



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: Víta 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 смена)

## **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 – 310 EUR / 1 участница

**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](http://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.**