



14-28.08

СБОРЫ 2025



ГОРОД ПРОВЕДЕНИЯ:
НИЖНИЙ НОВГОРОД

ОРГАНИЗАТОРЫ СБОРОВ



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



ОФСОО
Национальная федерация
воздушной гимнастики
и пилонного спорта

Аккредитованная
Министерством спорта РФ
общероссийская федерация
по виду спорта «воздушная
гимнастика».

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: зарядиться энергией, подготовиться к новому спортивному сезону и прочувствовать всю мощь соревновательного духа.

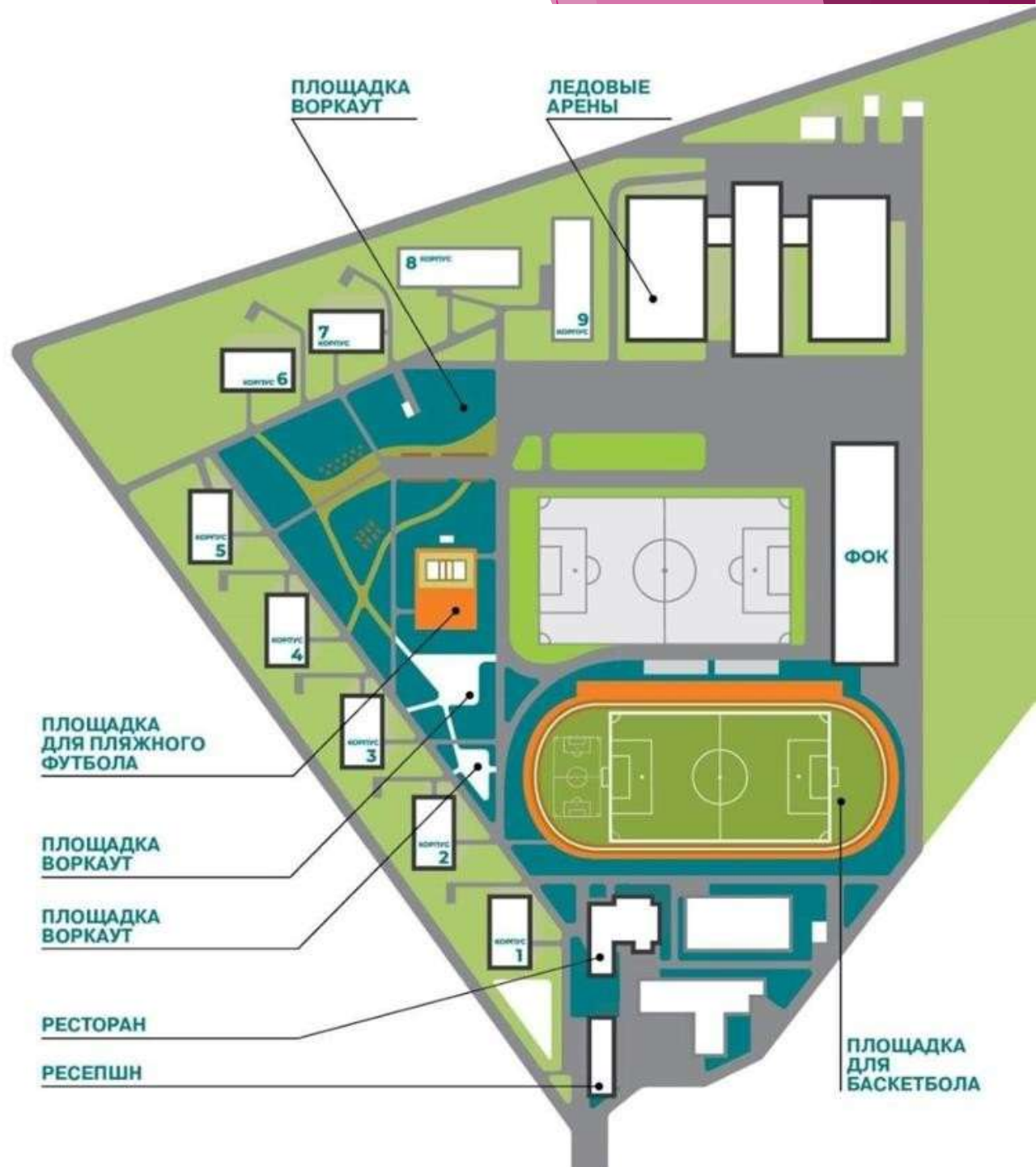
МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СБОРОВ



"МОРЕ СПОРТА" - ЭТО СПОРТИВНАЯ
БАЗА, РАСПОЛОЖЕННАЯ В
НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ (460 КМ
ОТ МОСКВЫ)
НА БЕРЕГУ РЕКИ «ВОЛГА».

На территории "Море Спорт"
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.



УСЛОВИЯ ПРОЖИВАНИЯ

- Жилые двухэтажные корпуса
- Размещение по 3-4 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 5 дней.



- **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	
ЗАВТРАК	Выход, кг
Каша Рисовая	0,250
Макаронные изделия с сыром	0,150/0,050
Яйцо отварное/Сосиска	1 шт/1 шт
Творог свежий	0,050
Масло сливочное	0,015
Колбаса п/к	0,020
Сухофрукты	0,020
Батон	0,100
Чай сладкий	0,200
Печенье песочное	0,100
Кефир/Молоко	0,200
ОБЕД	
Салат "Капуста с колбасой п/к"	0,150
Борщ с курицей	0,300
Котлета куриная	0,100/0,030
Поджарка свиная	0,100
Картофельное пюре	0,200
Греча отварная	0,200
Фрукт	0,150
Сметана/майонез/зелень/чеснок/горчица/хрен	0,030/0,030/0,010/0,010
Море ягодный/Компот из сухофруктов	0,200
Хлеб ржаной / Батон	0,100
УЖИН	
Салат "Цезарь с курицей"	0,150
Котлета из индейки	0,100
Горбуша запеченая с цукини	0,130
Соус "Карбонара"	0,100
Рис отварной	0,200
Макаронные изделия	0,200
Кетчуп/майонез	0,030
Чай сладкий	0,200
Хлеб ржаной / Батон	0,100

КОМПЛЕКС 7	
ЗАВТРАК	Выход, кг
Каша Пшённая	0,250
Макаронные изделия с сыром	0,150/0,050
Яйцо отварное/Сосиска/Горячие бутерброды	0,100/1 шт
Масло сливочное	0,015
Сыр	0,020
Сухофрукты	0,020
Батон	0,100
Чай сладкий	0,200
Песочное печенье	0,100
Йогурт/Молоко	0,200
ОБЕД	
Салат "Витаминный"	0,150
Борщ с курицей	0,300
Котлета куриная	0,100
Медальоны с грибами	0,150
Картофельное пюре	0,200
Греча отварная/Капуста тушеная	0,200
Фрукт	0,150
Сметана/майонез/зелень/чеснок/горчица/хрен	0,030/0,030/0,010/0,010
Море ягодный/Компот из сухофруктов	0,200
Хлеб ржаной / Батон	0,100
УЖИН	
Салат "Крабовый"	0,150
Рыба жареная под сыром	0,150
Шницель куриный в панировке	0,120
Макаронные изделия	0,200
Фасоль жареная/Рис отварной	0,200
Кетчуп/Майонез	0,030
Чай сладкий	0,200
Хлеб ржаной / Батон	0,100

БЕЗОПАСНОСТЬ И СЕРВИС

- МЕДИЦИНСКИЙ КАБИНЕТ круглосуточно
- ОХРАНЯЕМАЯ КРУГЛОСУТОЧНАЯ ЗАКРЫТАЯ ТЕРРИТОРИЯ
- БАНКОМАТ НА ТЕРРИТОРИИ БАЗЫ – «АЛЬФА БАНК», банкомат Сбербанка около Изумрудного (4 минуты пешком, 1 минута на машине)
- 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 по новым официальным правилам
- Подвижные и спортивные игры, танцевальные батлы
- Плавание в водоеме
- Анимационная программа с дискотеками



ПРИГЛАШЕННЫЙ СПЕЦИАЛИСТ ПО ВОЗДУШНОЙ
ГИМНАСТИКЕ

ИВАН ШУРАКОВ НА НАШИХ СБОРАХ!

Мы рады сообщить, что в течение двух дней на наших сборах по воздушной гимнастике пройдет серия мастер-классов, которые проведет приглашенный презентер Иван Шураков.

Иван — опытный тренер и профессионал в области воздушной гимнастики, который поделится своими знаниями и навыками с участниками.

Не упустите возможность повысить свой уровень мастерства, узнать новые техники и получить ценные советы от эксперта!

*Мастер-классы доступны только для участников выезда.



ПРЕИМУЩЕСТВА 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, нотариальная доверенность по желанию)
- Полис ОМС (оригинал и копия)
- Спортивная страховка на время выезда (оригинал и копия)
- Медицинская справка по форме № 079у (или 076у) 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:

15 дней – 14 ночей

В БАЗОВЫЙ ПАКЕТ ПУТЕВКИ ВХОДИТ:

- проживание, питание, тренировки, программа.
(самостоятельный проезд до базы)

ОБЩАЯ СТОИМОСТЬ **76.000** РУБЛЕЙ НА 1
УЧАСТНИКА

- 1 ВЗНОС – 30.000 РУБЛЕЙ
- 2 ВЗНОС – 23.000 РУБЛЕЙ
- 3 ВЗНОС – 23.000 РУБЛЕЙ

Срок внесения полной оплаты до 01.06.2025

ОБЩАЯ СТОИМОСТЬ **65.000** РУБЛЕЙ НА 1
СОПРОВОЖДАЮЩЕГО (самостоятельный проезд до базы, без
тренировок)

- 1 ВЗНОС – 30.000 РУБЛЕЙ
- 2 ВЗНОС – 20.000 РУБЛЕЙ
- 3 ВЗНОС – 15.000 РУБЛЕЙ

Срок внесения полной оплаты до 01.06.2025

ДЛЯ ТРЕНЕРОВ
ПРЕДОСТАВЛЯЮТ
СЯ
ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ
УСЛОВИЯ ПРИ
СОТРУДНИЧЕСТВЕ.

КОМАНДА ОТ 15
ЧЕЛОВЕК – ТРЕНЕР
ПРОЖИВАЕТ
БЕСПЛАТНО.

ОПЛАТА ЗА КАЖДОГО
УЧАСТНИКА ЗА 2
НЕДЕЛИ
ПО УСТАНОВЛЕННЫМ
СТАВКАМ.

МАКСИМАЛЬНЫЙ ПАКЕТ ПУТЕВКИ:

15 дней – 14 ночей

В МАКСИМАЛЬНЫЙ ПАКЕТ ПУТЕВКИ ВХОДИТ:

- Проезд, проживание, питание, тренировки, программа.

ОБЩАЯ СТОИМОСТЬ 83.000 РУБЛЕЙ НА 1 УЧАСТНИКА (полная путевка из Москвы)

- 1 ВЗНОС – 30.000 РУБЛЕЙ
- 2 ВЗНОС – 30.000 РУБЛЕЙ
- 3 ВЗНОС – 23.000 РУБЛЕЙ

Срок внесения полной оплаты до 01.06.2025

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 01.06.2025

ДЛЯ ТРЕНЕРОВ
ПРЕДОСТАВЛЯ
ЮТСЯ
ИНДИВИДУАЛЬН
ЫЕ УСЛОВИЯ
ПРИ
СОТРУДНИЧЕСТ
ВЕ.

КОМАНДА ОТ 15
ЧЕЛОВЕК – ТРЕНЕР
ПРОЖИВАЕТ
БЕСПЛАТНО.

ОПЛАТА ЗА КАЖДОГО
УЧАСТНИКА ЗА 2
НЕДЕЛИ
ПО УСТАНОВЛЕННЫМ
СТАВКАМ.

**ПОДАРИТЕ
СВОЕМУ
РЕБЕНКУ
НАСТОЯЩЕЕ
ПРИКЛЮЧЕНИЕ
В КРУГУ ДРУЗЕЙ
ПОД
РУКОВОДСТВОМ
ПРОФЕССИОНАЛ
ЬНОЙ КОМАНДЫ.**



КОНТАКТЫ ОРГАНИЗАТОРОВ:

<https://wafed.org/>
<https://vk.com/wafed>

