

**План
подготовки сборной команды России
по фристайлу (могул) на 2009-2010 г.г.**

№№	Наименование мероприятий	Дней	Дата прибытия	Дата убытия	Место проведения	Спорт смен	Тренеров
Подготовительный период							
1 этап							
1	УТС по ОФП и БП	40	15.04.09	14.06.09	На местах		
2	УТС и КС по ОФП, БП, УМО	15	15.06.09	29.06.09	Москва	12	4
3	УТС по ЛП	30	30.06.09	29.07.09	Австрия	12	4
Тренировочно-подготовительный период							
2 этап							
4	УТС и КС по СФП, БП, УМО	16	25.08.09	09.09.09	Москва	12	4
5	УТС по ПЛВ	11	10.09.09	20.09.09	Германия	12	4
6	УТС по СЛП	31	21.09.09	21.10.09	Швейцария	12	4
7	УТС по ОФП, СФП	10	22.10.09	31.10.09	Турция, Египет	12	4
Соревновательный период							
3 этап							
8	УТС по СЛП	24	15.11.09	09.12.09	Финляндия	12	4
9	Участие в КМ	4	10.12.09	13.12.09	Финляндия	12	4
10	Участие в КМ	5	14.12.09	17.12.09	Франция	12	4
11	УТС к КМ	7	17.12.09	28.12.09	Финляндия	12	4
12	Участие в КМ	6	05.01.10	11.01.10	Calgary Канада	12	4
13	Участие в КМ	6	12.01.10	17.01.10	Deer Valley США	12	4
14	Участие в КМ	8	18.01.10	25.01.10	Lake Placid США	12	4
4 этап							
15	УТС по СЛП	10	25.01.10	11.02.10	Maning Park Канада	12	4
16	ЗОИ-2010	5	10.02.10	15.02.10	Канада	12	4
17	Участие в КМ	8	01.03.10	08.03.10	Inavashiro Япония	12	4
18	Участие в КМ	6	10.03.10	15.03.10	Are Швеция	12	4
19	Участие в ФКМ	7	17.03.10	22.03.10	Siera Nevada Испания	12	4

ОФП – общая физическая подготовка, СФП – специальная физическая подготовка, БП – батутная подготовка, ПЛВ – прыжки на лыжах в воду, ЛП – лыжная подготовка, СЛП – специальная лыжная подготовка.