

Организация тренировочных сборов на базе спортивно - оздоровительного комплекса «ГАЗОВИК» г. ВОЛХОВ

***«СПОРТ – словно
вселенная...***

***В нем тоже зажигаются
ЗВЁЗДЫ!»***

Введение



Подготовка к сезону

Перед началом игрового сезона тренеры предпочитают проверить уровень подготовки своих игроков и «прогнать» команду через интенсивный курс тренировок. Такую проверку проходят и начинающие спортсмены, в которых наставники видят потенциал и хотят узнать, готовы ли они к нагрузкам. Однако сделать это в «домашних» условиях практически невозможно. Едва ли не единственный выход в этом случае – организация учебно-тренировочных сборов, так как на спортивной базе участников тренировочного процесса практически ничего не будет отвлекать от спорта.

Отдых

Важную роль для спортсменов играет восстановление, по этому сборы должны сочетать в себе и тренировочный процесс и отдых. Культурно - развлекательная программа, включающая в себя мероприятия с посещением небольших по своим масштабам, но очень исторически значимым и уютным местам нашей Родины, могут значительно расширить кругозор взрослых и детей.

Укрепление командного духа

На учебно-тренировочных сборах спортсмены практически постоянно вместе – тренируются, едят, гуляют, развлекаются и так далее. Это безусловно объединяет, заставляет находить общие точки соприкосновения не только на спортивном поле, но и вне его. Здесь проходят уроки жизни.

Приобщение к жизни настоящих спортсменов

Это касается в первую очередь детских команд. Именно на спортивных сборах они могут в полной мере ощутить – что такое профессиональные тренировки, как приходится заниматься чемпионам, какая у них дисциплина и режим.



Чтобы добиться хороших результатов, спортсменам приходится затрачивать немало сил. Причем степень приложенных усилий не зависит от того, соревнуются они в качестве профессионалов или любителей, участвуют в чемпионате мира или в соревновании, организованном на начальном или среднем уровне. В любом случае, желаемый результат может быть достигнут, если участникам будут предоставлены хорошие условия для отдыха и тренировок. Мы предлагаем Вам возможности, обеспечивающие такие условия.



Предлагаем Вам выгодные по цене спортивные локации, учитывая:

- уровень спортивных сооружений;
- необходимый спортивный инвентарь;
- предоставление необходимого времени для тренировок;
- выгодную аренду спортивных залов и спортивного инвентаря.



Общие сведения о СОК «Газовик»



Прейскурант

на услуги Спортивно-оздоровительного комплекса филиала
ООО "Газпром трансгаз Санкт-Петербург" - Волховское ЛПУМГ

№ п/п	Наименование услуги	Единица измерения	Стоимость для физических лиц (НДС не облагается) [1]
1	2	3	4
I. Прокат спортивного инвентаря			
1	<i>Настольный теннис</i>	1 час	
	- комплект для игры (ракетки, мячи)		50,00 ₽
	- аренда теннисных столов		200,00 ₽
	<i>Большой теннис</i>		
	- комплект для игры (ракетки, мячи)		150,00 ₽
	<i>Мячи</i>		
	- футбольный, мини-футбольный		50,00 ₽
	- баскетбольный		
	- волейбольный		
	<i>Городки</i>		
	- комплект для игры		50,00 ₽
	<i>Фитнес</i>		
	- гантели для аэробики		50,00 ₽
	- степ доска		
	- бодибар		
	- коврик для фитнеса		
	- мяч для фитнеса		
	<i>Бадминтон</i>		
	- комплект для игры (ракетки, воланы)		50,00 ₽
	<i>Единоборства</i>		
	- манекен для занятий единоборствами		50,00 ₽

Общие сведения о СОК «Газовик»



II. Услуги спортивных залов [2]

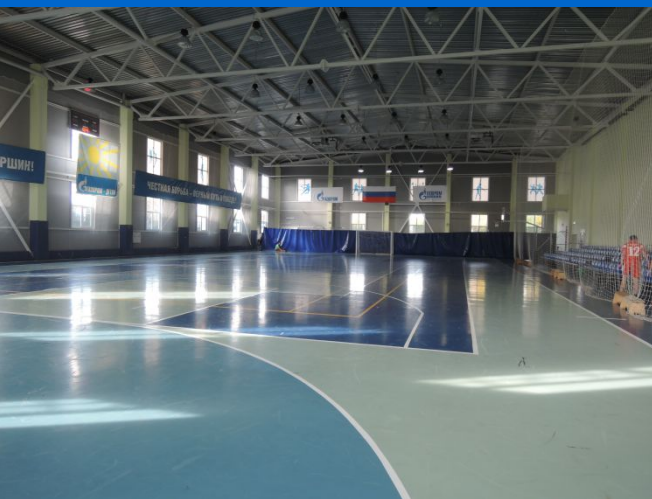
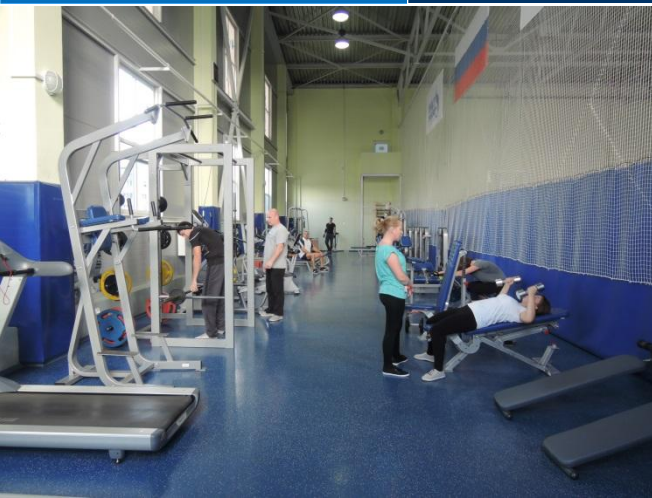
2	Многофункциональный спортивный зал (с 09:00 до 15:00)	1 час	700,00 ₽
3	Многофункциональный спортивный зал (с 15:00 до 21:00)	1 час	1 400,00 ₽
4	Многофункциональный спортивный зал. Проведение соревнований для сторонних лиц (организаций)	1 час	2 000,00 ₽
5	Многофункциональный спортивный зал. Организация массовых мероприятий и концертов для сторонних лиц (организаций)	1 час	5 000,00 ₽
6	Гимнастический (фитнес) зал (с 09:00 до 17:00)	1 час	450,00 ₽
7	Гимнастический (фитнес) зал (с 17:00 до 21:00)	1 час	800,00 ₽

III. Разовые посещения [3]

8	Тренажерный зал - будние дни с 09:00 до 18:00; - сб., вс. с 09:00 до 21:00; - летний период (с 01.06 по 31.08) с 09:00 до 21:00	1 час	150,00 ₽
9	Тренажерный зал (будние дни с 18:00 до 21:00)	1 час	180,00 ₽
10	Гимнастический (фитнес) зал	1 час	200,00 ₽
11	Многофункциональный спортивный зал. (занятия в организованных спортивных группах тренеров СОК)	1 занятие	100,00 ₽



Общие сведения о СОК «Газовик»



IV. Услуги по использованию оборудования (табло, компьютер) для проведения соревнований

12	Многофункциональный и гимнастический спортивные залы	1 раз	200,00 ₽
----	--	-------	----------

V. Занятия по абонеентам [3]

13	Тренажерный зал	8 занятий	1 100,00 ₽
		10 занятий [4]	
		12 занятий	1 500,00 ₽
		15 занятий [4]	
14	Тренажерный зал (без лимитный)	1 месяц	2 000,00 ₽
		3 месяца	4 900,00 ₽
		6 месяцев	7 200,00 ₽
		12 месяцев	12 000,00 ₽
15	Тренажерный зал (пенсионеры, дети от 16 до 18 лет)	8 занятий	900,00 ₽
		12 занятий	1 200,00 ₽
16	Гимнастический (фитнес) зал (пенсионеры)	8 занятий	950,00 ₽
		12 занятий	1 350,00 ₽
17	Гимнастический (фитнес) зал	8 занятий	1 200,00 ₽
		12 занятий	1 700,00 ₽
18	Гимнастический (фитнес) зал 3 месяца	36 занятий	4 500,00 ₽
19	Семейный абонемент	8 занятий	2 200,00 ₽
20	Многофункциональный спортивный зал (теннисный корт)	8 занятий	4 800,00 ₽
21	Многофункциональный спортивный зал (дети до 16 лет)	1 месяц (12 занятий)	300,00 ₽

[1] Стоимость, указанная в графе 4, при оказании услуг юридическим лицам увеличивается на сумму НДС по ставке 18 % в соответствии с Налоговым кодексом Российской Федерации.

[2] При приобретении более 30 часов в месяц стоимость услуг многофункционального спортивного зала СОК для занятий детских спортивных, общеобразовательных школ (лицеев) составит 85% от стоимости, указанной в прейскуранте

[3] Стоимость услуг СОК (разовые посещения, занятия по абонеентам) для детей до 16 лет составит 85 % от указанной в прейскуранте

[4] Услуга оказывается в летний период с 01.06 по 31.08

Восстановительные сборы

Бывает и обратная ситуация – сезон уже отыгран и, разумеется, практически нереально, чтобы он не оставил никакого следа на моральном и физическом состоянии спортсменов. Им необходимо восстановиться, подлечить травмы, восполнить силы, однако при этом нельзя и прерывать тренировки. В таком случае оптимальными являются сборы на спортивно-оздоровительных базах, где игрокам предложат на ряду с возможностями для тренировок восстановительно - лечебные процедуры.

Наш партнёр «санаторий – профилакторий ВОЛХОВ» предлагает услуги по организации проживания, сбалансированного питания, а также лечебно - восстановительных процедур для спортсменов и тренеров.

Расстояние от места проживания до спортивного сооружения :

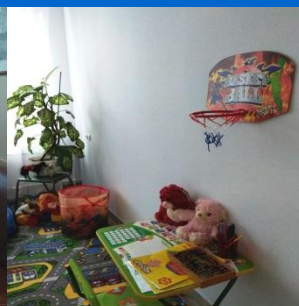
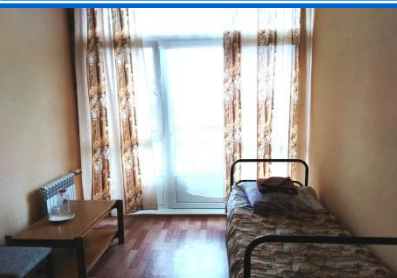
- не более 10 минут ходьбы в спокойном темпе.

Уровень проживания и качество питания:

- Питание 3-х, или 4-х разовое с возможностью согласовать меню.

- Проживание по 1, 2 или 3 человека в номере.

- Услуги по прейскуранту санатория - профилактория, включающие мед. процедуры и различные виды массажа.

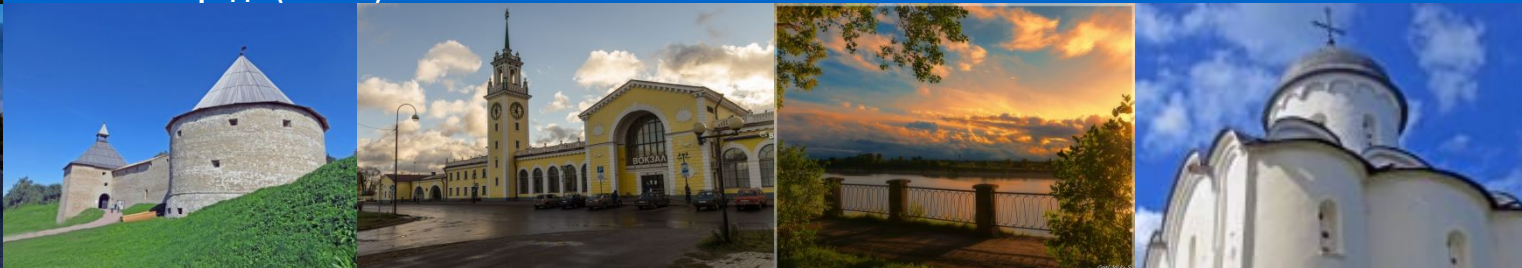


Спортивные сборы в Волхове могут стать не только продуктивными, но и познавательными.

На берегах Волхова, по которому проходил знаменитый торговый путь «из варяг в греки», издавна известны новгородские поселения, жители которых занимались проведением кораблей через речные пороги. В 1904 году при прокладке железной дороги Петербург — Вологда здесь возникла станция Званка, названная так по находившемуся вблизи одноименному поселению. В 1916 году от этой станции была проложена железная дорога на Мурманск. Город возник, как посёлок строителей Волховской ГЭС (Волховстрой), которая строилась с 1918 по 1926 год и была первой крупной ГЭС в России. Также был построен Волховский завод - первенец по производству в стране алюминия. Постановлением Президиума ВЦИК от 16 мая 1925 года Волховстрой получил статус рабочего посёлка.

В Великую Отечественную войну под Волховом зимой 1941 г. была одержана одна из первых крупных побед, остановивших наступление немецко-фашистских войск на подступах к Ленинграду. Указом Президиума Верховного Совета РСФСР от 11 апреля 1940 года город Волховстрой был переименован в Волхов. В 1970 году награждён орденом Октябрьской Революции.

В 6 км к северу от Волхова находится Старая Ладога — первая столица Древней Руси. В 30 км к юго-востоку от Волхова, на станции Зеленец, сохранился ансамбль Зеленецкого (Троицкого) монастыря (основан в 1565–70) с постройками XVI—XVIII вв.: Троицкий собор (1684, перестроен), Благовещенская церковь с колокольной (1680-е), кельи (1680-е), настоятельский корпус (19 в.), каменная ограда (1680-е).





*Предлагаем Вам деловое сотрудничество в решении задач по организации
спортивно - тренировочных сборов на базе СОК «ГАЗОВИК».
Используя наши возможности можно повысить эффективность
тренировочного процесса Ваших спортивных коллективов!*

Наши контакты:

Адрес: Ленинградская обл., г. Волхов, ул. Льва Толстого, д. 7
Контактные телефоны: заведующий СОК «ГАЗОВИК» – 8 813 63 78 776;
специалист по спорту СОК «ГАЗОВИК» -8 813 63 46226;
администратор СОК «ГАЗОВИК» – 8 813 63 79778.
- Факс: 8 813 63 79782

***«Зажги свою звезду
на спортивном
небосклоне!»***

Спасибо, за внимание!