Весенние тренировочные сборы в г. Бологое Тверской области.   
Дата проведения: 27 – 2 апреля 2016 года, заезд 26 марта, выезд 2 апреля.

Формируется 3 группы по 6-8 человек.   
Группа 1: одинарные прыжки  
Группа 2: двойные прыжки  
Бейби группа: начальный уровень катания.

Примерная тренировочная нагрузка (2 тренировки в день):   
Группа 1.   
2 часа льда (45скольжение, 45прыжки, 30мин вращения), 45 мин СФП, 45мин ОФП/акробатика, 30мин растяжка.  
Группа 2.  
3 часа льда (1час скольжение, 1.5 часа прыжки, 30мин вращения), 1 час СФП, 1 час ОФП/акробатика, 30 мин растяжка.  
Бейби группа: 1 час льда, 30 мин СФП, 30мин ОФП, 30мин растяжка

По предварительной договоренности возможны индивидуальные занятия и постановка программ.

Всем участникам гарантируем отличные результаты, хорошее настроение и памятные подарки.

Тренерский состав:   
Специалист по скольжению – Нагорнюк Анна Дмитриевна, МСМК в танцах на льду  
Специалист по технической части – Федченко Софья Анатольевна, КМС в одиночном катании.

В стоимость 27 000р (1 и 2я группа) 17 000(бейби группа) входит:   
1) 7 тренировочных дней   
2) проживание ребенка и сопровождающего в двухместном номере со всеми удобствами в комфортабельной гостинице, расположенной в пешеходной доступности от катка   
3) развлекательная программа в гостинице каждый вечер специально для юных фигуристов

Возможна организация комплексного питания по предварительной договоренности (500-800р с человека в день).

Заявки принимаются на эл.почту [sofyaf@rambler.ru](mailto:sofyaf@rambler.ru)   
В заявке указать:  
1. ФИО спортсмена  
2. Дата рождения  
3. Город  
4. Присвоенный разряд   
5. Рост ребенка  
6. Требуются ли индивидуальные занятия/постановка, отработка программы  
7. Требуется ли заказ питания  
8. ФИО и контактный телефон сопровождающего

Более подробную информацию о тренировочной программе, методиках работы и условиях можно узнать по тел. 89163949142 или по почте [sofyaf@rambler.ru](mailto:sofyaf@rambler.ru) – Софья, группа вконтакте https://vk.com/sscamp2016