

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении спортивных сборов по художественной гимнастике**

**хореографии и спортивной биомеханики**

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

* Обмен опытом, повышение уровня спортивного мастерства;
* Развитие общей и специальной физической подготовки;
* Обучение, формирование и совершенствование навыков работы с предметами художественной гимнастики.

1. **МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

Дата: 27 октября по 4 ноября 2018 года

27 октября - первый тренировочный день

31 октября – полдня выходной

4 ноября - заключительный тренировочный день.

Место проведения: Москва, ул. Мельникова д. 7 стр. 1 Дом ЦХГ№1.

1. **РАСПИСАНИЕ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Расписание тренировочного процесса для гимнасток**  **2011 г.р. и старше** | |
| 09:00 - 12:00 | первая тренировка |
| 12:00 - 13:30 | обед и свободное время на территории спортивного зала |
| 13:30 -16:30 | вторая тренировка |

|  |  |
| --- | --- |
| **Расписание тренировочного процесса для гимнасток**  **2013 г.р.** | |
| 09:00 - 12:00 | тренировка |

|  |  |
| --- | --- |
| **Расписание тренировочного процесса для гимнасток**  **2012 г.р.** | |
| 13:30 - 16:30 | тренировка |

1. **УЧАСТНИКИ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ**

Гимнастки 2013 и старше допускаются к сборам:

1) по предварительной регистрации и оплате;

1. при наличии двух экземпляров заполненного Договора на оказание услуг по проведению групповых занятий по физической культуре и спорту в области ХГ, хореографии и спортивной биомеханики (данный Договор можно получить на сайте [**http://rgcenter.ru**](http://rgcenter.ru)в разделе «Документы»

3) при наличии копии свидетельства о рождении;

4) при наличии копии медицинской страховки от несчастного случая, с указанием вида спорта «художественная гимнастика»;

5) при наличии **оригинала** медицинской справки, заверяющей в том, что ребенок допущен к физическим нагрузкам;

-при наличии спортивной формы и предметов для художественной гимнастики

2012-2013 г.р. скакалка, обруч, мяч, 3 теннисных мяча, резина.

2011-2010 г.р. скакалка, обруч, мяч, булавы, 3 теннисных мяча, резина.

2009 и старше скакалка, обруч, мяч, булавы, лента 3 теннисных мяча, резина.

1. **СТОИМОСТЬ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ**

|  |  |
| --- | --- |
| Стоимость спортивных сборов для гимнасток 2013-2012 г.р. | Стоимость спортивных сборов для гимнасток 2011 и старше |
| 20.000 рублей | 25.000 рублей |

* Стоимость сбора не меняется от количества дней проведенных на спортивном сборе.

Стоимость сборов необходимо оплатить до 10 октября 2018.

1. **ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ**

**Прием заявок осуществляется на сайте ЦХГ№1** [**http://rgcenter.ru**](http://rgcenter.ru) **и** **начнется 22 сентября в 12:00. Если Ваша заявка одобрена, в ответном письме мы пришлем Вам квитанцию на оплату.**

Количество мест ограничено!

1. **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

* Между тренировками для гимнасток будет организован «Обед» Ориентировочная стоимость обеда 350 рублей

(оплачивается в первый день сборов на все дни)

* Запись на индивидуальные тренировки и постановки упражнения производится и оплачивается на месте.

1. **КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

Электронная почта:

[info@rgcenter.ru](mailto:info@rgcenter.ru)

89266681098 Азиза Раупова

**Часто задаваемые вопросы по сборам:**

1) Нужно ли родителям находиться с ребенком в течение всего тренировочного дня?

Нет, Вы приводите ребенка к первой тренировке и забираете его после второй.

В перерыве у детей обед и свободное время, под присмотром ответственных тренеров каждой группы. Родителю быть с ребенком в это время не обязательно.

2) Как организуется питание на сборах?

Ориентировочная стоимость комплексного обеда (первое блюдо, второе блюдо, салат и напиток) 350 рублей. Данный обед организовывается на базе Дома культуры, в котором расположен Дом ЦХГ№1. Питание оплачивается на все дни сборов, за исключением 31 октября, так как в этот день планируется только одна тренировка. Если Вы не планируете заказывать комплексный обед, то ребенок может приносить свое питание в контейнере. Родители и сопровождающие в обеденную зону не допускаются. Дети обедают под присмотром ответственных тренеров.

3) Распределение детей по группам.

В первый тренировочный день все дети будут заниматься в своей возрастной группе.

После первого тренировочного дня, по решению тренерского состава, ребенок может перейти в группу сильнее, либо слабее, в зависимости от личного уровня подготовки ребенка.

4) Возможно ли присоединиться к сборам чуть позже?

Да, возможно. Однако, стоимость сборов от количества посещаемых тренировочных дней не меняется.

5) Информирование о сборах.

За 2 недели до начала сборов мы сформируем группу в Вацапе, в которой опубликуем информационное письмо по общим вопросам. Так же, Вам будут предоставлены списки распределения детей по группам.

В данном письме будет информация о времени и месте проведение регистрации и организационного собрания.

6) Присутствие родителей на тренировке.

Родители не допускаются в зал во время тренировок. Родители гимнасток 2011 года и старше передают детей ответственным тренерам группы в холле первого этажа. Родители гимнасток 2012 и 2013 годов рождения предают детей ответственным тренерам группы в холле второго этажа.

Фото и видео съемка тренировочного процесса строго запрещены.