

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель спортивной организации
Д.В.Герасимов
«04» февраля 2023 г.

Согласовано Президент Федерации лыжных гонок Красноярского края
О.И. Жгун
« » 2023 г.

**Индивидуальный план спортивной подготовки (этап подготовки)
на 2023-2024 гг.**

Ф.И.О. спортсмена: Корепанова Александра Евгеньевна

Вид спорта: 031-000 5611 Я основная дисциплина лыжные гонки

Спортивный разряд, № приказа, дата: Приказ № 148 от 02.04.2020 г.

Дата рождения: 23.09.2009

Адрес место жительства: г.п. Северо-Енисейский ул. Капитана-Тибекина 14а-2

Электронный адрес: korapanova.alexandra23@mail.ru

Контактный телефон: 8 8509798932

Принадлежность к спортивной организации: Северо-Енисейская ДЮСШ

Тренер, ведущий подготовку: Ивченко С.Б.

Личный тренер: Ивченко С.Б.

Лучший результат прошедшего сезона

№ п/п	Наименование соревнований	Дата, место проведения	Занятое место	Выполненный спортивный разряд/звание
1.	Ч и ПКК	23-24.12.23 г. г. Красноярск	1 место 1 место	1 1
2.	Первенство края «ЕН+», «Русал»	21-23.02.2023 г. г. Красноярск	1 место 1 место	1 2

Планируемые соревнования

№ п/п	Наименование соревнований	Сроки проведения	Место проведения	Программа	Планируемый результат	Показанный результат
1.						
2.	Первенство края «ЕН+», «Русал»	февраль	г. Красноярск	3км, 5 км	1- место 1 - место	1 место 2 место
3.	Краевые соревнования	март	г. Ачинск	3км, 5км Спринт	1-2 место	1 место 2 место
4.	Арктические игры школьников»	Март-апрель	г. Салехард	3 км, 3 км., эстафета	3 - 6место	3 место 5 место

Тренировочные мероприятия

№ п/п	Наименование тренировочных сборов	Сроки проведения	Место проведения
1.	Тренировочный сбор	1 июнь - 24 июня	г.п. Северо-Енисейский
2.	Тренировочный сбор	25 июня - 17 июля	г. Красноярск.
3.	Тренировочный сбор	1 августа - 20 августа	с. Краснотуранск
4.	Тренировочный сбор (вкатывание)	25 октября - 10 ноября	г.п. Северо-Енисейский

Личный тренер: Ивченко Светлана Борисовна
Фамилия, имя, отчество

Коровин Иван Макарович
Фамилия, имя, отчество

Спортсмен: Корепанова Александра Евгеньевна
Фамилия, имя, отчество

