



Автономная некоммерческая организация  
«Академия Футбольного Мастерства  
«АВАНГАРД»

117 042, г. Москва, ул. Южнобутовская, д. 101, офис 18  
+7 495 215 20 27

[www.avangard-football.ru](http://www.avangard-football.ru)

[www.avangardcamp.ru](http://www.avangardcamp.ru)



«Лучший инновационный проект  
в области подготовки спортсменов»

## ИНФОРМАЦИОННАЯ ПАМЯТКА ДЛЯ УЧАСТНИКОВ Футбольного тренировочного лагеря АФМ «АВАНГАРД»

### Заезд №3 с 19.06.2018 по 29.06.2018

#### МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ФУТБОЛЬНОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ЛАГЕРЯ

Россия, Адлерский район г. Сочи (Адлер), ул. Ленина д. 88, Спортивный комплекс «ЮНОСТЬ».

#### АДМИНИСТРАТИВНЫЙ И ТРЕНЕРСКИЙ ШТАБ ФУТБОЛЬНОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ЛАГЕРЯ

Руководители лагеря:



#### КУЗЬМИН АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ

Директор Академии Футбольного Мастерства «АВАНГАРД»



#### САДИКОВ МАРАТ РУСТЯМОВИЧ

Спортивный директор Академии Футбольного Мастерства «АВАНГАРД» - *контроль за качеством организации учебно-тренировочного процесса и реализацией программы ФТЛ.*

Тренер-руководитель группы 6-7 лет:



#### СУХОМЛИНОВ МАКСИМ ВАЛЕРЬЕВИЧ

Тренер-преподаватель АФМ «АВАНГАРД»

Образование высшее: Воронежский Государственный Институт Физической Культуры и Спорта, теория и практика футбола

Тренерская лицензия С-УЕФА

Программа повышения квалификации «Современные подходы в футбольной подготовке детей 6-15 лет в Голландии и Германии».

*Воспитанник и игрок СДЮШОР «Воронеж»*

*С 2014 по 2016 год работал тренером в Академии ФК «Локомотив» (Москва)*

Тренер-руководитель группы 8-10 лет:



### **МИРОНОВ НИКОЛАЙ ГЕННАДЬЕВИЧ**

Тренер-преподаватель АФМ «АВАНГАРД»

Образование высшее:

Московский Институт Физической Культуры и Спорта.

Тренерская лицензия С-УЕФА

Программа повышения квалификации «Современные подходы в футбольной подготовке детей 6-15 лет в Голландии и Германии».

*Кандидат в Мастера спорта по футболу.*

*Воспитанник и игрок Академии ФК «Спартак» (Москва), выступал за ФК «Днепр», ФК «Истра», ФК «Якутия».*

*Действующий игрок команды ЛФЛ «АФМ «АВАНГАРД»*

Тренер-руководитель группы 10-12 лет:



### **КРОХА СЕРГЕЙ СЕРГЕЕВИЧ**

Тренер-преподаватель АФМ «АВАНГАРД»

Образование высшее:

Московская Государственная Академии Физической Культуры, теория и практика футбола

Тренерская лицензия С-УЕФА

Программа повышения квалификации «Современные подходы в футбольной подготовке детей 6-15 лет в Голландии и Германии».

*Воспитанник и игрок СДЮШОР Химки, выступал за ФК «Химки», ФК «КАМАЗ», ФК «Домодедово», ФК «Спартак» (г. Щелково)*

Тренер-руководитель группы 13-15 лет:

### **ФИЛИППОВ ДЕНИС ВАЛЕРЬЕВИЧ**

Тренер-преподаватель АФМ «АВАНГАРД»

Образование высшее:

Московская Государственная Академия физической культуры и спорта, теория и практика футбола

Тренерская лицензия С-УЕФА

Программа повышения квалификации «Современные подходы в футбольной подготовке детей 6-15 лет в Голландии и Германии».

*Воспитанник и игрок СДЮСШОР «Чертаново», выступал за ФК «Пресня»*

#### **ИНФОРМАЦИЯ ПО ГРУППОВОМУ ПЕРЕЛЕТУ МОСКВА-СОЧИ** – для тех, кто летит с группой

- Общий сбор в аэропорту **ДОМОДЕДОВО** 19.06.2018 (вторник) в 07:40 у стойки регистрации на рейс, просьба **НЕ ОПАЗДЫВАТЬ**.
- Рейс **S7 1045**, авиакомпания **S7**, вылет в 09:40. Прибытие в аэропорт г. Сочи в 12:00.
- В аэропорту **ДОМОДЕДОВО** группу будут встречать и сопровождать до СК «ЮНОСТЬ» административный и тренерский штаб нашей Академии: Садиков Марат Рустямович, Миронов Николай Геннадьевич, Филиппов Денис Валерьевич.
- По прибытии в аэропорт **ДОМОДЕДОВО**, вне зависимости от того, летит спортсмен без сопровождения или с родителями, необходимо подойти к руководителям группы и отметить. Если Вы задерживаетесь и не успеваете ко времени общего сбора, обязательно предупредите об этом руководителей группы по телефону. Если ребенок едет без сопровождения, передайте руководителю группы комплект документов (список документов указан ниже).
- Если спортсмен летит в сопровождении родителей, то после того как отметились у руководителей группы, можете самостоятельно следовать на стойку регистрации и регистрироваться на рейс.
- Все спортсмены, которые летят без родителей, а в сопровождении руководителей группы, регистрируются на рейс **ТОЛЬКО** централизованно – единой группой.
- Информация по норме провоза багажа: бесплатная норма провоза багажа 23 кг на 1-го пассажира, ручная кладь – 10 кг. В ручной клади не должно быть жидкости, колющих и режущих предметов (в т.ч. ножниц).

## **ИНФОРМАЦИЯ ПО ВОЗВРАЩЕНИЮ ИЗ СОЧИ** – для тех, кто летит с группой

- Обратная группа возвращается 29.06.2018 (пятница) прибытие в аэропорт **ДОМОДЕДОВО** в **19:00**, рейс S7 1024, авиакомпания «S7»;
- Руководители группы передают спортсменов и документы родителям в зоне прилета внутренних линий аэропорта **ДОМОДЕДОВО**. Просьба родителей **НЕ ОПАЗДЫВАТЬ**.

## **ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ТЕХ, КТО ДОБИРАЕТСЯ ДО МЕСТА ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЛАГЕРЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО**

- В случае, когда спортсмен добирается до Сочи самостоятельно (**без сопровождения родителей или других родственников**), необходимо за день-два сообщить на электронную почту [camp@avangard-football.ru](mailto:camp@avangard-football.ru) данные о прибытии спортсмена: дата, время, рейс самолета или номер поезда, из какого города, телефон спортсмена. Мы организуем встречу и сопровождение до СК «ЮНОСТЬ».
- Если спортсмен едет в сопровождении родителей или других родственников, в этом случае спортсмен и сопровождающие добираются до СК «Юность» самостоятельно. Адрес: Адлер, ул. Ленина, д. 88, Спортивный комплекс «ЮНОСТЬ» (Спорт-Отель), такси можно вызвать по телефону +7 918 190 0000, время подачи машины 5 минут, время в пути от аэропорта или Ж/Д вокзала 5 минут, стоимость поездки 150-200 руб. По прибытии в СК «Юность» необходимо сообщить по телефону о своем прибытии руководителям группы, пройти с документами (паспорта, свидетельства о рождении) на рецепцию «Спорт-Отеля», сообщить, что Вы в лагерь «АВАНГАРД». Вас заселят согласно утвержденному списку расселения.

## **ДОКУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ НУЖНО ВЗЯТЬ С СОБОЙ**

### **Спортсмены:**

- дети до 14 лет – **оригинал** и копию свидетельства о рождении, дети старше 14 лет – **оригинал** и копию паспорта;
- Медицинские справки: справка по форме ф079/у и справка об сан-эпидем окружении (эту справку нужно брать за 3 дня до отъезда в лагерь);
- Полис обязательного медицинского страхования (оригинал).
- Никакие доверенности оформлять не надо.

*Если ребенок едет в лагерь без сопровождения, то все документы необходимо сложить в папку-конверт, папку подписать. Папку с документами нужно будет сдать руководителям группы.*

### **Сопровождающие:**

- а. Взрослые и дети старше 14 лет – **оригинал** паспорта; дети до 14 лет – **оригинал** свидетельства о рождении;
- б. Полис обязательного медицинского страхования.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ГРУПП И РАЗМЕЩЕНИЕ СПОРТСМЕНОВ**

- Тренировочные группы формируются по нескольким критериям: возраст, антропометрические данные, уровень футбольного мастерства. Первично группы формируются по возрасту, окончательно состав групп утверждается по результатам первой тренировки.
- Размещение спортсменов (если спортсмен не проживает с родителями) осуществляется по 2-3 человека. Спортсмены живут с другими спортсменами из своей тренировочной группы. Самостоятельно переезжать в другие номера, меняться номерами **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**. Все мероприятия ФТЛ осуществляются организованно всей группой под руководством тренера-руководителя группы.

## **ИНФОРМАЦИЯ ПО ВЕЩАМ ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ**

- Тренировочная экипировка – 2 комплекта футбольной формы (шорты, майка, гетры), **всю форму подписать!!!**, тренировочный костюм, ветрозащитная куртка.
- Бутсы или шиповки (сороконожки) - две пары.
- Щитки (ОБЯЗАТЕЛЬНО!).
- Вратарские перчатки (для вратарей).
- Емкость для воды (подписать).
- Все для плавания в море.
- Средства личной гигиены – зубная щетка, зубная паста, шампунь, гель для душа.
- пляжное полотенце.
- Защитный крем от загара (ОБЯЗАТЕЛЬНО!).
- Достаточное количество нижнего белья и носков.
- Головной убор – 2 шт. (ОБЯЗАТЕЛЬНО!).
- Основная одежда – шорты, футболки (2-3 единицы).
- Удобная обувь – шлепки, сандалии, кроссовки.
- Спортивный костюм.
- Одежда для сна.
- Мешок для стирки одежды (ПОДПИСАТЬ).
- Книжки, настольные коллективные игры, ракетки и шарики для настольного тенниса, бадминтон.
- Мобильный телефон для связи с родителями.

Слишком много вещей не давайте – меньше вещей потеряют. Желательно, одежду собирать вместе с ребенком, чтобы ребенок знал вещи, которые Вы даете ему с собой.

## **КАРМАННЫЕ ДЕНЬГИ**

Карманные деньги даются детям на усмотрение родителей (лучше сдать руководителям группы – в конверте, подписать ФИО, сумма). Желательно не крупные купюры. Как правило, дети тратят карманные деньги в лагере на мороженное, фрукты, соки-воды, экскурсию, сувениры. Обычно сумма карманных денег составляет 1500-3000 руб. (без учета стоимости экскурсии).

## **РЕЖИМ**

Все спортсмены во время ФТЛ живут по утвержденному АФМ «АВАНГАРД» распорядку. Родители и другие сопровождающие не могут изменять распорядок дня спортсмена по своему усмотрению. Спортсмен может проводить время с родителями и/или дедушками/бабушками только в свободное время (с 11:00 до 12:30, с 20:00 до 21:30), но только по согласованию с руководителями группы.

**Обращаем внимание родителей** – администрация АФМ «АВАНГАРД» оставляет за собой право досрочно прекратить пребывание ребенка в ФТЛ в случае неоднократного серьезного нарушения режима ФТЛ, которые способствовали или могли способствовать нанесению вреда жизни и здоровью спортсмена и/или других участников ФТЛ.

## **ПОСЕЩЕНИЕ ПЛЯЖА И ПЛАВАНИЕ В МОРЕ**

Море и пляж расположены в 5-ти минутах ходьбы от СК «Юность». Посещение пляжа будет осуществляться 1 раз в день после утренней тренировки. Плавание в море будет осуществляться небольшими группами – 5-7 человек одновременно в присутствии одного из руководителей группы, остальные дети будут ожидать на берегу в присутствии других руководителей группы. Единовременная длительность пребывания в воде не более 10-15 мин.

Убедительная просьба к родителям: сообщить руководителям группы (желательно письменно) если ребенок не умеет плавать, есть аллергия на солнце, быстро перегревается и т.п.

## **ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТЬ**

- Спортивный комплекс «ЮНОСТЬ» огорожен по периметру и находится под круглосуточной охраной и видеонаблюдением. Выход из СК «ЮНОСТЬ» без сопровождения взрослых запрещен.
- В СК «ЮНОСТЬ» функционирует медицинский блок, который будет оказывать медицинскую поддержку в течение всего ФТЛ. По прибытии в СК «ЮНОСТЬ» все спортсмены пройдут медицинское обследование. На случай легких травм (ушибы, растяжения, царапины и т.п.) у руководителей групп с собой будет аптечка со всем необходимым.
- Если у ребенка существуют какие-либо особенности по здоровью, сообщите об этом руководителям группы, желательно, в письменном виде.
- Если есть особенные лекарства персонального пользования (просьба хорошо упаковать, и передать руководителям группы), приложить записку-инструкцию, как и в каких случаях применять. Лекарства ребенку лучше не давать.
- Если есть особенности по питанию ребенка (пищевая аллергия, непереносимость каких-то продуктов и т.п.), об этом тоже сообщите руководителям группы (письменно).
- Напоминаем, что на спортсмена нужно с собой взять справки: справка по форме ф079/у и справка об сан-эпидем окружении (выдается не ранее, чем за 3 дня) и полис ОМС.
- Во избежание кишечных заболеваний, которые могут возникать в жаркое время на море, а также перегрева, солнечных ударов и солнечных ожогов, убедительная просьба до отъезда в лагерь провести профилактическую беседу с детьми по поводу соблюдения личной гигиены и правил поведения на солнце и в море: обязательно мыть руки перед каждым приемом пищи, после посещения туалета и общественных мест, обязательно принимать душ после каждой тренировки и купания в море, при плавании в море стараться, чтобы морская вода не попадала в рот, при нахождении на улице быть всегда в головном уборе, на тренировки всегда брать с собой воду, при посещении пляжа обязательно нанести на кожу защитный крем от солнца. При возникновении даже легкого недомогания у спортсмена, обязательно необходимо незамедлительно обратиться к руководителю группы.

## **ПОРЧА ИМУЩЕСТВА**

В соответствии с условиями договора между АФМ «АВАНГАРД» и СК «ЮНОСТЬ», АФМ «АВАНГАРД» несет материальную ответственность за испорченное участниками ФТЛ имущество СК «ЮНОСТЬ» в период проведения ФТЛ. В свою очередь, АФМ «АВАНГАРД» будет требовать с родителей участников ФТЛ возмещения расходов, понесенных АФМ «АВАНГАРД», за порчу имущества СК «ЮНОСТЬ». В связи с этим, убедительная просьба провести беседу с Вашими детьми, чтобы они аккуратно и бережно относились к чужому имуществу.

## **СВЯЗЬ**

Для связи с ребенком снабдите его телефоном. Входящие звонки в роуминге значительно дешевле исходящих, поэтому, для экономии, лучше сами звоните в вечернее время перед отбоем (отбой в 22:00). В отеле бесплатный Интернет Wi-Fi.

В крайнем случае, если Вы не можете дозвониться до ребенка, можете звонить руководителям групп:

- Садилов Марат Рустямович: +7 (968) 898-41-85
- Миронов Николай Геннадьевич: +7 (962) 918-51-07
- Сухомлинов Максим Валерьевич: +7 (980) 546-37-45
- Кроха Сергей Сергеевич: +7 (966) 000-14-85
- Филиппов Денис Валерьевич: +7 (916) 756-05-51

Кроме того, мы будем вести ежедневные дневники нашего пребывания в ФТЛ. За событиями нашего тренировочного лагеря можно будет следить на нашем сайте [www.avangardcamp.ru](http://www.avangardcamp.ru).

## **ВЫХОДНОЙ ДЕНЬ**

В рамках программы футбольного тренировочного лагеря будет предусмотрен выходной день. В выходной день будет организована выездная экскурсионно-развлекательная программа.

Программа будет выбрана на месте. Будет выбран один из следующих вариантов: Посещение парка развлечений «Сочи Парк», посещение сочинского океанариума, обзорная экскурсия «Олимпийское наследие Сочи». Ориентировочная стоимость экскурсионной программы 1500-2000 руб.