



МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ
СПОРТА ИРИНЫ ВИНЕР

Академия Ирины Винер

«УТВЕРЖДАЮ»

Rhythmic gymnastics camp z.s.
(RGC z.s.)

«СОГЛАСОВАНО»

АНО «Международная Академия
спорта Ирины Винер»

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении летних Тренировочных сборов по художественной гимнастике

GYMNASTICS CAMP 2018

Чешская Республика, г. Градец - Кралове

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение (далее - Положение) разработано в соответствии с Конституцией Чешской Республики и Законом Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Уставом Rhythmic gymnastics camp z.s. (RGC z.s.) и Уставом АНО Международная Академия спорта Ирины Винер".

1.2. Положение разработано с целью регламентации проведения тренировочных сборов (далее ТС).

1.3. Положение направлено на повышения уровня спортивных результатов эффективности тренировочного процесса, путём создания максимально комфортных условий для занятий спортом.

2. Цели и задачи проведения ТС

2.1. Тренировочные сборы проводятся для достижения следующих целей:

1) Спортивные:

- а) совершенствование мастерства спортсменов.
- б) подготовка к участию в соревнованиях

2) Оздоровительные:

- а) проведение восстановительных процедур в периоды максимальных нагрузок;
- б) всестороннее укрепление и охрана здоровья спортсменов.

2.2. Во время организации сборов решаются следующие задачи:

- а) организация оптимального режима тренировочных занятий и восстановительных мероприятий, направленного на повышение работоспособности спортсменов;
- б) организация быта и отдыха спортсменов, способствующего повышению эффективности тренировочного процесса;
- в) формирование положительных взаимоотношений среди участников;
- г) Укрепления спортивных связей между спортивными организациями Российской Федерации и Европейского Союза.

3. Место и сроки проведения ТС

3.1. Место проведения:

Чешская Республика, г. Градец-Кралове,
Спорт зал: TJ Slavia Hradec Králové, z.s.,
адрес: Váta Nejedlého 1216 Hradec Králové 50003

3.2. Сроки проведения:

1 смена: с 9 июля по 15 июля 2018 года

2 смена: с 16 июля по 22 июля 2018 года

3 смена: с 23 июля по 29 июля 2018 года

4. Организация проведения ТС

4.1. Подготовку, организацию и проведение учебно-тренировочных сборов осуществляет Rhythmic gymnastics camp z.s. (далее RGC z.s)

4.2. Непосредственное проведение тренировочного процесса сборов возлагается на АНО "Международная Академия спорта Ирины Винер" (International sport Academy of Irina Viner).

5. Условия допуска спортсменов для участия в ТС

5.1. К сборам допускаются спортсменки художественной гимнастики уровня начальной, предпрофессиональной и профессиональной спортивной подготовки.

5.2. Каждая гимнастка - участник сборов должна иметь при себе:

- а) паспорт (свидетельство о рождении);
- б) медицинскую справку (или разрешение клуба, организации) с допуском к участию в тренировочных сборах по художественной гимнастике;
- в) страховой полис от несчастного случая/увечья/гибели;

5.5. Каждая гимнастка обязана иметь при себе спортивный инвентарь для осуществления спортивной деятельности:

Утяжелители.

Резину для фитнеса занятий.

Наколенники.

Предметы для занятий художественной гимнастикой.

Гимнастическую форму.

Музыку личных произвольных упражнений.

6. Тренерский состав ТС:

Тренерский состав обеспечивается Международной Академией спорта Ирины Винер.

6.1. Руководители смен:

Заслуженные мастера спорта России, мастера спорта международного класса, многократные участницы чемпионатов Мира и Европы, чемпионки международных турниров, судьи международной категории:

- **Анна Свирина** (1 и 2 смена)
- **Марина Шпехт** (1,2,3 смены)
- **Вера Сесина** (2 и 3 смены)
- **Ольга Капранова** (2 и 3 смены)

7. Программа проведения ТС:

7.1. Расписание тренировочного сбора:

10:00-13:00 – I тренировка,

13:00-15:00 – обед, отдых,

15:00-18:00 – II тренировка.

7.2. В программе тренировочного сбора:

Содержание	Группы начальной спортивной подготовки	Группы спортивного совершенствования
Разминка	+	+
Растяжка	+	+
Хореография	+	+
О.Ф.П.	+	+
С.Ф.П.	+	+
Трудности тела	+	+
Комбинации танцевальных шагов	+	+
Динамические элементы с вращениями		+

Трудности предмета	+	+
Акробатика		+
Восстановительные мероприятия, самостоятельные тренировки	+	+
Теоретическая подготовка	+	+
Психологическая подготовка		+

В последний день каждой смены предусмотрено проведение открытого занятия, на которое приглашаются представители Участниц.

8. Расходы по проведению ТС:

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

Стоимость ТС – 9 400,00 крон чешских, (или 384 евро, курс 1 EUR /24,5 крон чешских).

В стоимость ТС включён обед гимнастки-участницы ТС.

Оплата производится по безналичному расчёту путём перечисления денежных средств на расчётный счёт организатора RGC, z.s., на основании выставленного счета.

9. Условия подачи заявок на ТС.

Срок подачи заявок по 30 июня 2018 года включительно, на сайте ТС:

www.gymnastic-camp.com

При условии заявки от организации на участие команды численностью, не менее чем 10 гимнасток, проживание и питание сопровождающего тренера производится за счёт средств организаторов.

Заезд участниц на сборы во второй половине дня после 14:00, отъезд до 12:00.

10. Контроль и меры воздействия

Контроль и ответственность за соблюдение требований Положения возлагается на RGC z.s., тренеров, являющихся руководителями делегаций, направленных на спортивные сборы, гимнасток-участниц сборов

Отправка заявки является официальным согласием с пунктами настоящего Положения.