****



|  |  |
| --- | --- |
|  www.alpikasky.ru |  www.ski-school.ru |

|  |
| --- |
|  **г. Москва****15 - 17 мая 2018г.****ПРАКТИЧЕСКИЙ СЕМИНАР**.**«Круглогодичная тренировка горнолыжников с использованием тренажера-симулятора»**Приглашаются: Инструкторы по горным лыжам и сноубордингу***Организатор*:** Спортивный клуб «АЛЬПИКА SKY»***Соорганизаторы:*** Учебный Центр Федерации горнолыжного спорта и сноуборда России.- Федеральное государственное бюджетное учреждение ''Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации Федерального медико-биологического агентства''**Место проведения:** Москва, мкрн. Северное Чертаново.Контактный телефон: (495) 369-00-11Стоимость участия в семинаре, составляет 1 200 рублей. |

 ***ПРОГРАММА:***

**15.04.2018г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Время* | *мероприятие* | *Докладчик* | *Тема, содержание* |
| 11-00 | аккредитация участников |  |  |
| 11-30 |  | Данилин В.И. тренер-преподаватель по горным лыжам, эксперт.Игнатьев В.Е. инструктор методист клуба Альпика SKY | **О технике катания на горных лыжах.** **Травматизм на склонах** |
|  |  |  | - Начальный уровень обучения техники катания на горных лыжах |
|  |  |  | Причины и факторы травматизма при катании на горных лыжах. |
|  |  |  | - Базовый уровень техники катания на горных лыжах. |
|  |  |  | - Совершенствование техники катания на горных лыжах. |
|  |  |  |  |
| 13-00 | обсуждения, вопросы/ответы |  | С использованием тренажера симулятора |
| 13-30 | Подведение итогов первого дня катания |  |  |

**16.04.2018г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Время* | *мероприятие* | *докладчик* | *Тема, содержание* |
| 11-15 | сбор участников |  |  |
| 11-30 |  | Доктор медицинских наук, профессор Долгов И. М.  | **Современные инновационные методы диагностики нагрузок** |
|  |  |   | - Виды травматизма, возрастная корреляция.  |
|  |  |  | - Индивидуальная коррекция тренировочных программ. |
| 13-00 | обсуждения, вопросы/ответы |  | С использованием тренажера симулятора |
| 13-15 | перерыв |  |  |
| 13-30 | Мастер – класс с использованием горнолыжных тренажеров и тренажера-симулятора SKYTECHSPORT и SKI-PRO.  | Саховаров В.Игнатьев В. |  |
| 15-00 | Подведение итогов |  |  |

**17.04.2018г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Время* | *мероприятие* | *докладчик* | *Тема, содержание* |
| 11-15 | сбор участников |  |  |
| 11-30 |  | Данилин В.И.Игнатьев В.Е.Саховаров В.А. | **Особенности тренировочного процесса в межсезонье на горнолыжных тренажерах и тренажере - симуляторе** |
|  |  |  | Анализ использования тренажеров в тренировочном процессе спортсменов и любителей. |
| 13-00 | обсуждения, вопросы/ответы |  | С использованием тренажера симулятора |
| 13-15 | перерыв |  |  |
| 13-30 |  | Саховаров В.Игнатьев В. | Мастер – класс с применением тренажеров-симуляторов SKYTECHSPORT и SKI-PRO.  |
| 15-00 | Подведение итога семинара |  |  |

Участие в семинаре по предварительной записи, количество участников ограничено в веду ограниченного помещения.

Телефон: +7 (495) 369-00-11

Эл адрес: ALPIKA SKY <info@alpikasky.ru>