



СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ СБОРЫ

Спортивно-оздоровительные сборы с Центром Спортивного Развития MT Sport на 10 дней.

Места проведения:

Спортивные лагеря, базы отдыха и отели на морских побережьях.

Программа сборов:

Программа сборов разработана главным тренером центра MT Sport – Михайловской Татьяной Анатольевной.

Тренировки будут проходить как на открытых спортивных площадках на свежем воздухе, так и в спортивном зале. Полный список вещей будет публиковаться отдельно.

Расписание на сборах:

6.30-6.45 Подъем, водные процедуры
6.45-7.30 зарядка
8.00 завтрак
8.30-11.00 тренировка
11.00-13.00 море
13.30-обед
14.00 тихий час
16.00-18.00 море
18.00-20.00 тренировка
20.00 ужин
21.00-23.00 развлекательная программа
23.00 отбой

Документы:

Все участники сборов должны иметь при себе свидетельство о рождении, полис обязательного медицинского страхования, справку от врача о допуске занятий, справку для посещения бассейна, а также страховку от несчастных случаев при занятии спортом.

Участники оздоровительных сборов:

К сборам допускаются дети в возрасте от 4-х лет как имеющие спортивную подготовку, так и новички.

Тренерский состав:

Старший тренер – Михайловская Татьяна Анатольевна (главный тренер Центра Спортивного Развития MT Sport, Стаж работы с детьми более 10 лет. Мастер спорта России по ху-

дожественной гимнастике, Вице-чемпионка страны в групповых упражнениях, неоднократная призер и победительница всероссийских и международных турниров, тренировалась под руководством заслуженного тренера России Тишиной Н.Б., закончила Училище Олимпийского резерва в г. Нижнем Новгороде и Красноярский Государственный Педагогический Университет им. В.П. Астафьева. Тренировала детей в Азии, Европе. В данный момент по совместительству работает в клубе в Латинской Америки

1. Шаповаленко Ольга Викторовна (Тренер по акробатике, эстетической гимнастике и общефизической подготовке. Мастер спорта по акробатике. Образование высшее, стаж работы с детьми более 10 лет. Закончила Павлодарский педагогический государственный институт. С 2006 по 2015 год работала в городе Павлодар (республика Казахстан) в Детской Спортивной Школе Олимпийского Резерва. С 2015 года работает в Центре Спортивного Развития, отделение г. Сосновоборск)

2. Михайловская Светлана Анатольевна (Преподаватель высшей категории, проходила обучение в г. Санкт-Петербурге, а также в Кемеровской государственной академии культуры и искусств, стаж работы 20 лет, образование высшее)

3. Шпангель Виктория Александровна - Кандидат в Мастера Спорта по художественной гимнастике. Чемпионка Красноярского края. Чемпионка г. Красноярска. Выпускница Красно-ярского Государственного Педагогического Университета им В.П. Астафьева по специальности "Педагог по физической культуре и спорту". Кандидат в Мастера Спорта по фитнес аэробике, трехкратная Чемпионка России. Серебряный призер Чемпиона Европы по хип хоп аэробике.