

«УТВЕРЖДАЮ»

ПРЕЗИДЕНТ

**МООО «Федерация Тхэквондо
Московской области»**



Г.Г. Магомедов

«19 декабря 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении учебно-тренировочного мероприятия по
Тхэквондо (ВТФ)**

07 - 19 декабря 2025 года

PIONEER

**МО., п. Покровское
2025 год**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения учебно-тренировочного мероприятия (далее – УТМ) по тхэквондо (ВТФ).

Основной целью УТМ является подготовка спортсменов к соревновательному сезону 2026 года.

Организатор сбора: Московская областная общественная организация "Федерация тхэквондо ВТФ Московской области".

Дата проведения: 07 – 19 декабря 2025 года.

Заезд и размещение: 07 декабря с 17:00.

День отъезда: 19 декабря.

Место проведения: Московская область, Одинцовский г.о., п. Покровское, Парк отель Покровское.

Тренировочный процесс будет проходить в специализированном зале.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Повышение технико-тактической подготовки спортсменов.

Разработка предварительной физической подготовки (выносливость, сила).

Совершенствование тактических действий в соревновательной модели.

Обмен опытом и укрепление дружеских отношений.

Развитие специальной выносливости, скоростно-силовых качеств и гибкости.

Подготовка к соревновательному сезону 2026 г.

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ УТМ

Общее руководство подготовкой и проведением учебно-тренировочного мероприятия осуществляется МООО «Федерацией тхэквондо Московской области» . Организация проведение учебно-тренировочного мероприятия возлагается на МООО «Федерация тхэквондо Московской области».

Проведение учебно-тренировочного мероприятия возлагается на Шабазова А.Х., Заслуженный тренер России, тренер спортивной сборной команды России по тхэквондо ВТФ по юниорам и юниоркам 15-17 лет.

4. РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Учебно-тренировочный процесс проводится два раза в день согласно следующему распорядку:

07:00 – 07:30 - Подъем, утренние процедуры

07:30 – 08:30 - Утренняя зарядка (легкая пробежка, ОФП, СБУ)

08:30 – 09:30 - Завтрак

10:00 – 12:30 - Утренняя тренировка

13:00 – 14:00 - Обед

14:00 – 16:00 - Время для отдыха, восстановления

17:00 – 19:00 - Дневная тренировка: Специальная физическая подготовка, спарринги, работа на снарядах

19:00 – 20:00 - Ужин

20:30 – 21:00 - Собрание

22:30 - Отбой

Расписание является примерным и может быть скорректировано тренерским штабом в зависимости от плана подготовки.

5. СУДЕЙСКИЙ СЕМИНАР

17 декабря:

Теоретическое занятие по правилам ведения поединка для тренеров и спортсменов участников ТМ с 09:00-10:00, 10:00-12:00 практическое занятие по правилам ведения поединка с применением электронной системы.

19 декабря:

Судейский семинар для спортсменов и тренеров

Семинар проводит председатель судейской коллегии СТР: Хегай Андрей Владимирович.

6. ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ

Расходы, связанные с организацией и проведением УТМ возлагается на МООО «Федерацию тхэквондо Московской области»

Все расходы по командированию команд за счёт командирующих организаций.

7. ЗАЯВКИ

Для участия в УТМ не обходимо до 1 декабря 2025 года направить предварительную заявку на электронную почту khochbarnur123@gmail.com. Ответственный за размещение, питание и логистику Нурмагомедов Хочбар Ханавович +7(985) 150-05-35

Спортсмены должны иметь при себе:

Договор (оферту) об оказании услуг, подписанный родителем (законным представителем).

Оригинал свидетельства о рождении или паспорта.

Полис ОМС.

Всю необходимую спортивную экипировку: добок (форму), шлем, жилет, футы, перчатки, капу, бандаж (раковина), накладки на голень и предплечья, макивары, ракетки, прыгалки, беговую форму.

Данное положение является официальным приглашением на участие в тренировочных мероприятиях