

4. УЧАСТНИКИ УТС

На учебно-тренировочный сбор допускаются гимнастки с 2008 г.р. и старше. Тренировочный процесс осуществляется согласно возрастным категориям и подготовки гимнасток.

5. ПРОГРАММА СБОРА.

- Хореография. Танцевальная подготовка и уроки актёрского мастерства. Предметная подготовка. Партерная гимнастика. Растяжка, гибкость. Равновесия, вращения. Акробатика. Прыжки.
- Бассейн, купание в озере, при теплой погоде.
- Сауна
- Экскурсии, за дополнительную оплату

6. РАСПИСАНИЕ :

30 мая - приезд, размещение, соревнования (стартовый взнос 50 евро) ужин

31 мая, 1, 2, 3, 4 июня – тренировки по расписанию групп

5 июня- открытые уроки ,

6 июня- завтрак, обед, экскурсия по Лахти, отъезд

Для желающих может быть организована экскурсия на пароме Хельсинки-Стокгольм- Швеция, с ночевкой на корабле-2 ночи- стоимость около 150 евро, на корабле- развлекательная программа для детей и взрослых, магазины, кафе, шведский стол

6 июня- посадка на корабль ,ужин, развлечения

7 июня- завтрак, прибытие в Стокгольм-Швеция, экскурсия, ужин, развлечения, возможно посещение сауны за дополнительную плату

8 июня- завтрак, прибытие в Хельсинки утром, отъезд

7. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

2007г.р. 2008 гр и младше - БП(мин 6 - 2 вращения+ 2 равновесия+ 2 прыжка; мах 9-3 вращения+ 3 равновесия+ 3 прыжка)

2006гр, 2005гр, 2004 гр, 2003 гр. – БП (9 трудностей 3+3+3) и вид на выбор (юниоры ФИЖ)

2002гр, 2001гр, 2000гр - 2 вида на выбор (юниоры ФИЖ)
1999гр и старше - 2 вида на выбор (сеньорки ФИЖ)

Все участницы соревнований награждаются призами.

