



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



МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ  
СПОРТА ИРИНЫ ВИНЕР  
Академия Ирины Винер

Mezinárodní sportovní akademie  
Irina Viner

## U S T A N O V E N Í

o letních sportovních soustředěních v moderní gymnastice  
Česká republika, Hradec Králové

### 1. Všeobecná ustanovení

Rhythmic gymnastics camp z.s. pořádá letní sportovní soustředění (dále jen „soustředění“), ve spolupráci autonomní nekomerční organizací Mezinárodní sportovní akademie Iriny Viner, která bude provádět tréninky, za účelem:

1. zlepšení sportovních a fyzických zdatností účastníků;
2. objevení uměleckého potenciálu účastníků;
3. odhalení talentovaných a perspektivních gymnastek;
4. posílení sportovních vztahů mezi sportovními organizacemi Ruské federace a Evropské unie.

### Místo konání:

Víta Nejedlého 1216, Hradec Králové 50003  
Česká republika, Hradec Králové

### Termíny konání:

#### 1. turnus:

*od 9. července do 15. července 2018*

#### 2. turnus:

*od 16. července do 22. července 2018*

#### 3. turnus:

*od 23. července do 29. července 2018*

Příjezd účastnic na soustředění v druhé polovině dne probíhá po 14:00, odjezd je vždy do 12:00 hodin.

### 2. Vedení a trenérská sestava na soustředění:

Soustředění vede a pořádá Rhythmic gymnastics camp z.s.

Provedení tréninků je na Autonomní nekomerční organizaci Mezinárodní sportovní akademie Iriny Viner.

### **Trenérská sestava:**

Zasloužilé mistryně sportu, vícenásobné mistryně světa a Evropy v moderní gymnastice, vítězky mezinárodních závodů, rozhodčí mezinárodní třídy.

- **Anna Svirina** (1turnus)
- **Marina Shpekht** (1,2,3 turnus)
- **Vera Sessina** (2,3 turnus)
- **Olga Kapranova** (2 turnus)

**Treninkových cvičení se zúčastní mistři sportu v moderní gymnastice, vyučující trenéři a choreograf Mezinárodní sportovní akademie Iriny Viner.**

### **3. Účastníci soustředění**

Na soustředění zveme gymnastky narozené od roku 2001 do roku 2012 bez zdravotních problémů a kontraindikací k moderní gymnastice.

### **4. Podmínky k účasti na soustředění:**

Účastníci **jsou povinni mít u sebe:**

- dokument potvrzující totožnost (originál i kopii);
- lékařské povolení, ve kterém bude uvedeno, že se dítě může věnovat moderní gymnastice;
- pojistku na nehody/úrazy/smrt;
- dokument (originál i kopii) potvrzující totožnost osoby odpovědné za účastníka nebo skupinu účastníků soustředění.

### **5. Program sportovního soustředění**

**Rozvrh sportovního soustředění:**

*10:00-13:00 – I. trénink,*

*13:00-15:00 – oběd, volný program,*

*15:00-18:00 – II. trénink,*

**Program sportovního soustředění:**

| Obsah                      | Skupina úvodní přípravy (SÚP) |        | Skupina sportovního soustředění (SSS) |        |
|----------------------------|-------------------------------|--------|---------------------------------------|--------|
|                            |                               | hodiny |                                       | hodiny |
| Rozevička                  | +                             |        | +                                     |        |
| Strečink                   | +                             |        | +                                     |        |
| Choreografie               | +                             |        | +                                     |        |
| Celková tělesná příprava   | +                             |        | +                                     |        |
| Speciální tělesná příprava | +                             |        | +                                     |        |
| Prvky obtížnosti           | +                             |        | +                                     |        |
| Série tanečních kroků      | +                             |        | +                                     |        |
| Dynamické prvky s rotací   |                               |        | +                                     |        |
| Obtížnost s náčiním        | +                             |        | +                                     |        |
| Skoky, rovnováha, rotace   | +                             |        | +                                     |        |
| Akrobacie                  |                               |        | +                                     |        |

|   |   |  |   |  |
|---|---|--|---|--|
| Regenerační opatření, samostatné tréninky | + |  | + |  |
| Teoretická příprava                       | + |  | + |  |
| Psychologická příprava                    |   |  | + |  |

***Poslední den každého turnusu se bude konat veřejné vystoupení účastnic soustředění, na které budou pozváni jejich zástupci.***

### **5. Sportovní náčiní:**

Každá účastnice je povinna mít:

- zatěžovadla
- fitness gumu
- nákolenice
- náčiní pro moderní gymnastiku
- gymnastickou uniformu
- hudbu pro vlastní volné cviky

### **6. Náklady na soustředění:**

Náklady na pobyt, stravu, ubytování, cestu účastnic a účast na soustředění nesou vysílající organizace.

**Cena soustředění činí 7 600,- Kč.**

*Obědy budou zajištěny v rámci ceny.*

***Platba se provádí na základě vystavené faktury poukázáním peněžních prostředků na sběrný účet sportovního klubu Rhythmic gymnastics camp z.s.***

### **7. Podmínky pro podání přihlášek**

Podat přihlášky lze do 30. června 2018 včetně na webu:

[www.gymnastic-camp.com](http://www.gymnastic-camp.com)

Podá-li organizace přihlášku na účast skupiny o minimálně 10 gymnastkách, ubytování a stravu doprovázejícího trenéra hradí organizátoři.

**Podáním přihlášky vyjadřujete oficiální souhlas s články tohoto ustanovení.**