



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении учебно-тренировочных сборов
по художественной гимнастике
с 03 по 10 августа 2025 года
НП «Академия художественной гимнастики»
«Небесная Грация»
Федеральная территория «Сириус»

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СБОРА:

НП «Академия художественной гимнастики «Небесная Грация» Адрес: Федеральная территория «Сириус», ул. Триумфальная, д.7, к.1, помещ.1.

ДАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ:

- **3 августа** - день приезда
- **4 по 9 августа** - тренировочные дни (2 тренировки)
- **10 августа** – день отъезда

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- Популяризация и развитие художественной гимнастики;
- Повышение уровня спортивного мастерства;
- Развитие общей и специальной физической подготовки;
- Корректировка и наработка индивидуальных и групповых композиций;
- Развитие навыков в области хореографического искусства и музыки;
- Просмотр перспективных гимнасток;
- Ознакомление с основными разделами правил, разработанных Международной Ассоциацией клубов художественной гимнастики «Небесная Грация»;
- Разучивание элементов тела и предмета по правилам «Небесная грация»;
- Создание новых уникальных трудностей тела и предмета и их отработка;
- Развитие стрессоустойчивости и приобретение навыков саморегуляции для спортсменов;
- Отбор гимнасток в групповые упражнения (2010-2012 г.р.) в Академию художественной гимнастики «Небесная Грация».

ТРЕНЕРСКИЙ СОСТАВ:

- **Гусарова Ирина Николаевна** – Тренер высшей категории, тренер чемпионки России 2025 – Марии Борисовой, Мастер спорта России по художественной гимнастике, тренер сборной команды России.
- **Елисеева Евгения Михайловна** - Мастер Спорта по художественной гимнастике, серебряный призер Чемпионата России в групповых упражнениях, тренер сборной команды России.
- **Усцова Анна Павловна** - Мастер спорта Международного класса, Чемпионка России, Чемпионка Европы в групповых упражнениях.
- **Гусарова Алина Ивановна** – Мастер спорта России по художественной гимнастике, судья международной категории, тренер сборной команды России.
- **Чернова Елизавета Марковна** - Мастер спорта по художественной гимнастике, тренер сборной команды России.

- **Минигалина Ольга Дмитриевна** – Мастер спорта по художественной гимнастике.
- **Лоц Екатерина Олеговна** – Мастер спорта Международного класса по художественной гимнастике. Победительница Всероссийской гимназиады среди обучающихся профессиональных образовательных и общеобразовательных организаций. Многократная победительница и призер Всероссийских и Международных соревнований по художественной гимнастике, судья Международной категории.
- **Зорькина Елизавета Сергеевна** – Мастер спорта Республики Беларусь, серебряный и бронзовый призер чемпионата Европы.
- **Протасова Алина Андреевна** – Мастер спорта Международного класса, победительница I игр стран СНГ в индивидуальной программе. Бронзовый призер Первенства России.
- **Тулубаева Злата Станиславовна** - Мастер спорта СССР, 11-кратная чемпионка Киргизии, Судья Международной категории.
- **Фролова Ольга Борисовна** - Мастер Спорта по художественной гимнастике, судья всероссийской и международной категории.
- **Ковалева Олеся Владимировна** - Мастер Спорта по художественной гимнастике, судья международной категории.
- **Егорова Елена Владимировна** – хореограф.
- **Белова Екатерина Медоровна** - хореограф, артистка балета ГААНТ СССР имени И.А. Моисеева.
- **Козырь Ирина Валерьевна** - спортивный психолог, педагог-психолог, действующий член АСП (Ассоциация спортивных психологов), стаж психологической деятельности более 20 лет.

УЧАСТНИКИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ:

К участию в УТС приглашаются спортсменки 2016 г.р. и старше, имеющие медицинский допуск к занятиям художественной гимнастикой.

Для отбора гимнасток в Академию художественной гимнастики «Небесная Грация» в групповые упражнения (2010-2012 г.р.), необходимо предварительно направить видео спортсменки на почту - gymnast@skygrace.ru

ПРОГРАММА:

Две тренировки в день, в которые включены:

- Хореография;
- Специальная физическая подготовка;
- Предметная подготовка;
- ОФП;
- Танцевальная подготовка;
- Отработка и корректировка программ;
- Психологические тренинги и беседы;
- Занятие ритмикой;
- Авторский мастер класс от Серебряного и бронзового призера Чемпионата Европы - Елизаветы Зорькиной;
- Посещение бассейна;

НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ:

- Гимнастическая форма (футболка, шорты, белые носки, полупальцы);
- Предметы: скакалка, обруч, мяч, булавы, лента;
- Резина сплошная и с разделением;
- Наколенники;
- Кубик для йоги;
- Грузы;
- 2 теннисных мяча;
- Флешки с музыкальными композициями;
- Сменная обувь;
- Купальник для выступлений;
- Для занятий по психологии: тетрадь, ручка, цветные карандаши;
- Для бассейна необходимо: справка, плавательный купальник, плавательная шапочка, резиновые тапки, полотенце.

НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ УЧАСТИЯ:

- Копия свидетельства о рождении или паспорта;
- Копия паспорта одного из родителей;
- Копия медицинского полиса (полис ОМС);
- Копия страхового полиса от несчастных случаев;
- Допуск врача к занятиям художественной гимнастикой;
- Справка для посещения бассейна;
- Согласие на фото и видеосъемку;
- Согласие на проживание в гостинице.

ПРИЕМ ЗАЯВОК:

Заявки принимаются до 25 июля 2025 года

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

В заявке должно быть указано:

- ФИО спортсменки
- Дата рождения
- ФИО тренера/представителя
- Контактный телефон тренера/представителя

Количество заявок ограничено

РАСХОДЫ ПО ПРОВЕДЕНИЮ:

Расходы по командированию (проведение учебно-тренировочных сборов, питание, проезд, проживание) несут командирующие организации.

Стоимость сбора – 55 000 рублей.

Проживание и питание оплачивается отдельно.

Академия художественной гимнастики «Небесная грация»

— это уникальное и по масштабам,
и по оснащённости спортивное сооружение, единственное в мире мультiformатное
пространство, посвященное художественной гимнастике



База многофункционального комплекса включает в себя все для проживания и
тренировок команд и клубов



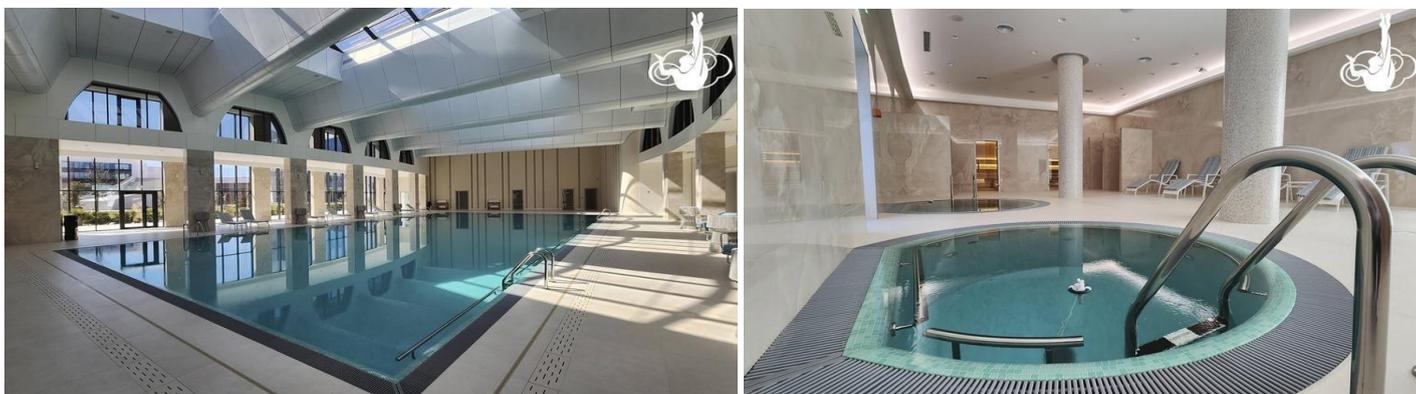
В Академии есть 3 зала хореографии, а также зал ритмики



Для комфортного пребывания в стенах Академии спортсменкам доступны 143 комфортабельных номера с авторским дизайном, а также ресторан, работающий по системе «шведский стол» со сбалансированным меню в соответствии с требованиями к питанию гимнасток

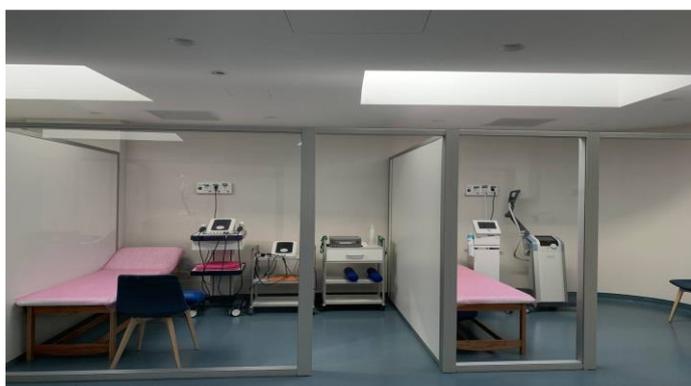


В перерывах между тренировками и соревнованиями юным спортсменкам доступен бассейн со SPA-зоной



На территории Академии есть центр спортивной медицины, в котором установлено самое современное оборудование.

После тренировок спортсменки могут восстанавливаться с помощью физиопроцедур, массажей, а также в случае необходимости проходить реабилитацию за дополнительную плату



В стенах Академии расположилось уникальное пространство - музей художественной гимнастики

Он состоит из шести экспозиционных зон:

- история художественной гимнастики;
- история правил;
- география художественной гимнастики;
- фестиваль «Алина»: история;
- фестиваль «Алина»: искусство;
- архив.

