Приложение №1

Программа тренировочного сбора на каждый день

V смена

26 июля - День приезда (заезд после 14 час.)

Совещание тренеров, представителей, всех участников сбора и участников соревнований в 20:00 час.

27 июля - Тренировочный день согласно программе сбора

28 июля - Тренировочные занятия, согласно программе сбора

29 июля - Тренировочные занятия согласно программе сбора.

30 июля - Тренировочные занятия согласно программе сбора.

31 июля - Выходной день

01 августа - Тренировочные занятия согласно программе сбора

02 августа - Тренировочные занятия согласно программе сбора

03 августа -Контрольные уроки по программе сбора:

- предметная подготовка

- акробатика

- партерная гимнастика

- сдача контрольных нормативов по Федеральным

стандартам

-сводная репетиция по характерной хореографии

Тренировочные занятия по характерной и классической хореографии согласно программе сбора.

04 августа -Контрольный урок по характерной хореографии

Награждение победителей и призеров сбора

05 августа -Отъезд участников до 12 час.

Приложение №1

Программа тренировочного сбора на каждый день

VI смена

06 августа -День приезда (заезд после 14 час.)

Совещание тренеров, представителей, всех участников сбора и участников соревнований в 20:00 час.

07 августа -Тренировочный день согласно программе сбора

08 августа - Тренировочные занятия, согласно программе сбора

09 августа - Тренировочные занятия согласно программе сбора.

10 августа -Тренировочные занятия согласно программе сбора.

11 августа -Выходной день

12 августа - Тренировочные занятия согласно программе сбора

13 августа - Тренировочные занятия согласно программе сбора

14 августа -Контрольные уроки по программе сбора:

- предметная подготовка

- акробатика

- партерная гимнастика

- сдача контрольных нормативов по Федеральным

стандартам

-сводная репетиция по характерной хореографии

- прием контрольных нормативов кандидатов в сборную ОФСОО «Русь» по:

- СФП

- ОФП

Тренировочные занятия по характерной и классической хореографии согласно программе сбора.

15 августа -Контрольный урок по характерной хореографии

Награждение победителей и призеров сбора

16 августа -Отъезд участников до 12 час.