



ПОЛОЖЕНИЕ о проведении тренировочных сборов в Сочи Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»

1. Цели и задачи

- популяризация художественной гимнастики;
- обмен опытом работы и укрепление международных спортивных связей;
- повышение уровня спортивного мастерства гимнасток;
- выявление одаренных и перспективных гимнасток.

2. Руководство проведением тренировочного сбора

Руководство и организацию тренировочного сбора осуществляет Спортивный Клуб по художественной гимнастике «Школа Ольги Капрановой».

3. Сроки и место проведения сборов

Тренировочные сборы проводятся в **Сочи**, (Спортивный комплекс им. А. Карелина, ул.Ленина, 219А) в две смены:

первая смена с 15 по 25 июня 2024 года (15.06 – день приезда, 20.06 – выходной день, 24.06 – отчетный концерт)

вторая смена с 25 июня по 05 июля 2024 года (25.06 – день приезда, 30.06 – выходной день, 04.07 – отчетный концерт)

4. Участники тренировочных сборов

К сборам допускаются все гимнастки Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой», а также участницы других стран, городов, СШОР, ДЮСШ, Спортивных Клубов и различных организаций, имеющих медицинский допуск к спортивным сборам 2019 и старше годов рождения.

5. Тренеры на сборе

Первая смена:

Капранова Ольга Сергеевна – Заслуженный мастер спорта, десятикратная Чемпионка мира, Президент Ассоциации Спортивных Клубов России;

Капранова Екатерина Сергеевна – Мастер спорта международного класса, трехкратная Чемпионка России, директор СК «Школа Ольги Капрановой», директор Ассоциации Спортивных Клубов России;

Загрецкая Виктория Анатольевна – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

Савова Анна Игоревна – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;



Мелкина Татьяна Николаевна - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

Засеева Амина Георгиевна - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

хореограф, преподаватель танцев – **Глотова Маргарита Игоревна** - хореограф Спортивного Клуба "Школа Ольги Капрановой".

Вторая смена:

Капранова Ольга Сергеевна – Заслуженный мастер спорта, десятикратная Чемпионка мира, Президент Ассоциации Спортивных Клубов России;

Капранова Екатерина Сергеевна – Мастер спорта международного класса, трехкратная Чемпионка России, директор СК «Школа Ольги Капрановой», директор Ассоциации Спортивных Клубов России;

Юсупова Эльвира Николаевна – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

Голубь Анастасия Сергеевна – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

Котова Анна Александровна - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

Сараева Дарья Геннадьевна - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

хореограф, преподаватель танцев – **Чамьян Светлана Зефировна** - хореограф Спортивного Клуба "Школа Ольги Капрановой".

6. Расписание на сборе

8.00 – 09.30 – тренировка в зале (разминка, предметная подготовка, круговая тренировка по ОФП, хореография, урок танцев) + гимнастика для взрослых;

16.00 – 19.00 – тренировка в зале

- хореография
- урок танцев
- разминка
- предметная подготовка
- ОФП
- СФП
- отработка личных программ.

Также на сборе возможна постановка индивидуальных упражнений (по предварительной договоренности за отдельную плату) и индивидуальные тренировки (в рамках общей тренировки).



В последний день каждой смены предполагается отчетный концерт для родителей.

7. Возможные варианты размещения:

Отель Portobello 4*

Услуги проживания в курортном отеле Portobello 4*						
Категория номера	Дата заезда	Дата выезда	Кол-во ночей	Тип размещения	Тариф	Стоимость номера за весь период
Комфорт	15.06.2024	25.06.2024	10	Двухместное	11 200 руб.	112 000 руб.
Комфорт	15.06.2024	25.06.2024	10	Трехместное	13 300 руб.	133 000 руб.
Стандарт	15.06.2024	25.06.2024	10	Двухместное	10 520 руб.	105 200 руб.
Комфорт	25.06.2024	05.07.2024	10	Двухместное	12 950 руб.	129 500 руб.
Комфорт	15.06.2024	25.06.2024	10	Трехместное	15 050 руб.	150 500 руб.
Стандарт	15.06.2024	25.06.2024	10	Двухместное	12 300 руб.	123 000 руб.

В стоимость проживания входит завтрак, обед, ужин (полный пансион).

Бронирование возможно по номеру телефона 8-925-543-81-23 (WA) или на почту ekasekapr@mail.ru

Оплата за проживание (50% вносится до 10.03.2024 года, 50% вносится до 10.05.2024 года)

Любой другой вариант размещения.

8. Стоимость сборов

Стоимость одной смены на 1 гимнастку **16000 рублей**;

стоимость двух смен на 1 гимнастку **30000 рублей**;

стоимость постановки 1 упражнения (по желанию) – **8000 рублей**;

стоимость 1 часа индивидуальной тренировки (только в рамках тренировки 16:00 -19:00) – **2500 рублей**.

9. Авиабилеты

Авиабилеты приобретаются самостоятельно до Сочи (**15.06** – день приезда на сборы, **25.06** - день отъезда со сборов; **25.06** – день приезда на сборы, **05.07** - день отъезда со сборов;)

10. Трансфер

Трансфер заказывается самостоятельно. Также возможен заказ группового трансфера при наборе группы.

11. Условия посещения сбора

Каждая гимнастка обязана предоставить на сбор следующие документы: заявку на участие в сборе с подписью личного тренера и подтверждением допуска врача на каждую участницу сбора.

Посещение сбора возможно как с родителями, семьями, также возможна самостоятельная отправка ребенка на сборы без родителей с тренерами Спортивного Клуба.

Предварительные заявки с указанием общего количества гимнасток принимаются до 01 июня 2024 года.



12. Порядок оплаты

Тренировочный сбор оплачивается по приезду на сборы 15.06 или 25.06 куратору сбора.

13. Подача заявок на сборы

Заявки на сборы подаются по номеру телефона: **8-925-543-81-23** (также WA, Tg) или на электронную почту: ekasekapr@mail.ru.

По всем возникающим вопросам возможно писать на электронную почту или звонить по указанному телефону.

Данное положение является официальным вызовом на тренировочный сбор.