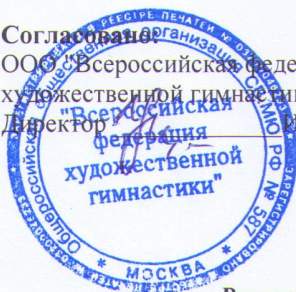
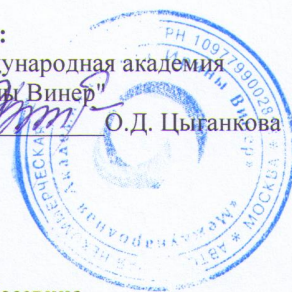


Согласовано:
 ООО "Всероссийская федерация
 художественной гимнастики"
 Директор М.И. Царева



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



2 смена 20 июня 2016 года - 25 июня 2016 года. ОФП, ГНП.
 Руководитель - заслуженный мастер спорта России Елена Александровна Посевина

Дни/Часы	Содержание занятий	Ак. час	Фамилия, имя /подпись преподавателя
20.06.2016			
10.00-10.45	Мастер-класс	1	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
11.00-12.00	Техническая подготовка: хореография (историко-бытовой танец)	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Посевина Елена Александровна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
16.00-17.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
21.06.2016			
10.00-11.00	Техническая подготовка: характерная хореография (классический экзерсис)	1	Захарова Марина Валентиновна
11.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Посевина Елена Александровна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Классификационная программа	1	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна
16.00-17.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Пухова Анастасия Игоревна
22.06.2016			
10.00-11.00	Техническая подготовка: хореография (историко-бытовой танец)	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
11.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Посевина Елена Александровна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
16.00-17.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
23.06.2016			
10.00-11.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	1	Захарова Марина Валентиновна, Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
11.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Классификационная программа	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
16.00-17.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
24.06.2016			
10.00-12.00	Техническая подготовка: хореография (историко-бытовой танец)	2	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
12.00-13.00	Тренировочные элементы	2	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-17.00	Классификационная программа	1	Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна

25.06.2016

10.00-11.00	Техническая подготовка: характерная хореография (классический экзерсис)	1	Захарова Марина Валентиновна
11.00-13.00	Классификационная программа	2	Пухова Анастасия Игоревна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-18.00	Классификационная программа, показательные выступления	3	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна, Захарова Марина Валентиновна, Бравикова Юлия Юрьевна



Составлено:
 ООО "Всероссийская федерация
 художественной гимнастики"
 Директор М.И. Царева

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



2 смена 20 июня 2016 года - 25 июня 2016 года. ГСП
 Руководитель - заслуженный мастер спорта России Елена Александровна Посевина

Дни/Часы	Содержание занятий	Ак. час	Фамилия, имя /подпись преподавателя
20.06.2016			
10.00-10.45	Мастер-класс	1	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна, 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	Посевина Елена Александровна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Пухова Анастасия Игоревна
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	Посевина Елена Александровна
16.00-18.00	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна (с 17.00)
21.06.2016			
10.00-12.00	Классификационная программа	2	Посевина Елена Александровна (до 11.00), Пухова Анастасия Игоревна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Пухова Анастасия Игоревна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-16.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	1	Захарова Марина Валентиновна, Бравикова Юлия Юрьевна
16.00-18.00	Тренировочные элементы	2	Посевина Елена Александровна, Бравикова Юлия Юрьевна, Пухова Анастасия Игоревна (с 17.00)
22.06.2016			
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	Посевина Елена Александровна
11.00-13.00	Классификационная программа	2	Пухова Анастасия Игоревна
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	Посевина Елена Александровна
16.00-18.00	Физическая подготовка (партер, акробатика)	2	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна (с 17.00)
23.06.2016			
10.00-12.00	Техническая подготовка: характерная хореография (историко-бытовой танец)	2	Захарова Марина Валентиновна, Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна
12.00-13.00	Техническая подготовка (трудности тела)	1	Посевина Елена Александровна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-18.00	Классификационная программа	3	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна (с 17.00)
24.06.2016			
10.00-12.00 (1 п/гр)	Техническая подготовка: хореография (классический экзерсис)	2	Захарова Марина Валентиновна
10.00-12.00 (2 п/гр)	Техническая подготовка (трудности тела)	2	Посевина Елена Александровна
12.00-13.00	Тренировочные элементы	1	Посевина Елена Александровна
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	Посевина Елена Александровна
17.00-18.00	Тренировочные элементы	1	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна

25.06.2016

10.00-13.00	Классификационная программа	3	Посевина Елена Александровна, Бравикова Юлия Юрьевна
13.00-15.00	Обед, отдых		
15.00-18.00	Классификационная программа , тренировочные элементы. Показательные выступления	3	Посевина Елена Александровна, Пухова Анастасия Игоревна, Бравикова Юлия Юрьевна, Захарова Марина Валентиновна