

## Спортивный интенсив по художественной гимнастике 4-8 августа, ТРЦ "Флотилия"

Школа Ольги Капрановой приглашает гимнасток на летний интенсив, который пройдет с 4 по 8 августа 2025 года в новом зале ТРЦ "Флотилия" по адресу: ул. Флотская, 7. Этот пятидневный интенсив — идеальная возможность для юных спортсменок вернуться в оптимальную физическую форму после летних каникул и подготовиться к предстоящему соревновательному сезону.

### Тренерский состав интенсива



**Ольга Сергеевна  
Капранова**

Заслуженный мастер  
спорта России.



**Наталья  
Алексеевна  
Рыбкина**

Мастер спорта  
России.



**Мария  
Владимировна  
Белова**

Мастер спорта  
России.



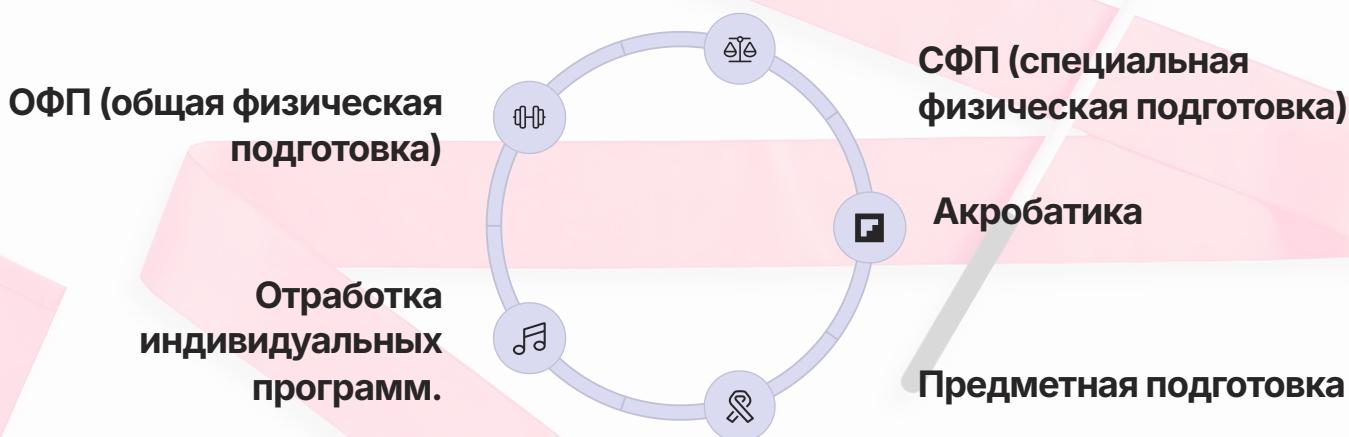
**Дарья  
Алексеевна  
Шелякина**

Мастер спорта  
России.

### Расписание и содержание тренировок

Интенсив предусматривает двухразовые тренировки ежедневно: первая — с 10:00 до 13:00, вторая — с 15:00 до 18:00.

Общая продолжительность тренировочного процесса составляет 6 часов в день, что позволяет максимально эффективно распределить нагрузку и время восстановления.



#### Как записаться, условия.

Для записи на интенсив отправьте сообщение в WhatsApp по номеру

**+7 925 134 97 70.** В сообщении укажите фамилию, имя и возраст гимнастки.

Количество мест ограничено, поэтому **рекомендуем забронировать место заранее.**

Стоимость одной утренней тренировки **1500 руб** (для гимнасток СК "Школы Ольги Капрановой". Для внешних гимнасток стоимость 1 тренировочного дня ( 2 тренировки) составляет **3000 руб.**