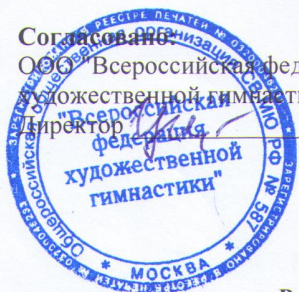
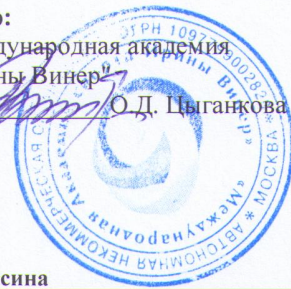


Согласовано:
 ООО "Всероссийская федерация
 художественной гимнастики"
 директор И.И. Царева



Утверждаю:
 АНО "Международная академия
 спорта Ирины Винер"
 директор О.Д. Цыганкова

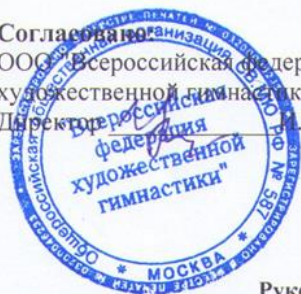


**I смена 12 июня 2016 года - 19 июня 2016 года. ОФП, ГНП.
 Руководитель - заслуженный мастер спорта России Вера Валерьевна Сесина**

Дни/Часы	Содержание занятий	Ак. час	Фамилия, имя /подпись преподавателя
13.06.2016			
10.00-10.45	Мастер-класс	1	Сесина Вера Валерьевна
11.00-12.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Шмелева Карина Андреевна
11.00-12.00 (2 п/гр)	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Татаурова Яна Максимовна, Бравикова Юлия Юрьевна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Шмелева Карина Андреевна
15.00-16.00 (1 п/гр)	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Татаурова Яна Максимовна
16.00-17.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
14.06.2016			
10.00-11.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	1	Захарова Марина Валентиновна, Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
11.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Классификационная программа	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
16.00-17.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
15.06.2016			
10.00-11.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Шмелева Карина Андреевна
10.00-11.00 (2 п/гр)	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Татаурова Яна Максимовна
11.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Шмелева Карина Андреевна
15.00-16.00 (1 п/гр)	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Татаурова Яна Максимовна
16.00-17.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
16.06.2016			
10.00-11.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	1	Захарова Марина Валентиновна, Сесина Вера Валерьевна, Шмелева Карина Андреевна, Татаурова Яна Максимовна, Бравикова Юлия Юрьевна
11.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Классификационная программа	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
16.00-17.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
17.06.2016			
10.00-12.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	2	Захарова Марина Валентиновна
10.00-12.00 (2 п/гр)	Классификационная программа	2	Татаурова Яна Максимовна, Бравикова Юлия Юрьевна
12.00-13.00	Тренировочные элементы	2	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		

15.00-16.00 (1 п/гр)	Классификационная программа	1	Сесина Вера Валерьевна
15.00-16.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Шмелева Карина Андреевна
16.00-17.00	Классификационная программа	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
18.06.2016			
10.00-11.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	1	Захарова Марина Валентиновна
11.00-13.00	Классификационная программа	2	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-18.00	Классификационная программа, показательные выступления	3	Сесина Вера Валерьевна, Шмелева Карина Андреевна, Татаурова Яна Максимовна, Захарова Марина Валентиновна, Бравикова Юлия Юрьевна

Согласовано
ООС «Всероссийская федерация
художественной гимнастики»
Директор О.И. Царева



Утверждаю:
АНО "Международная академия
спорта Ирины Винер"
Директор О.Д. Цыганкова



I смена 12 июня 2016 года - 19 июня 2016 года. ГСП
Руководитель - заслуженный мастер спорта России Вера Валерьевна Сесина

Дни/Часы	Содержание занятий	Ак. час	Фамилия, имя /подпись преподавателя
13.06.2016			
10.00-10.45	Мастер-класс	1	Сесина Вера Валерьевна, Шмелева Карина Андреевна, Татаурова Яна Максимовна, Бравикова Юлия Юрьевна
11.00-12.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Захарова Марина Валентиновна
11.00-12.00 (2 п/гр)	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Сесина Вера Валерьевна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Захарова Марина Валентиновна
15.00-16.00 (1 п/гр)	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Сесина Вера Валерьевна, Бравикова Юля Юрьевна
16.00-18.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
14.06.2016			
10.00-12.00	Классификационная программа	2	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	1	Захарова Марина Валентиновна
16.00-18.00	Тренировочные элементы	2	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
15.06.2016			
10.00-11.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Захарова Марина Валентиновна
10.00-11.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Сесина Вера Валерьевна, Бравикова Юлия Юрьевна
11.00-13.00	Классификационная программа	2	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	1	Захарова Марина Валентиновна
15.00-16.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Сесина Вера Валерьевна, Бравикова Юлия Юрьевна
16.00-18.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	2	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
16.06.2016			
10.00-12.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	2	Захарова Марина Валентиновна, Сесина Вера Валерьевна, Шмелева Карина Андреевна, Татаурова Яна Максимовна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-18.00	Классификационная программа	3	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
17.06.2016			
10.00-12.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	2	Шмелева Карина Андреевна
10.00-12.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Сесина Вера Валерьевна
12.00-13.00	Тренировочные элементы	1	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-17.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	2	Захарова Марина Валентиновна

15.00-17.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Татаурова Яна Максимовна, Бравикова Юлия Юрьевна
17.00-18.00	Тренировочные элементы	1	Шмелева Карина Андреевна, Бравикова Юлия Юрьевна
18.06.2016			
10.00-13.00	Классификационная программа	3	Сесина Вера Валерьевна, Татаурова Яна Максимовна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-18.00	Классификационная программа , тренировочные элементы. Показательные выступления	3	Сесина Вера Валерьевна, Шмелева Карина Андреевна, Татаурова Яна Максимовна, Захарова Марина Валентиновна, Бравикова Юлия Юрьевна