**ФЕДЕРАЦИЯ КЁКУСИНКАЙ КРЫМА**

*e-mail:* [*ggm\_on@mail.ru*](mailto:ggm_on@mail.ru)*, тел. 8 (878) 800-70-99*

**КРЫМ СУДАК 2023**

*под руководством Заслуженного мастера спорта России,*

*шихана Горохова А.Ю. 6 дан (Нижний Новгород*)

***ПРИГЛАШЕНИЕ***

1. **Цели и задачи Летней школы ФКК-2023**

В соответствии с календарным планом мероприятий ФКК на 2023 год настоящая школа проводится Федерацией Кёкусинкай Крыма в два этапа в периоды с 09.06.2023 по 15.06.2023 гг. и с 07.08.2023 по 15.08.2023 гг. в городе Судак Республики Крым: Боевая подготовка под руководством Заслуженного мастера спорта России - шихана Алексея Горохова (6 дан, Нижний Новгород), техническая подготовка ( кихон) под руководством шихана Алексея Бахтурова ( 6 дан, Волгоград), работа с оружием под руководством шихана Анатолия Криводедова ( 5 дан, Мурманск )

1. **Участники Летней Школы ФКК-2023**

В Летней школе могут принять участие все желающие со стилевой квалификацией с 10 кю, руководители региональных организаций ФКР, ведущие инструкторы, судьи, рефери, члены сборных команд по ката и кумите.

1. **Место и время проведения Летней Школы ФКК-2023**

Летняя школа проводится в городе Судак Республики Крым на базе отдыха «Полдень»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | День заезда | День отъезда |
| **Первая Летняя Школа ФКК-2023** | 9 июня 2023 года | 15 июня 2023 года |
| **Вторая Летняя Школа ФКК-2023** | 7 августа 2023 года | 15 августа 2023 года |

1. **Финансовая дисциплина**

- стоимость сборов, включая трехразовое питание и проживание в комфортабельных номерах 2-х и 4-х (все удобства: ТВ, холодильник);

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Первая Летняя Школа ФКК-2023** | 6 дней | 12 000 RUB |
| **Вторая Летняя Школа ФКК-2023** | 8 дней | 16 000 RUB |

- оплата аттестационного экзамена производится в соответствии c утвержденными расценками;

- стоимость дороги до города Судак и обратно – за счет командирующих организаций.

1. **Специальная информация**

- Организация Летней Школы ФКК-2023 возлагается на председателя КРОО ФКК Геннадия Гуркина (1 дан);

- База отдыха «Полдень» находится в городе Судак Республики Крым;

- Тренировки будут проходить в спортивном зале, на улице, на берегу Черного моря, а также в горах;

- Участникам сборов при себе иметь: кимоно, защитное снаряжение, кроссовки, одежду для занятий на улице;

- В свободное время для участников Школы будут организованы развлекательные мероприятия, отдых на курорте города Судак и различные экскурсии в Крыму.

(распорядок дня в Приложении 1)

1. **Встреча участников Школы**

Встреча участников школы будет организована 09.06.2023 года с 9:00 до 19:00 и 07.08.2023 года с 9:00 до 19:00 на ЖД вокзале поселка Владиславовка (для участников с материка) и также встреча на базе отдыха «Полдень» с 9:00 до 22:00.

**Примечание:**

По всем интересующим вас вопросам обращаться:

*Гуркин Геннадий, тел. 8 (978) 800-70-99, e-mail:* [*ggm\_on@mail.ru*](mailto:ggm_on@mail.ru)

**Настоящее положение является основанием для командировочных документов.**

**Родители и родственники участников УТС приглашаются и принимают участие на общих условиях.**

***ПРИЛОЖЕНИЕ 1***

**РАСПОРЯДОК РАБОТЫ ЛЕТНЕЙ ШКОЛЫ ФКК-2023**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Первая Летняя Школа ФКК-2023** | | |
| **9 июня 2023** (день заезда) | 19:30-20:30 | Ужин |
|  | 21:00-21:30 | Общее собрание |
| **10 июня 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Экскурсия в Генуэзкую крепость |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **11 июня 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Экскурсия в заповедник Алчак |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **12 июня 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:00 – 17:30 | Экскурсия в заповедник Новый свет |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **13 июня 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Экскурсия в заповедник Меганом |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **14 июня 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Бахтурова А.В. |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Пешая экскурсия на гору Ай-Георгий |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Бахтурова А.В. |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **15 июня 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 07:30 | Утренняя зарядка |
|  | 08:00 – 09:00 | Завтрак |
|  | 10:00 – 13:30 | Аттестация |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 16:00 – 22:00 | Отъезд |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вторая Летняя Школа ФКК-2023** | | |
| **7 августа 2023**  (день заезда) | 19:30-20:30 | Ужин |
|  | 21:00-21:30 | Общее собрание |
| **8 августа 2023** (день отдыха после приезда) | 08:00 | Подъем |
| 08:30-09:30 | Завтрак |
| 10:00 – 12:00 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
| 12:00 – 13:00 | Бассейн |
| 13:30 – 14:30 | Обед |
| 15:00 – 17:00 | Экскурсия в Генуэзскую крепость |
| 17:30 – 18:30 | Вечерняя адаптивная тренировка |
| 19:00 – 20:00 | Ужин |
| 20:00 – 22:00 | Выход в город на набережную |
| 22:00 | Отбой |
| **9 августа 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Экскурсия в заповедник Алчак |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **10 августа 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:00 – 17:30 | Экскурсия в заповедник Новый свет |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **11 августа 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Экскурсия в заповедник Меганом |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Горохова А.Ю. |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **12 августа 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Криводедова А.В. (работа с оружием нунчаки, бо,тонфа.) |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Пешая экскурсия на гору Ай-Георгий |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Криводедова А.В. (работа с оружием нунчаки, бо,тонфа.) |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **13 августа 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:30 | Утренняя тренировка под руководством шихана Криводедова А.В. (работа с оружием нунчаки,бо,тонфа) |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Катание на бананах |
|  | 18:00 – 19:30 | Вечерняя тренировка под руководством шихана Криводедова А.В. (работа с оружием нунчаки, бо,тонфа) |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **14 августа 2023** (день отдыха) | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 08:00 | Утренняя зарядка |
|  | 09:00 – 10:00 | Завтрак |
|  | 10:30 – 12:30 | Солнечные ванны на загородных пляжах города Судак |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 15:30 – 17:30 | Экскурсия в сафари парк «Тайган» |
|  | 18:00 – 19:30 | Футбол |
|  | 20:00 – 21:00 | Ужин |
|  | 21:00 – 22:00 | Личное время |
|  | 22:00 | Отбой |
| **15 августа 2023** | 6:30 | Подъем |
|  | 07:00 – 07:30 | Утренняя зарядка |
|  | 08:00 – 09:00 | Завтрак |
|  | 10:00 – 13:30 | Отдых на пляже города |
|  | 13:00 – 13:30 | Бассейн |
|  | 14:00 – 15:00 | Обед |
|  | 16:00 – 22:00 | Отъезд |

Орг. Комитет