

«Утверждаю»  
Генеральный директор  
Спортивного Клуба «Школа Ольги  
Капрановой»  
\_\_\_\_\_/Капранова Е.С./  
«\_\_» января 2026 г.

## **ПОЛОЖЕНИЕ о проведении тренировочных сборов в Сочи Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»**

### **1. Цели и задачи**

- популяризация художественной гимнастики;
- обмен опытом работы и укрепление международных спортивных связей;
- повышение уровня спортивного мастерства гимнасток;
- выявление одаренных и перспективных гимнасток.

### **2. Руководство проведением тренировочного сбора**

Руководство и организацию тренировочного сбора осуществляет Спортивный Клуб по художественной гимнастике «Школа Ольги Капрановой».

### **3. Сроки и место проведения сборов**

Тренировочные сборы проводятся в **Сочи**, (Спортивный комплекс им. А. Карелина, ул.Ленина, 219А) в две смены:

первая смена с 15 по 25 июня 2026 года (15.06 – день приезда, 20.06 – выходной день, 24.06 – отчетный концерт)

вторая смена с 25 июня по 05 июля 2026 года (25.06 – день приезда, 30.06 – выходной день, 04.07 – отчетный концерт)

### **4. Участники тренировочных сборов**

К сборам допускаются все гимнастки Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой», а также участницы других стран, городов, СШОР, ДЮСШ, Спортивных Клубов и различных организаций, имеющих медицинский допуск к спортивным сборам 2021 и старше годов рождения.

### **5. Тренеры на сборе**

**Первая смена:**

**Капранова Ольга Сергеевна** – Заслуженный мастер спорта, десятикратная Чемпионка мира, Президент Ассоциации Спортивных Клубов России;

**Капранова Екатерина Сергеевна** – Мастер спорта международного класса, трехкратная Чемпионка России, директор СК «Школа Ольги Капрановой», директор Ассоциации Спортивных Клубов России;

**Дьяченко Виктория Анатольевна** – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;



**Мелкина Татьяна Николаевна** - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

**Шелякина Дарья Алексеевна** - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

**Голубь Анастасия Сергеевна** – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

хореограф, преподаватель танцев – **Глотова Маргарита Игоревна** - хореограф Спортивного Клуба "Школа Ольги Капрановой".

#### **Вторая смена:**

**Капранова Ольга Сергеевна** – Заслуженный мастер спорта, десятикратная Чемпионка мира, Президент Ассоциации Спортивных Клубов России;

**Капранова Екатерина Сергеевна** – Мастер спорта международного класса, трехкратная Чемпионка России, директор СК «Школа Ольги Капрановой», директор Ассоциации Спортивных Клубов России;

**Савова Анна Игоревна** – тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

**Котова Анна Александровна** - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

**Ворошилова Анастасия Максимовна** - тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой»;

хореограф, преподаватель танцев – **Глотова Маргарита Игоревна** - хореограф Спортивного Клуба "Школа Ольги Капрановой".

#### **6. Расписание на сборе**

**8.00 – 09.30** – тренировка в зале (разминка, предметная подготовка, круговая тренировка по ОФП, хореография, урок танцев) + гимнастика для взрослых;

**16.00 – 19.00** – тренировка в зале

- хореография
- урок танцев
- разминка
- предметная подготовка
- ОФП
- СФП
- отработка личных программ.



Также на сборе возможна постановка индивидуальных упражнений (по предварительной договоренности за отдельную плату) и индивидуальные тренировки (в рамках общей тренировки).

В последний день каждой смены предполагается отчетный концерт для родителей.

## 7. Возможные варианты размещения:

### Отель Portobello 4\*

| Услуги проживания в курортном отеле Portobello 4* |             |             |              |                |             |                                 |
|---------------------------------------------------|-------------|-------------|--------------|----------------|-------------|---------------------------------|
| Категория номера                                  | Дата заезда | Дата выезда | Кол-во ночей | Тип размещения | Тариф       | Стоимость номера за весь период |
| <b>1 смена:</b>                                   |             |             |              |                |             |                                 |
| Комфорт                                           | 15.06.2026  | 25.06.2026  | 10           | Двухместное    | 12 500 руб. | 125 000 руб.                    |
| Комфорт                                           | 15.06.2026  | 25.06.2026  | 10           | Трехместное    | 15 600 руб. | 156 000 руб.                    |
| Стандарт                                          | 15.06.2026  | 25.06.2026  | 10           | Двухместное    | 12 000 руб. | 120 000 руб.                    |
| Комфорт с террасой                                | 15.06.2026  | 25.06.2026  | 10           | Трехместное    | 14 750 руб. | 147 500 руб.                    |
| Комфорт с террасой                                | 15.06.2026  | 25.06.2026  | 10           | Двухместное    | 13 200 руб. | 132 000 руб.                    |
| <b>2 смена:</b>                                   |             |             |              |                |             |                                 |
| Комфорт                                           | 25.06.2026  | 05.07.2026  | 10           | Двухместное    | 13 000 руб. | 130 000 руб.                    |
| Комфорт                                           | 25.06.2026  | 05.07.2026  | 10           | Трехместное    | 16 100 руб. | 161 000 руб.                    |
| Стандарт                                          | 25.06.2026  | 05.07.2026  | 10           | Двухместное    | 12 500 руб. | 125 000 руб.                    |
| Комфорт с террасой                                | 25.06.2026  | 05.07.2026  | 10           | Трехместное    | 16 900 руб. | 169 000 руб.                    |
| Комфорт с террасой                                | 25.06.2026  | 05.07.2026  | 10           | Двухместное    | 138 00 руб. | 138 000 руб.                    |

В стоимость проживания входит завтрак, обед, ужин (полный пансион).

Бронирование возможно по номеру телефона 8-925-543-81-23 (WA) или на почту [ekasekapr@mail.ru](mailto:ekasekapr@mail.ru)

Оплата за проживание (50% вносится до 10.03.2026 года, 50% вносится до 10.05.2026 года)

Для участников сборов возможен любой другой вариант размещения.

## 8. Стоимость сборов

Стоимость одной смены на 1 гимнастку **22000 рублей;**

стоимость двух смен на 1 гимнастку **40000 рублей;**

стоимость постановки 1 упражнения (по желанию) – **8000 рублей;**

стоимость 1 часа индивидуальной тренировки (только в рамках тренировки 8:00-9:30; 16:00 -19:00) – **2500 рублей.**

## 9. Авиабилеты

Авиабилеты приобретаются самостоятельно до Сочи (**15.06** – день приезда на сборы, **25.06** - день отъезда со сборов; **25.06** – день приезда на сборы, **05.07** - день отъезда со



сборов;)

#### **10. Трансфер**

Трансфер заказывается самостоятельно. Также возможен заказ группового трансфера при наборе группы.

#### **11. Условия посещения сбора**

Каждая гимнастка обязана предоставить на сбор следующие документы: заявку на участие в сборе с подписью личного тренера и подтверждением допуска врача на каждую участницу сбора.

Посещение сбора возможно как с родителями, семьями, также возможна самостоятельная отправка ребенка на сборы без родителей с тренерами Спортивного Клуба.

Предварительные заявки с указанием общего количества гимнасток принимаются до 01 июня 2026 года.

#### **12. Порядок оплаты**

Тренировочный сбор оплачивается по приезду на сборы 15.06 или 25.06 куратору сбора.

#### **13. Подача заявок на сборы**

Заявки на сборы подаются по номеру телефона: **8-925-543-81-23** (Tg) или на электронную почту: [ekasekapr@mail.ru](mailto:ekasekapr@mail.ru).

По всем возникающим вопросам возможно писать на электронную почту или звонить по указанному телефону.

**Данное положение является официальным вызовом на тренировочный сбор.**