

Новый набор в Спортивный Клуб «Школа Ольги Капрановой» на 2023 – 2024 учебный год:  
отделение ЗВЕНИГОРОД

Расписание тренировок	Место проведения тренировок	Пробный урок	Номер группы	Стоимость абонемента в месяц	Тренер	Регалии тренера
вторник, четверг 18.00 – 19.30 суббота 10.00 – 11.30	Звенигород ул. Московская, 47, СК «Звезда»	2 сентября в 10.00	группа № 12	7000 рублей	Савова Анна Игоревна	Работает тренером в Спортивном Клубе «Школа Ольги Капрановой» с 2015 года. Мастер спорта России по художественной гимнастике. Неоднократный призер международных турниров по художественной гимнастике. Судья первой категории. Тренер первой категории. Входит в первую тройку рейтинга тренеров Спортивного Клуба "Школа Ольги Капрановой"

**Ждем всех гимнасток и их родителей по расписанию пробного урока.**

На пробной тренировке тренер Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой» познакомит детей с основами художественной гимнастики в игровой форме.

Основная задача занятия ➔ привить интерес к гимнастике, чтобы ребенок начал ходить с удовольствием. Занятия проходят в игровой форме.

**Занятия включают в себя:**



растяжку

акробатику

танцевальные занятия

работу с предметами гимнастики

занятия по физической подготовке

постановку и отработку программ

**Все гимнастки Спортивного Клуба «Школа Ольги Капрановой» участвуют в официальных соревнованиях Москвы и Московской области, выполняют спортивные разряды, согласно возрасту и классификации, подтверждают действующие разряды.**



**Важная информация:**

- На пробный урок иметь футболку, шорты или купальник в черно-белой гамме, белые носки, сменную обувь (для входа в зал).
- Хотим обратить ваше внимание, что все занятия в Спортивном Клубе проводятся без родителей! При малейшем волнении ребенка тренер пригласит родителя, чтобы ребенок почувствовал себя комфортно и смог продолжить знакомство с гимнастикой.
- После пробного урока состоится собрание для родителей, на котором директор Клуба и тренер группы расскажут всю необходимую информацию о занятиях в Клубе и ответят на все вопросы родителей.

После пробного урока гимнасток ожидают памятные подарки с символикой Клуба.