**Зимние Ледовые сборы с тренерами Сборной команды России и СШОР ЦСКА Селицкой Мариной Леонидовной и Максимом Завозиным, хореограф Заслуженный тренер России Тагаева Ирина Анваровна с 4-14 января г.Пересвет Мос.область**

Организатор "Лига фигурного катания"

Тренерский состав на сборе :

СЕЛИЦКАЯ МАРИНА ЛЕОНИДОВНА - тренер высшей категории, старший тренер СШОР ЦСКА им.Жука

Тренер призеров и участников чемпионатов мира, Европы, этапов гран-при, этапов Кубка России и Чемпионатов России.

МАКСИМ ЗАВОЗИН - Тренер сборной команды России, Чемпион Мира среди юниоров, Серебряный призер Чемпионата четырех континентов, Участник Олимпийских игр, трехкратный Чемпион Венгрии.

ТАГАЕВА ИРИНА АНВАРОВНА -заслуженный тренер-хореограф России, СШОР ЦСКА им.Жука

ЗАВОЗИНА ВИЛЕНА - тренер ДЮСШ “Крылья Советов”, технический директор команды Н.М. Мозер, руководитель "Лиги фигурного катания"

Танцевальный класс и джаз-класс пройдет под руководством, репетитора-балетмейстера Корженко Любовь Владимировны ( ГИТИС).

Программа сбора направлена на освоение многооборотных прыжков у старшей группы и постановку прыжков у младших, а также на отработку техники скольжения и вращений, работа в зале над физ.подготовкой и джаз-класс.

-Ледовые тренировки по отработке техники скольжения и шагов, чередуются с отработкой и изучением вращений 1 час

-Ледовые тренировки по отработке техники прыжковых элементов 1 час в день

-Класс по хореографии и джаз-класс -1 час в день

-общая и специальная физическая подготовка 1 час в день

Распорядок дня:

Ледовая тренировка

Тренировка в зале

Перерыв

Ледовая тренировка

Дополнительные тренировки на льду (2-3часа)

Джаз и танц.класс

Группы разделены по уровню катания и выполнения элементов по усмотрению организаторов и тренеров.

Количество участников в группе до 20 чел. ( младшие)

Количество человек в группе до 15( старшая группа)

Дополнительные тренировки предусмотрены каждый день по группам и в мини-группах.

**Возможны индивидуальные тренировки по составлению и доработки программ.**

Приглашаем тренеров с группами на консультацию по технике прыжков, вращений и вопросов по составлению дорожек и постановке техники скольжения. Тренерам приехавшим с группой, выход на лед во время тренировок разрешен, видеосьемка разрешена.

Сбор проходит в г. Пересвет ( Парк-отель "Пересвет") спортивная база европейского уровня, Современный комплекс расположен в лесном массиве, в экологически чистой зоне Подмосковья, в 70 км от Москвы и в 15 км от Сергиева Посада ( будет организована экскурсия в Сергиев Посад)

Московская область ул. Пионерская 9.

Даты проведения сбора с 4 января-14 января

10 полных тренировочных дней

1 выходной

Заезд 3 января -выезд 14 января (после обеда)

Стоимость участия:

при оплате до 30 октября 2017 г. 44.000 (сорок четыре тысячи рублей)

при оплате до 15 ноября 2017 г.

46000 (сорок шесть тысяч рублей)

при оплате до 25 декабря 2017 г. 49000 (сорок девять тысяч рублей)

Стоимость одного тренировочного дня 5000 (пять тысяч рублей) – при заявке на участие менее 10 тренировочных дней ( при оплате до 15 ноября)

5500( пять пятьсот тысяч рублей) при оплате до 25 декабря.

Размещение:

VIP корпус ( номера 2х, 3х местные, дети до 3х лет бесплатно)

Стоимость с 3х разовым комплексным питанием 3500 с чел. ( Посещение бассейна, сауны и тренажерного зала бесплатно)

( Режим работы кафе "Шайба" ориентирован под тренировочный процесс)

Корпус "стандарт"

Номера 2х 2500 с чел. с 3х разовым комплексным питанием.

(Режим работы кафе " Шайба" ориентирован под тренировочный процесс)

Из номеров "Vip" и "стандарт" корпуса имеется прямой переход в ледовую арену.

Гостиница "Юниор"

Многоместные номера 1800 с чел., с комплексным 3х разовым питанием (для команд с тренерами)

Двухкомнатные номера ( 2х местные)

2200 с 3х разовым комплексным питанием.

На территории парк-отеля расположен ресторан "Арена" работает по с 11.00- 23.00

Внимание! Бронирование номеров самостоятельное! (При бронировании необходимо указать, что заезд на сборы “Лиги фигурного катания”, и выбрать размещение по "спорт-тарифу" с питанием или размещение на завтраках)

Заявки принимаются в электронном виде на ligafskate@mail.ru

Кол-во мест ограничено!

подробная информация на сайте [www.ligaFskate.ru](http://www.ligafskate.ru/) (в разделе новости)

В заявке указать:

1. Фамилия имя спортсмена, год рождения, разряд ( если есть)

2. Город

3. Рост ребенка

5. Контактный телефон и еmail

Действуют скидки на группы от 7 человек!

Обязательно иметь допуск врача (оригинал и копию) страховку (оригинал и копию), паспорт и свид.о рождении.

Все вопросы по тел: +7( 499) 391-16-22

+7(925)7954029 WhatsApp Вилена Владимировна (руководитель сбора), а также на ligafskate@mail.ru

Все участники сбора получат памятные подарки с автографами звездных тренеров и дипломы о участии.

С уважением, руководство "Лиги фигурного катания"

С уважением, руководство "Лиги фигурного катания"