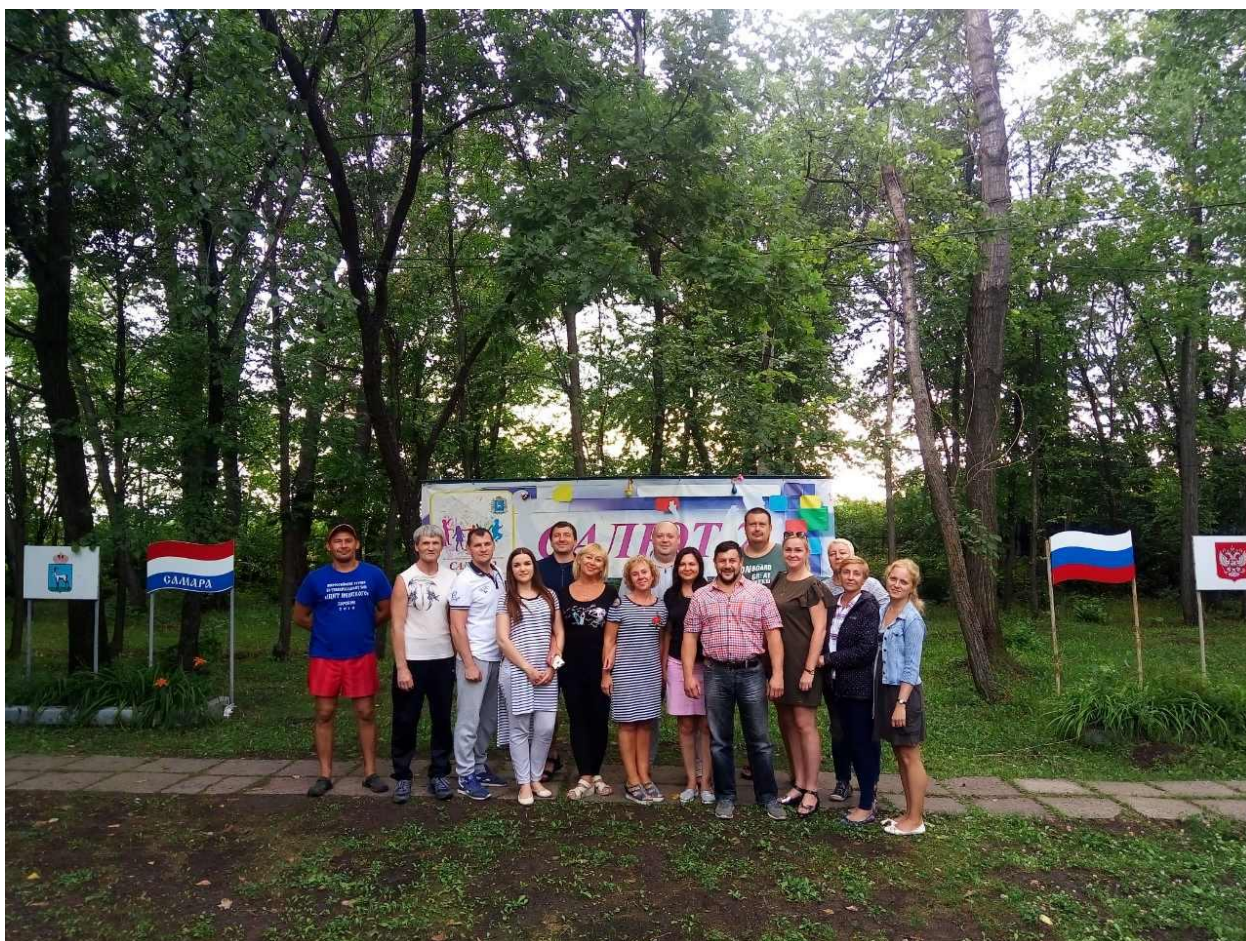
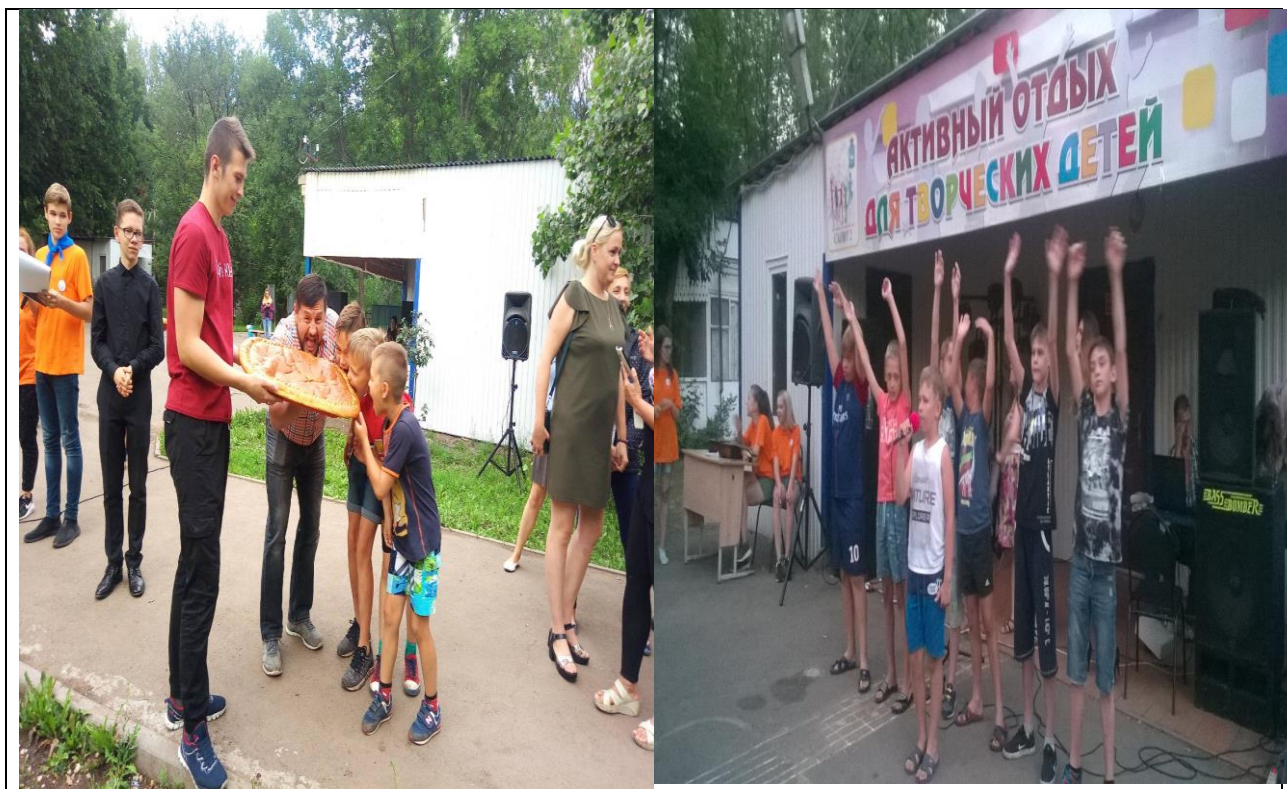


**Отчет о проведении**  
**Учебно-тренировочных сборов спортсменов ДЮСШ №16 по**  
**тхэквондо (ВТФ)**  
**в рамках летней оздоровительной компании**  
**в МАОУ Центр «Салют-2»**  
**4 смена с 13 июля по 24 июля 2018 год (24 чел)**

Занятия проводились согласно плана учебно-тренировочного сбора. Занятия по ОФП и скоростно-силовой подготовке проводились на открытой площадке, работа в парах по лапам, ракеткам, протекторам а также спарринги проводились на открытой площадке.

Спортсмены обеспечивались пятиразовым питанием. Проживали в корпусах по 12 человек.





Учебно-тренировочные сборы прошли без серьезных травм и простудных заболеваний.

Помимо учебно-тренировочных занятий спортсмены ДЮСШ №16 принимали активное участие в мероприятиях проводимые в МАОУ Центре «Салют-2».

В результате учебно-тренировочных занятий стало заметным улучшения скоростно-силовых качеств спортсменов, повышения уровня физической выносливости. К учебному сезону 2018-2019 спортсмены ДЮСШ №16 подготовлены с общей оценкой «хорошо».

Ст. тренер

Отделения тхэквондо (ВТФ)

Бочков С.Н