



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ОБУ «ЦОП по дзюдо
Челябинской области»
имени А.Е. Миллера»

О.Ф. Мухаметзянов

« 09 » 01 2020 г.

**План подготовки спортивной сборной команды Челябинской области
по дзюдо (юниоры, юниорки до 21 года, 23 лет, мужчины, женщины)
на 2020 год**

ЯНВАРЬ

1. Формирование и утверждение состава спортивной сборной команды Челябинской области по дзюдо
2. 02-12.01 Индивидуальная подготовка
3. 14-16.01 ВС памяти Н.Д. Попова (отбор на ПР до 23-х лет) г.Уфа
4. 20-29.01 ТМ (набарывание) к Первенству России до 23-х лет г.Челябинск

ФЕВРАЛЬ

1. 07-08.02 Первенство УрФО до 23-х лет г.Тюмень
2. 14-15.02 ВС памяти Ю.А. Зайцева (мужчины и женщины) г.Москва
3. 17-26.02 ТМ (набарывание) к Первенству России до 23-х лет г.Челябинск

МАРТ

1. 05-07.03 Первенство России до 23-х лет г.Тюмень
2. 09-18.03 ТМ (набарывание) к ВС на Кубок Губернатора Челябинской области г.Челябинск
3. 16-19.03 (набарывание) среди мужчин и женщин г.Екатеринбург
4. 24-25.03 ВС на Кубок Губернатора Челябинской области (мужчины и женщины) г.Челябинск

АПРЕЛЬ

1. 03-04.04 ВС памяти С.Г. Кудзиева (мужчины и женщины) г. Тюмень
2. 03-04.04 ВС памяти А.А. Атабиева (мужчины и женщины) г.Черкесск
3. 03-04.04 ВС памяти В.Ощепкова (мужчины и женщины) г.Хабаровск
4. 04-05.04 ВС памяти Д.И. Туржевского (мужчины и женщины) г. Нижний Тагил
5. 13-22.04 ТМ (набарывание) в Всероссийском соревнованиям г.Челябинск
6. 20-23.04 ТЛ (набарывание) юниоры г.Санкт-Петербург
7. 28-29.04 ВС памяти М.Парчиева (мужчины и женщины) г.Назрань

МАЙ

1. 01-02.05 ВС памяти Е.А. Погорелова (мужчины и женщины) г.Волгоград
2. 30.04-08.05 ТМ (набарывание) в Всероссийском соревнованиям г.Челябинск
3. 11-14.05 ТЛ (до 23-х лет, мужчины и женщины) г.Оренбург
4. 14-15.05 ВС (юниоры) (отбор на ПР до 21 года) г.Армавир
5. 14-23.05 ТМ (набарывание) к Чемпионату УрФО г.Челябинск
6. 30-31.05 Чемпионат УрФО г.Челябинск

ИЮНЬ

1. 06-07.06 ВС на призы ДСО (Динамо, Сельский спорт, ВС РФ) (отбор на ЧР)
2. 10-20.06 ТМ (восстановительное, индивидуально)
3. Организация сдачи контрольных тестов спортсменами

ИЮЛЬ

1. ТМ (базовое ОФП/СФП/Техника, индивидуально, 21-28 дней)

АВГУСТ

1. 03-12.08 ТМ (набарывание) г.Челябинск
2. 15-16.08 ВС памяти В.Н. Гулидова (мужчины и женщины, отбор на ЧР) г.Красноярск
3. 22-23.08 ВС памяти В.П. Щедрухина (мужчины) г.Минусинск
4. 29-30.08 ВС «Кубок ОАО «ММК» (юниоры) г. Магнитогорск

СЕНТЯБРЬ

1. 31.08-09.09 ТМ (набарывание) к Чемпионату России г.Челябинск
2. 24-27.09 Чемпионат России (личный и командный) г.Хабаровск

ОКТАБРЬ

1. 01-09.10 ТМ (набарывание) к Первенству УрФО до 21 года г.Челябинск
2. 17-18.10 Первенство УрФО до 21 года г.Екатеринбург
3. 24-25.10 ВС на призы ДСО (Динамо, Сельский спорт, ВС РФ) (отбор на ПР до 21 года)
4. 24-25.10 ВС памяти В.М. Андреева (мужчины и женщины) г.Москва

НОЯБРЬ

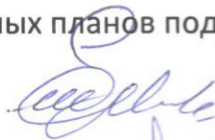
1. 02-11.11 ТМ (набарывание) к Первенству России до 21 года г.Челябинск
2. 26-29.11 Первенство России до 21 года г. Мурманск

ДЕКАБРЬ

1. 30.11-04.12 ТМ (набарывание) к Кубку России г.Челябинск
2. 05-06.12 ВС памяти Н.И. Кузнецова до 23-х лет (отбор на ПР) + 1 день ТЛ (набарывание) г.Екатеринбург
3. 11-13.12 Кубок России г.Кемерово
4. 14-18.12 ТМ (набарывание) к ВС памяти Г.Веричева г.Челябинск
5. 23-24.12 ВС памяти Г.Веричева до 23 лет (отбор на ПР) + 1 день ТЛ (набарывание) г.Челябинск
6. Организация сдачи контрольных тестов спортсменами.

Примечание: в период свободный от тренировочных мероприятий, индивидуальная работа с личными тренерами, согласно индивидуальных планов подготовки спортсменов.

Заместитель директора по спортивной подготовке



Е.М. Шестаков

Начальник отдела по спортивной работе



Е.Н. Клюкин

Старший тренер ССК Челябинской области



А.Е. Миллер

Старший тренер ССК Челябинской области



А.Е. Востриков

Старший тренер ССК Челябинской области



А.Ф. Игнатенко