



17-31 августа 2024г

**ЛЕТНИЕ СПОРТИВНЫЕ
СБОРЫ ПО ВОЗДУШНОЙ
ГИМНАСТИКЕ**

г. Нижний Новгород

ОРГАНИЗАТОРЫ СБОРОВ



Профессиональная команда,
имеющая свои
тренировочные базы в
Москве по различным
спортивным направлениям.



ОФСОО

Национальная федерация
воздушной гимнастики
и пилонного спорта

Общероссийская
федерация, признавшая
воздушную гимнастику
видом спорта в 2023 году.

СПОРТИВНЫЕ СБОРЫ – это, прежде всего, неповторимая атмосфера, объединяющая всех участников в сплоченную команду.

Поддерживать такую атмосферу помогает профессиональная команда.



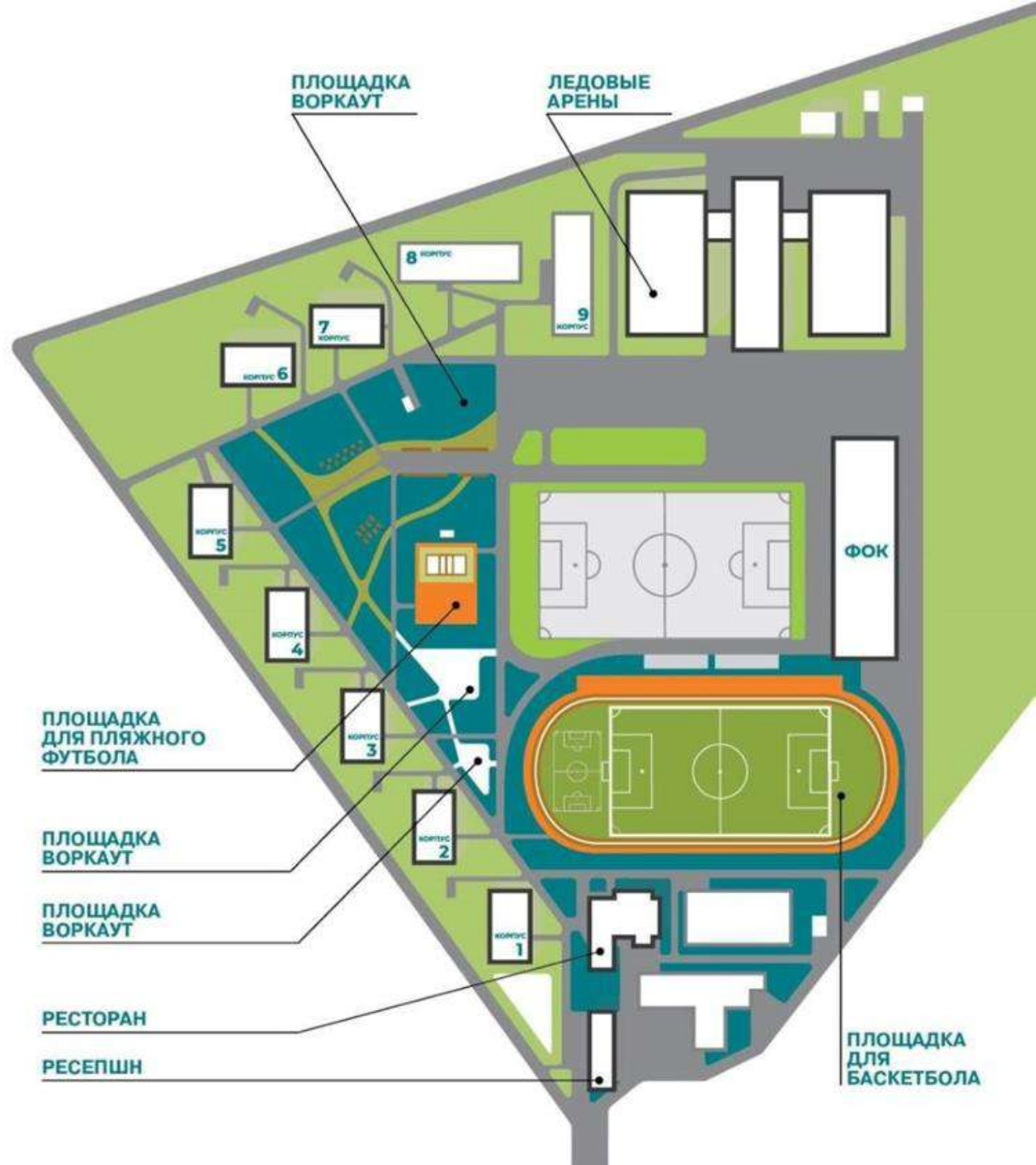
Подарите детям новую мотивацию для свершений: возможность пожить как настоящие спортсмены, зарядиться энергией, подготовиться к новому спортивному сезону и прочувствовать всю мощь соревновательного духа.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СБОРОВ



"Море Спорта" - это спортивная база, расположенная в Нижегородской области (460 км от Москвы) на берегу реки «Волга». На территории "Море Спорта" созданы все условия для тренировок спортсменов любого уровня.

СХЕМА РАСПОЛОЖЕНИЯ ОБЪЕКТОВ



ИНФРАСТРУКТУРА БАЗЫ



Площадки Workout



Мини-футбольное поле



Тренировочное футбольное поле



Легкоатлетический стадион



Основное футбольное поле



Легкоатлетический стадион



Баскетбольная площадка



Волейбольная площадка



Открытая площадка

ФОК включен во Всероссийский реестр объектов спорта

Высота потолков 8 метров до светильников.

Приточно-вытяжная вентиляция и система кондиционирования.

В залах в любую погоду можно поддерживать комфортную температуру.

Залы, оборудованы всем необходимым инвентарем.

Сертифицированный медицинский кабинет.



УСЛОВИЯ ПРОЖИВАНИЯ

- Жилые двухэтажные корпуса
- Размещение по 2-4 человека в номере по гендерным различиям и возрасту
- Кулер с питьевой водой на каждом этаже корпуса
- Уборка номеров осуществляется ежедневно
- Смена постельного белья 1 раз в 3 дня.



- **НОМЕРА ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ
ОБОРУДОВАНЫ:**

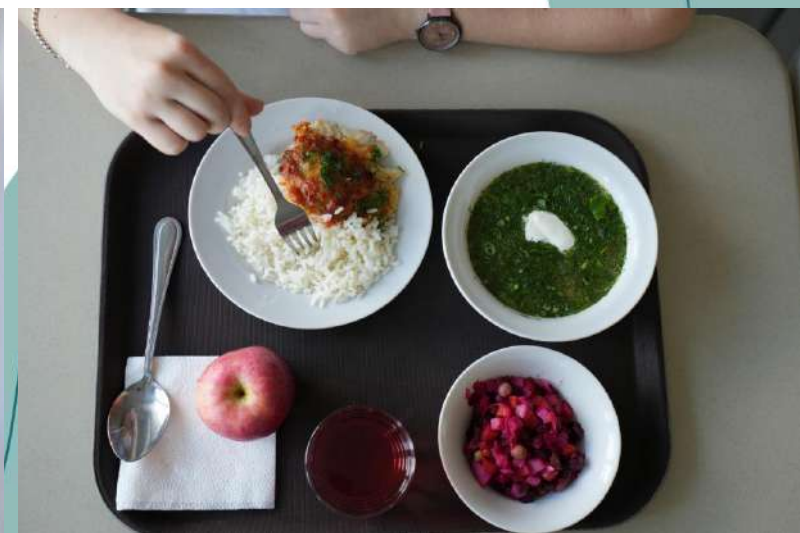
- одноместные кровати - трансформеры, размером 2,0 * 0,90 м. (первые 7 корпусов), размером 2,20 * 0,90 м. (8 и 9 корпуса);
- прикроватные тумбы;
- общий шкаф для одежды и обуви со встроенным зеркалом;
- большое и маленькое полотенце на каждого человека;
- спутниковое ТВ;- WiFi;
- стол со стульями;
- собственная ванная комната с душевой кабинкой, туалетом, раковиной и зеркалом с подсветкой;
- косметические средства;
- кондиционер; - телевизор;
- балкон (не во всех номерах);
- доступ в номер осуществляется с помощью электронной карты-ключа.

- **СУШИЛЬНЫЕ И ГЛАДИЛЬНЫЕ
ПРИНАДЛЕЖНОСТИ НА ЭТАЖЕ.**



ПИТАНИЕ

- 2х-этажная столовая вместимостью до 600 человек
- Линия раздачи на каждом этаже
- Санузлы на каждом этаже
- Застекленная веранда на 2-м этаже с видом на футбольное поле
- 3х-разовое питание – линия раздачи с несколькими вариантами блюд на выбор.
- Ежедневно новое меню
- Кулеры с водой на этажах в корпусе.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

КОМПЛЕКС 1		
Прием пищи	Наименование продукта	Порция на 1 чел, гр.
Завтрак	Каша Овсяная	250
	Омлет	150
	колбаса отварная	50
	Чай чёрный сладкий	200
	Заварное пирожное «Шу»	50
	Масло сливочное	15
	Сыр	20
	Колбаса в/к	20
	Батон	100
	Йогурт	100
Обед	Салат овощной	150
	Суп щи со сметаной и зеленью	300/30/10
	Курица жаренная	150
	Котлета рыбная	120
	Картофель по -деревенски	200
	Рис	200
	Морс ягодный	200
	Фрукт	150
	Хлеб ржаной / Батон	100
Перекус	Ватрушка с творогом	50
	Кефир	200
Ужин	Салат Оливье	150
	Куриное филе	150
	Котлета мясная	100
	Фасоль стручковая	200
	Макароны	200
	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржаной / Батон	100

КОМПЛЕКС 7		
Прием пищи	Наименование продукта	Порция на 1 чел, гр.
Завтрак	Каша пшённая на молоке	250
	Масло сливочное	15
	Сыр	20
	Колбаса в/к	20
	Запеканка творожная со сгущ.молоком	120/30
	Яйцо отварное	1 шт
	Чай чёрный сладкий	200
	Коржик молочный	50
	Батон	100
	Йогурт	100
Обед	Салат Винегрет	150
	Суп гороховый с курицей	300
	Котлета куриная	120
	Гуляш из говядины	150
	Картофельное пюре	200
	Греча	200
	Морс ягодный	200
	Фрукт	150
	Перекус	Круассан с вареной сгущенкой
Кефир		200
Ужин	Салат с ветчиной и стручковой фасолью	150
	Рыба жаренная	120
	Котлета полтавская	120
	Картофель отварной с зеленью	200
	Макароны	200
	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржаной / Батон	100

БЕЗОПАСНОСТЬ И СЕРВИС

- МЕДИЦИНСКИЙ КАБИНЕТ
- ОХРАНЯЕМАЯ КРУГЛОСУТОЧНАЯ ЗАКРЫТАЯ ТЕРРИТОРИЯ
- БАНКОМАТ НА ТЕРРИТОРИИ БАЗЫ - «СБЕРБАНК»
- ПАРКОВКА
- БЕСПЛАТНЫЙ WI-FI НА ТЕРРИТОРИИ
- УСЛУГИ ПРАЧЕЧНОЙ



С КАКОГО ВОЗРАСТА РЕБЕНКУ МОЖНО ЕХАТЬ НА СБОРЫ?

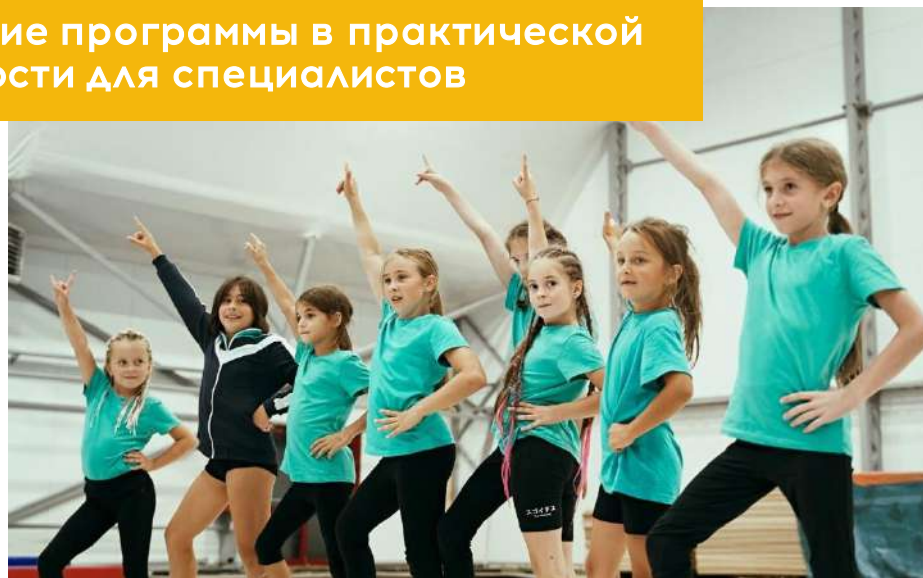
Одного отправлять ребенка рекомендуется, только когда он будет способен самостоятельно за собой ухаживать и минимально следить за своим здоровьем - от 6 лет

(более младший возраст согласовывается с тренером и организаторами индивидуально).



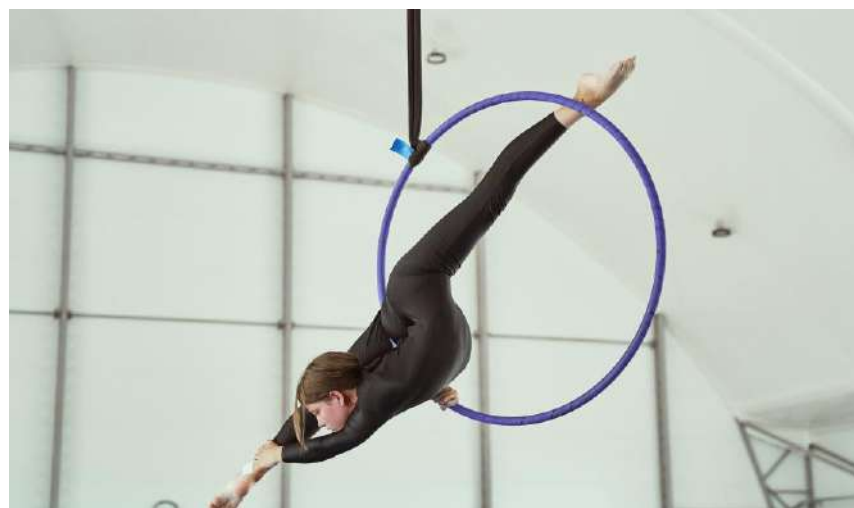
ПРОГРАММА СБОРОВ

- Тренировки с профессиональным хореографом
- Тренировки по воздушной гимнастике
- Тренировки по спортивной акробатике
- Общая и специальная физическая подготовка
- Подготовка соревновательных программ к новому сезону
- Подвижные и спортивные игры, танцевальные батлы
- Плавание в водоеме
- Анимационная программа с дискотеками
- **Обучающие программы в практической деятельности для специалистов**



ПРЕМУЩЕСТВА СБОРОВ

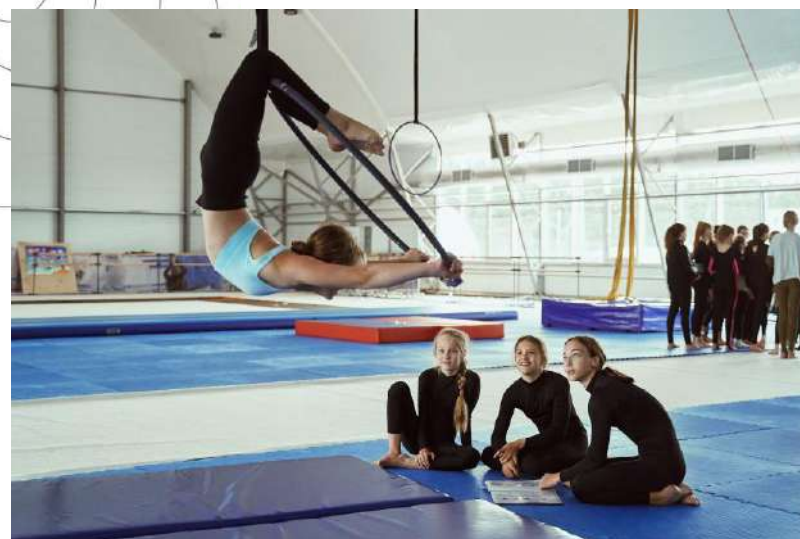
- интенсивные тренировки на сборах помогают многим спортсменам сделать профессиональный скачок;
- пребывание с тренером и в команде почти круглосуточно дисциплинирует и воспитывает юных спортсменов;
- постоянный контроль питания, который поможет скорректировать фигуру при необходимости;
- а также для социализации и получения новых эмоций будут развлекательные вечерние программы;
- и последний важный бонус – спортивный образ жизни в оздоравливающих условиях (свежий воздух, водоем, солнце).



ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ ДНЯ

- Подъем, утренние процедуры
- Зарядка
- Завтрак
- Тренировка
- Пляж
- Обед
- Тихий час
- Отдых, игры
- Тренировка
- Ужин
- Вечерние мероприятия
- Подготовка ко сну
- Отбой

*Расписание формируется индивидуально под каждую группу.



НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ

- **Перечень документов, которые необходимо передать сопровождающему Вашего ребенка:**
- - Договор
- - Свидетельство о Рождении или паспорт (оригинал и копия);
- - СНИЛС Ребенка (копия);
- - Доверенность на выезд и пребывание ребенка на территории Нижегородской области от родителей (простая письменная форма, нотариальное удостоверение законодательно отменено)
- Полис ОМС (оригинал и копия)
- Спортивная страховка на время выезда (оригинал и копия)
- Медицинская справка по форме № О79у (или О76у) с обязательным указанием перечня прививок, перенесенных операций и заболеваний (оригинал и копия);
- В случае наличия хронических заболеваний – список препаратов, которые ребенок принимает в домашних условиях (письменная форма)
- Письмо от родителя об аллергической реакции ребенка на лекарственные препараты (письменная форма)

НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

- ▶ Договор
- ▶ Паспорт (оригинал и копия);
- ▶ СНИЛС (оригинал и копия);
- ▶ Полис ОМС (оригинал и копия)



ВЕЩИ С СОБОЙ

▶ Чемодан/Сумка с биркой

▶ Рюкзак с биркой / небольшая сумка для передвижений на базе

▶ пляжная сумка /шопер

▶ Обувь:

- Кроссовки для тренировок
- Шлепанцы или сланцы
- Сандали/легкая обувь
- Чешки

▶ ДЛЯ ОБЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ И ФОТОСЕСИЙ:

- Белая футболка
- Черные шорты

▶ Одежда:

- Головной убор от солнца
- Футболки, закрывающие плечи
- Майки
- Шорты
- Спортивный костюм
- Спортивная форма для тренировок
- Пижама и нижнее белье
- Носки
- Лосины
- Теплая кофта и штаны
- Ветровка
- Купальник/плавки (2 пары)
- Комфортная одежда на каждый день
- Нарядная одежда для вечерних мероприятий

▶ Средства личной гигиены:

- Зубная щетка + паста, шампунь, гель для душа, мочалка, расческа
- Полотенце большое и маленькое
- Солнцезащитные средства
- Средства от комаров
- Личная кружка/ложка
- Нарукавники (для тех, кто плохо плавает)
- Носовые платки / Влажные салфетки
- Хозяйственное мыло

▶ По желанию:

- Книга
- Кроссворды
- Настольные игры

▶ ФЛЭШКА С МУЗЫКОЙ ДЛЯ ОТРАБОТКИ ПРОГРАММ



БАЗОВЫЙ ПАКЕТ ПУТЕВКИ:

14 дней – 13 ночей

В БАЗОВЫЙ ПАКЕТ ПУТЕВКИ ВХОДИТ:

- проживание, питание, тренировки, программа.

Общая стоимость **57.000** рублей на 1 участника (самостоятельный проезд до базы)

- 1 взнос – 20.000 рублей
- 2 взнос – 20.000 рублей
- 3 взнос – 17.000 рублей
- Срок внесения полной оплаты до **01.07.2024**

Общая стоимость **50.000** рублей на 1 сопровождающего (самостоятельный проезд до базы, без тренировок)

- 1 взнос – 20.000 рублей
- 2 взнос – 15.000 рублей
- 3 взнос – 15.000 рублей
- Срок внесения полной оплаты до **01.07.2024**

**ДЛЯ ТРЕНЕРОВ
ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ
ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ
УСЛОВИЯ ПРИ
СОТРУДНИЧЕСТВЕ.**

МАКСИМАЛЬНЫЙ ПАКЕТ ПУТЕВКИ:

14 ДНЕЙ – 13 НОЧЕЙ

В МАКСИМАЛЬНЫЙ ПАКЕТ ПУТЕВКИ ВХОДИТ:

- проезд, проживание, питание, тренировки, программа.
- Общая стоимость **78.000** рублей на 1 участника (полная путевка из Москвы)
- 1 взнос – 30.000 рублей
- 2 взнос – 25.000 рублей
- 3 взнос – 23.000 рублей
- Срок внесения полной оплаты до **01.07.2024**

ДЛЯ ТРЕНЕРОВ
ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ
ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ
УСЛОВИЯ ПРИ
СОТРУДНИЧЕСТВЕ.

Общая стоимость **65.000** рублей на 1 сопровождающего (полная путевка из Москвы, без тренировок)

- 1 взнос – 30.000 рублей
- 2 взнос – 20.000 рублей
- 3 взнос – 15.000 рублей
- Срок внесения полной оплаты до **01.07.2024**

ПОДАРИТЕ
СВОЕМУ
РЕБЕНКУ
НАСТОЯЩЕЕ
ПРИКЛЮЧЕНИЕ
В КРУГУ ДРУЗЕЙ
ПОД
РУКОВОДСТВОМ
ПРОФЕС-
СИОНАЛЬНОЙ
КОМАНДЫ.



КОНТАКТЫ ОРГАНИЗАТОРОВ:

Мальцева Анна 7 908 085-38-63

Митюшкина Таисия 7 985 225-78-46

<https://wafed.org/>

<https://vk.com/wafed>

