

ПОЛОЖЕНИЕ
О проведении Открытого тренировочного лагеря по
дзюдо
среди спортсменов старше 17 лет.
21-25 августа 2017 года.

I. Цели и задачи

1. Популяризация борьбы дзюдо.
2. Повышение мастерства спортсменов.
3. Пропаганда здорового образа жизни.
4. Укрепление дружественных связей.

II. Руководство тренировочного лагеря

Вице-президент ФДМ: - Кузнецов Дмитрий Валерьевич
Исполнительный директор ФДМ: - Каплин Владимир Николаевич
Старший тренер ФДМ: - Кабанов Дмитрий Борисович

III. Участники

К участию в тренировочном мероприятии допускаются спортсмены 2001 года рождения и старше имеющие спортивное звание КМС и выше. Форма одежды кимоно белого или синего цвета. Спортсмены **ОБЯЗАНЫ** иметь медицинский допуск (под ответственность личных тренеров). Заявки на участие (ФИО, год рождения, весовая категория, клуб, тренер) присылать на почту d.b.kabanov@bk.ru. **Спортсмены без заявки на сбор допускаться не будут!**

IV. Сроки и место проведения

Тренировочное мероприятие проводится **21-25 августа 2017 г.** в Олимпийской деревни – 80.
Адрес: город Москва, Мичуринский проспект дом 2, СК Олимпийской деревни-80.
Проезд от станций метро «Юго-Западная» до остановки Центр моды «Люкс»
Автобусы: 227, 667.

V. Дополнения

Для обеспечения проживания и питания требуется в срок **до 11 августа 2017 года** прислать точный ответ по количеству спортсменов и тренеров приезжих команд.

Телефон для справок: 8(965)130-43-44 - Кабанов Дмитрий Борисович
8(916)303-30-88 - Каплин Владимир Николаевич

ПРОГРАММА ТРЕНИРОВОК ПО ДЗЮДО НА БАЗЕ ОЛИМПИЙСКОЙ ДЕРЕВНИ

21 августа	22 августа	23 августа	24 августа	25 августа
11:00	11:00	ОТДЫХ	11:00	11:00
10 мин. - Разминка 5 мин. - Учиками 3х3 - партер 6х5 - стойка	10 мин. - Разминка 5 мин. - Учиками 3х3 - партер 6х5 - стойка		10 мин. - Разминка 5 мин. - Учиками 2х3 - партер 8х5 - стойка	Командные встречи по 7 человек
17:00	17:00		17:00	17:00
10 мин. - Разминка 5 мин. - Учиками 2х3 - партер 7х5 - стойка	10 мин. - Разминка 5 мин. - Учиками Борьба в 4-ах до 10 побед.		10 мин. - Разминка 5 мин. - Учиками 3х3 - партер 6х5 - стойка	10 мин. - Разминка 5 мин. - Учиками 3х3 - партер 6х5 - стойка