



Общественная организация

«Московский областной центр Ашихара–каратэ»

Свидетельство о регистрации № 2317 от 24.09.1998 г. Министерство юстиции РФ, ОГРН 102500005205, ИНН5054008090, КПП505401001

Россия, 141092, Московская область, г. Юбилейный, ул. Пушкинская 21-66, тел. (495) 515-79-23, E-mail: ippon@orc.ru, www.ashihara-karate.ru

«Утверждаю»

Руководитель Московского областного центра
Ашихара-каратэ

Астанин В.В.

Положение

о проведении зимнего учебно-тренировочного лагеря Московского областного центра Ашихара-каратэ

Цели и задачи.

- 1.Повышение стилевой квалификации инструкторов Ашихара-каратэ.
- 2.Подготовка судей по кумитэ и ката.
- 3.Решение организационных вопросов.

Место проведения лагеря: Учебно-тренировочный лагерь проводится на базе пансионата «Салют», который расположен в экологически чистом лесном массиве на берегу реки Скалба Пушкинского района Московской области. Проживание в номерах, состоящих из 2-х комнат со всеми удобствами в блоке. Комнаты рассчитаны на 2 или 3 человека.

Сроки и план проведения:

30.01.15г. (пятница) – заезд участников лагеря после 18.00 (ужин), с 20.00 до 21.30 тренировка.

31.01.15г.(суббота) и 01.02.15г.(воскресенье) – учебно–тренировочные семинары (тренировки: с 8.00 до 8.40, с 10.30 до 13.30, с 16.00 до 18.30, с 20.00 до 21.30 в субботу; с 8.00 до 8.40 и с 10.30 до 13.30 в воскресенье).

01.02.15г. (воскресенье) – завтрак и обед (отъезд после 18.00).

Распорядок дня будет уточнен накануне заезда. В распорядок дня будут включены - прием пищи, тренировки, семинары и совещания.

В программе лагеря :

- Ката Ашихара-каратэ;
- Спортивная техника Ашихара-каратэ;
- Боевая техника Ашихара-каратэ;
- Судейский семинар;
- Проведение «открытого ринга» среди участников лагеря;

Стоимость проживания (2 суток), питания и семинаров – 3700 рублей.

Примечание 1. Все расчеты только в российских рублях.

Примечание 2. Заявка для участия в лагере должна быть подана по одному из нижеперечисленных адресов не позднее 10 декабря 2014г. Все вопросы по встрече и размещению направлять коменданту - Дееву Юрию Алексеевичу заранее.

Предварительно забронировано 70 мест. Участники, подавшие заявки после 10 декабря 2014 г. будут размещаться только при наличии свободных мест в пансионате.

Примечание 3. Привезти с собой:

1. Трапеции (лапы) для отработки ударов и защиты при выполнении ката (1 шт.).
2. Щитки на голень с язычком.
3. Мягкие накладки на руки для безопасной работы руками в голову и корпус.
4. Боксерские перчатки для тренировок по правилам К1 (по желанию).
5. 2 палки (70 см), макет ножа для ножевого боя, тактические очки.

Вопросы и заявки направлять по адресу:

Деев Юрий Алексеевич nidan67@mail.ru 8-903-791-03-44

Астанин Виталий Вениаминович irpon@orc.ru

Проезд:

электричкой – от Ярославского вокзала до станции Пушкино, далее автобус или маршрутное такси №28 до конечной остановки д.Костино;

автомобилем – от МКАД по Ярославскому шоссе по направлению на Сергиево-Посад 22 км, поворот направо (указатель «Правда, Тишково, Костино»), далее до проходной оздоровительного комплекса «Зеленый городок».

Участие инструкторов Московского областного центра обязательно!

Приложение 1

Заявка на участие
в зимнем учебно-тренировочном лагере 2014 г.
(пансионат "Салют", г. Пушкино, Московская область)

№ п/п	ФИО	квалификация	Дата рождения	тренер
1.	Деев Юрий	3 Дан	21.12.67	В.В.Астанин