

УТВЕРЖДАЮ
Председатель Рязанского областного
регионального отделения ОФ-СОО
«Всероссийская федерация самбо»



Г.В. Трушина

» _____ 2022 г.

ПОЛОЖЕНИЕ **о проведении учебно-тренировочных сборов**

1. Цели и задачи

Учебно-тренировочные сборы проводятся в целях:

- повышения уровня спортивного мастерства занимающихся;
- улучшения спортивной формы занимающихся, повышения уровня функциональной и физической подготовленности;
- подготовка спортсменов к предстоящим соревнованиям по самбо;
- повышение тактико-технического мастерства, совершенствование индивидуальной техники;
- укрепление дружественных связей между спортсменами и тренерами, формирование благоприятного психологического климата среди занимающихся.

2. Сроки и место проведения

2.1. Сборы проводятся в срок: с **06.01.2023 г.** по **08.01.2023 г.**

3. Руководство сборами

3.1. Руководство подготовкой и проведением сборов осуществляется ГАУ РО «СШОР «Родной край-Спорт».

3.2. Непосредственное руководство возлагается на тренера – Савельева Е.А.

4. Участники сборов

4.1. Квалификация и возраст участников: к участию в УТС допускаются спортсмены 2007-2009 г.р., прошедшие медицинский осмотр и допущенные до прохождения учебно-тренировочных сборов без ограничения по уровню спортивной подготовки.

4.2. Предварительные заявки на участие в УТС подаются до 19 декабря 2022 г. по электронной почте: **zayavki@rksport.ru**

4.3. Стоимость проживания и питания – от **1 500 до 1 800 руб./сут.**

Контактный телефон гостиницы: **8-920-961-59-59 – Ковалева Екатерина.**

5. Организация сборов

5.1. Расписание занятий:

С 06 января по 08 января:

1 тренировка 10:00-12:00

2 тренировка 17:00-19:00

5.2. Планы учебно-тренировочных занятий прилагаются (приложение №1)

6. Финансирование проведения сборов

6.1. Проезд к месту сборов и обратно, питание, обеспечение экипировкой и размещение участников за счет командующих организаций, затраты на организацию проведения ТС несет ГАУ РО «СШОР «Родной край-Спорт».

**План проведения учебно-тренировочных мероприятий
г. Рязань, ГАУ РО «СШОР «Родной край-Спорт», с 06 по 08 января 2023 года.**

<p>06 января <u>пятница</u></p> <p>Приезд команд</p> <p><u>Вечерняя тренировка</u> 17:00-19:00 4*4` партер 4*4` стойка</p>	<p>07 января <u>суббота</u></p> <p><u>Утренняя тренировка</u> 10:00 – 12:00 3*4` партер 5*4` стойка</p> <p><u>Вечерняя тренировка</u> 17:00-19:00 3*4` партер 6*4` стойка</p>	<p>08 января <u>воскресенье</u></p> <p><u>Утренняя тренировка</u> 10:00 – 12:00 3*4` партер 5*4` стойка</p> <p><u>Отъезд команд</u></p>
---	--	--

Директор ГАУ РО «СШОР «Родной край – Спорт»



А.А. Черносвитов