



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении учебно-тренировочных сборов**  
**по художественной гимнастике**  
**с 9 по 13 октября 2023 года**  
**НП «Академия художественной гимнастики»**  
**«Небесная Грация»**  
**Федеральная территория «Сириус»**

**I. МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СБОРА:**

**НП «Академия художественной гимнастики «Небесная Грация»**

**Адрес:** Федеральная территория «Сириус», ул. Триумфальная, д.7, к.1, помещ.1.

**II. ДАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ:**

8 октября- день приезда

9, 10, 11, 12 октября - тренировочные дни (2 тренировки)

13 октября – тренировочный день (1 тренировка, отъезд после 14:00)

**III. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ:**

- Популяризация и развитие художественной гимнастики;
- Развитие художественной гимнастики в регионах;
- Повышение уровня спортивного мастерства;
- Развитие общей и специальной физической подготовки;
- Корректировка и наработка индивидуальных и групповых композиций;
- Развитие навыков в области хореографического искусства, музыки;
- Просмотр перспективных гимнасток;
- Развитие стрессоустойчивости и приобретение навыков саморегуляции для спортсменов.

**IV. РУКОВОДСТВО И СОСТАВ СПЕЦИАЛИСТОВ**

**НП «АХГ «НЕБЕСНАЯ ГРАЦИЯ»:**

**РУКОВОДИТЕЛЬ СБОРА:** Дзюба Ирина Юрьевна - Заслуженный Мастер Спорта России, Бронзовый призер Олимпийских игр, Главный тренер НП «АХГ «Небесная Грация».

**Шпехт Марина Александровна** - Мастер спорта Международного класса, победительница и призер этапов Кубка Мира в индивидуальной программе, Судья Международной категории.

**Усцова Анна Павловна** - Мастер спорта Международного класса, Чемпионка Европы в групповых упражнениях.

**Белова Екатерина** - хореограф, артистка балета ГААНТ СССР имени И.А. Моисеева

**Козырь Ирина Валерьевна** - спортивный психолог, стаж работы 22 года.

**Тулубаева Злата Станиславовна** - Мастер спорта СССР, 11-кратная чемпионка Киргизии, Судья Международной категории, тренерский стаж 30 лет.

**Егорова Елена Владимировна** - хореограф, тренерский стаж 7 лет.

**Фролова Ольга Борисовна** - Мастер Спорта по художественной гимнастике.

**Ковалева Олеся Владимировна** - Мастер Спорта по художественной гимнастике.

**Елисеева Евгения Михайловна** - Мастер Спорта по художественной гимнастике, серебряный призер Чемпионата России в групповых упражнениях.

**Прут-Стрючкова Ольга Евгеньевна** - Мастер спорта Международного класса, призер этапов Кубка Мира и международных турниров.

**Чернова Елизавета Марковна** - Мастер спорта по художественной гимнастике.

#### **V. УЧАСТНИКИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ:**

Команды приезжают в сопровождении тренера.

К участию допускаются гимнастки, учащиеся региональных детско-спортивных школ и клубов.

Возраст участниц: **с 2017 г.р. и старше.**

#### **VI. ПРОГРАММА ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ:**

Две трёхчасовые тренировки в день, в которые включены:

- Хореография;
- Специальная физическая подготовка;
- Предметная подготовка;
- ОФП;
- Танцевальная подготовка;
- Отработка и корректировка программ;
- Психологические тренинги и беседы;
- Посещение бассейна;

Расписание занятий каждая команда получит при заезде.

## **VII. НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ УЧАСТИЯ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ СБОРЕ:**

- Свидетельство о рождении или паспорт;
- Копия медицинского полиса (полис ОМС);
- Страховой полис от несчастных случаев;
- Допуск врача к занятиям художественной гимнастикой;
- Справка для посещения бассейна;
- Согласие на фото и видеосъемку;
- Согласие на проживание в гостинице.

## **VIII. ПРИЕМ ЗАЯВОК ДО 5 ОКТЯБРЯ 2023 г.**

**Е-mail: [sbory@skygrace.ru](mailto:sbory@skygrace.ru)**

(Указываем ФИО, дату рождения гимнастки, контактный телефон тренера или представителя команды).

**КОЛИЧЕСТВО ЗАЯВОК ОГРАНИЧЕННО.**

По окончании сбора заявок будет организована группа в **WhatsApp** для оперативного получения информации.

## **IX. СТОИМОСТЬ УЧАСТИЯ В ТРЕНИРОВОЧНОМ СБОРЕ:**

Цена по запросу.