

Курс повышения квалификации начинающих спортсменов

Стоимость всего курса (теория и практические прыжки) –
290,00 EUR с человека



Требования к участникам:

- Кол-во участников 4 (минимум) или 6 чел.
- Спортсмены с категорией не ниже А.
- Своя экипировка + Комбинезон с захватами.
- Программа ZOOM на компьютере.

*(Экипировку можно взять в аренду в клубе)

Программа курса:

1. Теория: 4 занятия по 1,5 часа.
2. Подготовка в классе и на стенде.
3. Шесть тренировочных прыжков.
4. Разбор видео прыжка и приземления.
5. Подготовка к соревнованиям.

Теоретическая часть :

1. Правила группового отделения от самолета.
2. Основы групповой акробатики.
3. Основы построения формаций.
4. Основы пилотирования 9-ти секционных куполов.
5. Основы приземления на точность на скоростных и медленных куполах.
6. Правила безопасности.

Тренировочные прыжки :

- Шесть прыжков в группе двойками потом четверкой.
- Выполнение заданий на отделении.
- Выполнение заданий в свободном падении.
- Выполнение заданий под куполом и на приземлении.
- Видеосъемка отделения, работы в воздухе и приземления.
- Инструктор прыгает вместе с группой и работает оператором.
- Разбор ошибок в классе.

Организация работы:

1. Набор желающих (Февраль – Март)
2. Занятия теорией по вечерам (Март – Апрель)
3. Практические занятия в клубе (Май – Июнь)
4. Подготовка к соревнованиям (Июль- Август)
5. Участие в соревнованиях в Даугавпилсе и Лимбажи (Август)

Занятия в аэродинамическом туннеле, (дополнительная опция для желающих):

- Финляндия –любой из дней в период 09.03.-16.03.2024.
- Проживание в хостеле комплекса.
- Транспорт: авто + паром.
- Резервация времени на трубе заранее.
- При желании – по этому вопросу обращаться лично к инструктору – Евгению Хаткевичу, т. 29105626.