

ПАМЯТКА

Список документов для зачисления в ЦХГ «DIAMOND»

1. Распечатать с сайта или взять чистые бланки у тренера:
 - Заявление
 - Анкета
2. Свидетельство о рождении (копия)
3. Медицинский полис (копия)
4. Фото 3*4 (2шт)
5. Справка о здоровье (оригинал) справку обновлять ежегодно!
ГНП-0, то достаточно справки от врача ЛФК + заключение кардиолога «Группа здоровья... К тренировкам и соревнованиям допущен»
ГНП-1.1 и выше, необходима справка из спортивного диспансера (ул. Буторина 10)
6. Страховка спортивная (оригинал) страховку обновлять ежегодно, либо оформить сразу на несколько лет!

*Делается в любой страховой организации где страхуют жизнь. Стоимость от 300р
Запись в страховке: страховка спортивная, вид деятельности художественная гимнастика.*

Спортивная форма:

Все гимнастки тренируются в командной экипировке или в черной форме. Белые носки, полутапочки и обязательно убранные волосы в «гульку или шишку», челку и пушок закалывать!

Чтобы сделать заказ командной формы необходимо обратиться к вашему тренеру. Передадим вам контакты и вы сможете заказать себе командную экипировку.

*Спортивная форма понадобится как на тренировки, так и на выступления/соревнования, а так же можно ходить в нашей форме и в повседневной жизни, что выделит вашего ребёнка. Будет видно что идёт спортсмен! И за одно поддержите единый командный дух.**

Контакты ЦХГ «DIAMOND»:

Сайт: diamond96.ru
Инстаграмм: rg.diamond
Телефон: +7 (965) 512-07-67
Телефон тренера: +7 () - - - - ФИО: _____

ПАМЯТКА

СПОРТИВНАЯ ФОРМА И ИНВЕНТАРЬ

Если на улице тепло:

- 1) Черный топ
- 2) Черный шорты
- 3) Полутапочки
- 4) Сменная обувь (сланцы/шлепки)

Если на улице холодно:

- 1) Спортивный костюм
- 2) Черный верх (футболка, лонгслив)
- 3) Черный низ (лосины)
- 4) Белые носки (чистые, целые, без бантиков/рюшек/отраз)
- 5) Полутапочки (получешки/полуноски)
- 6) Сменная обувь (сланцы/шлепки)

Инвентарь для ГНП-0/1

- 1) Дневник/блокнот
- 2) Наколенники (в магазине от 300р)
- 3) Скакалка (в магазине от 300р)
- 4) Обруч (в магазине от 300р)
- 5) Мяч (в магазине от 300р)

Инвентарь для ГНП-2

- 1) Дневник/блокнот
- 2) Наколенники (в магазине от 300р)
- 3) Скакалка (в магазине от 7000р)
- 4) Обруч (в магазине от 800р)
- 5) Мяч (в магазине от 3.000р)
- 6) Булавы (в магазине от 2.500р)
- 7) Палочка для ленты (в магазине от 1.000р)
- 8) Ленточка (в магазине от 1.000р)
- 9) Катушка для ленты (в магазине от 900р)
- 10) Резина с ячеечками «Pastorelli» (в магазине от 1.000р)
- 11) Резина без ячеечек (в магазине от 500р)
- 12) Утяжелители 100гр и 200-250гр (в магазине от 500р)

Где приобрести инвентарь и одежду: (получить скидку сказав кодовое слово «Даймонд»)

- 1) ул. Московская 1 «SportProf»
- 2) ул. Тургенева 22, оф 201 «Natalia Olympic»
- 3) ул. Радищева 4, «Dance Mania»
- 4) «Декатлон» или «Сима ленд»