Программа:

 7.04(пятница) – тренировки с 9.00-21.00 (14-15.00 перерыв).

10.04 ( понедельник ) - тренировки с 9.00-21.00 (14.-15.00- перерыв).

 11.04 ( вторник) – тренировки с 9.00-21.00(14-15.00- перерыв).

12.04 ( среда) тренировки с 9.00-21.00 (14.-15.00 -перерыв).

13.04(четверг) – тренировки с 9.00-21.00(14.-15.00- перерыв).

14.04( пятница) – тренировки с 9.00-20.00(14.-15.00 перерыв).

15.04- Соревнования по конкуру . Возможна помощь на разминке (по договоренности).

Внимание!!! 8.04 в субботу и 9.04 в воскресенье - теоретические занятия с Михаилом Сафроновым. Тема - конкур, подготовка к соревнованиям.

8.04, 9.04, 11.04- занятия по спортивной психологии со спортивным психологом - Тимуром Султановым ( подробнее сморите сайт http://timursultanov.ru/ <https://vk.com/sportspsychologist>) К участию приглашаются спортсмены, тренеры, а также родители юных спортсменов.

Стоимость:

 1) основной состав сборной ЛО-конкур ( юноши)- БЕСПЛАТНО , 1 лошадь - участие и постой. Участие второй лошади - 10.000 руб +постой.

2) для членов сборной команды ЛО -тренеры , спортсмены - 15.000 + постой.

 3) остальные участники, не входящие в состав сборной команды ЛО - 18.000+ постой. Стоимость постоя лошади 1000р/ день - без кормов.

Участие в теоретических занятиях - бесплатно, для участников УТС и тренирующихся в рамках УТС! Количество мест ограничено! Записывайтесь заранее, для коррекции времени Ваших тренировок!

Конкур – один из самых ярких видов конного спорта. Для победы требуется смелость и решительность, высокий уровень управления лошадью и способность управлять не только своими эмоциональными состояниями, но и состояниями лошади, быть первым и ведущим номером в системе лошадь-спортсмен.

Ведущий – Тимур Султанов, практикующий спортивный психолог, кандидат психологических наук http://timursultanov.ru/ https://vk.com/sportspsychologist

Краткое содержание программы тренинга:

- психодиагностика (индивидуальная и групповая);

- обучение помогающим психологическим техникам и приемам;

Индивидуальная психодиагностика спортсмена будет проводиться во время тренинговой работы (работы в группе). Если возникнет необходимость, я предложу индивидуальную работу спортсмену (родителям конкретного ребенка).

Отчет о проделанной работе и ответы на вопросы в индивидуальном порядке. Все что касается коллектива - информацию будет получать тренер. Все, что касается индивидуально (советы и рекомендации) – интересующимся родителям. Лекции по спортивной психологии, чаще всего психологическая подготовка (обучение) необходима, если спортсмен:

- боится ошибиться на соревновании;

- "психует", кричит, начинает сильно переживать вплоть до физиологических неприятных ощущений до и после соревнований, особенно важных или неудачных;

- не демонстрирует на соревновании того, что делает на тренировках;

- сильно зависим от сбивающих факторов (высказывания, поведение родителей, соперника, зрителей, тренера);

- легко сбивается при неудаче, критике и "опускает руки";

- не стабилен, в один день выступает сильно и уверенно, а в другой день делает ошибки;

- есть затруднения в обучении сложным или новым элементам, требующим определенного риска.

А также психологическое сопровождение актуально и на пике успеха. Спортсмены просят помочь, и максимально продлить это состояние в профессиональной карьере.

Это возможно! И для таких спортсменов есть своя программа обучения.

 Запись и более подробная информация по тел: 8 921 998 25 57; 8 911 178 24 04, Тимофеева Дарья