок несут командирующие организации.

**Регистрация и подача заявок осуществляется на сайте [www.sportvokrug.ru](http://www.sportvokrug.ru)  
<https://www.sportvokrug.ru/competitions/7364/>**

**Стоимость ТС для гимнасток (тренировки +питание - обед) – 35000 рублей  
Стоимость проживания (10 суток с 25 октября по 04 ноября + завтрак):**

<b>Категория номера</b>	<b>Цена за номер</b>
Стандартный номер двухместный	70 000 руб.
Стандартный номер трехместный	105 000 руб.

- Сопровождающим лицам, проживающим в отеле иметь ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ЛАБОРАТОРНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ НА НОВУЮ КОРОНОВИРУСНУЮ ИНФЕКЦИЮ (COVID-2019), ПРОВЕДЕННОГО НЕ РАНЕЕ 72 ЧАСОВ ДО ПРИБЫТИЯ НА МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО СБОРА**

Гимнастка считается допущенной к спортивно-тренировочным сборам:

- при оплате тренировочных сборов и проживания
- при наличии свидетельства о рождении и спортивной страховки от несчастных случаев;
- при наличии медицинской справки, подтверждающей, что гимнастка допущена к тренировочным занятиям по художественной гимнастике;
- **при наличии ОТРИЦАТЕЛЬНОГО РЕЗУЛЬТАТА ЛАБОРАТОРНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ НА НОВУЮ КОРОНОВИРУСНУЮ ИНФЕКЦИЮ (COVID-2019), ПРОВЕДЕННОГО НЕ РАНЕЕ 72 ЧАСОВ ДО ПРИБЫТИЯ НА МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО СБОРА**

\*Сроки проведения тренировочного сбора могут быть изменены, в связи с возникновением обстоятельств непреодолимой силы (запретительные действия властей и акты государственных органов).

Дополнительная информация по телефону: +7 (925) 835-12-57  
e-mail: [fsk-novogorsk@mail.ru](mailto:fsk-novogorsk@mail.ru)