|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено на заседании  Тренерского совета  Протокол № 8 от 23 ноября 2022 | УТВЕРЖДАЮ  Директор муниципального бюджетного учреждения  города Костромы «Спортивная школа №5 имени выдающегося земляка Анатолия Николаевича Герасимова»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.С. Колчанова |

**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА 2023 ГОД**

**СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 5 ГОРОДА КОСТРОМЫ ИМЕНИ А.Н. ГЕРАСИМОВА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование соревнований | Возрастная группа | Примерные сроки проведения | Место проведения |
|  | Межрегиональные соревнования по лыжным гонкам (лично-командное). Первенство ЦФО среди спортивных школ (СШ, ДЮСШ, СШОР) и спортивных клубов «Золотое Кольцо России» (1 этап) | Юноши, девушки 2007-2008, 2009-2010, 2011-2012, 2013-2014 г.р. | 06-08 января | г. Кинешма (Ивановская область) |
|  | Первенство федеральных округов  Юноши, девушки 17-18 лет (2005-06 г.р.) | 17.01 – Приезд.  18.01 – Свободный стиль – 10/15км.  19.01 – Спринт. Классический стиль.  20.01 – Официальная тренировка.  21.01 – Классический стиль – 5/10км.  22.01 – Эстафета. | 17 – 22  января | г. Ярославль |
|  | Открытая Рождественская лыжная гонка памяти С.П. Русских | По положению оргкомитета | январь | г. Волгореченск |
|  | Первенство Костромской области среди юношей, девушек 2007-2008 г.р., 2009-2010 г.р., 2011-2012 г.р. | Cl Юноши 2007-08 г.р. – 5 км, юноши 2009-10 г.р., девушки 2007-08 г.р., девушки 2009-10 г.р. – 3 км, юноши, девушки 2011-12 г.р. – 1 км | 29 января | Лыжная база ГБУ КО «СШОР им. А.В. Голубева» |
|  | Чемпионат и первенство Костромской области по лыжным гонкам на призы Областной Думы | 03.02 КЛ спринт,  04.02 СВ мужчины, юниоры -30 км, юноши 2005-06 г.р. – 15 км.  Женщины, юниорки – 15 км, юноши 2007-08 г.р., девушки 2005-06 г.р. -10 км  Девушки 2007-08 г.р. – 5 км  05.02 смешанная эстафета:  КЛ 1 этап –мужчины 5 км  2 этап – женщины 3 км  СВ 3 этап – мужчины 5 км  4 этап – женщины 3 км | 02 – 05 февраля | Лыжная база ГБУ КО «СШОР им. А.В. Голубева» |
|  | Первенство России  Юниоры, юниорки 21-23 года (2000-2002 г.р.) | 07.02 – Приезд.  08.02 – Спринт. Классический стиль.  09.02 – Свободный стиль – 10/15 км.  10.02 – Официальная тренировка.  11.02 – Эстафета.  12.02 – Масс-старт. Клас. стиль – 15/30км.  13.02 – День отъезда | 07-13 февраля | г. Тюмень |
|  | Лыжня России | По положению оргкомитета | февраль | п. Караваево |
|  | Первенство России  Юноши, девушки  17-18 лет  (2005-06 г.р.) | Юноши, девушки 15 – 16 лет 2007-2008 г.р.  14.02 – Приезд.  14.02 – Свободный стиль – 5/10 км.  16.02 – Спринт. Свободный стиль.  17.02 – Официальная тренировка.  18.02 – Классический стиль – 3/5 км.  19.02 – Эстафета.  20.02 – День отъезда | 14 – 20 февраля | г. Сыктывкар,  Республика Коми |
|  | Чемпионат и первенство города Костромы по лыжным гонкам | По положению оргкомитета | 23 февраля | г. Кострома |
|  | Межрегиональные соревнования по лыжным гонкам (лично-командное). Первенство ЦФО среди спортивных школ (СШ, ДЮСШ, СШОР) и спортивных клубов «Золотое Кольцо России» (Финал) | Юноши, девушки 2007-2008, 2009-2010, 2011-2012, 2013-2014 г.р. | 23-27 февраля | м. Марфино, Вичугский район (Ивановская область) |
|  | Фестиваль лыжного спорта «Золотые Купола» | По положению оргкомитета | 26-28 февраля | г. Нерехта |
|  | Первенство России | 28.02 – Приезд.  01.03 – Классический стиль-5/10км.  02.03 – Спринт. Классический стиль.  03.03 – Официальная тренировка.  04.03 – Свободный стиль – 10/15км.  05.03 – Эстафета.  06.03 – День отъезда | 28 февраля – 06 марта | с/п Чепецкое Кировская область |
|  | Соревнования по лыжным гонкам «Олимпийские надежды» на призы олимпийской чемпионки А.С.Олюниной | CL юноши 2007-2008 г.р. – 5 км,  Юноши 2009-2010 г.р., девушки 2007-2008 г.р., девушки 2009-20109 г.р. – 3 км,  юноши 2011-2012 г.р., девушки 2011-2012 г.р. – 1 км | 05 марта | п. Судиславль |
|  | Соревнования по лыжным гонкам среди учащихся «Весенний марафон – 2022» | По положению оргкомитета | март | г. Нерехта |
|  | Зимние спортивные игры Костромской области на призы губернатора Костромской области | По положению оргкомитета | Февраль / март | г. Буй |
|  | **«ХVII Традиционный Международный Ростех Деминский лыжный марафон FIS/WORLDLOPPET 2023»** | По положению оргкомитета | 03-05 марта | ЦЛС «Демино», г. Рыбинск |
|  | **Региональные соревнования по лыжным гонкам****«Галичское заозерье»** | По положению оргкомитета | 12 марта | д. Толтуново, Галичский муниципальный район |
|  | Соревнования по лыжным гонкам памяти тренера-преподавателя В.А. Загрядского | По положению оргкомитета | 18 марта | г. Буй |
|  | Лыжный марафон памяти патриота земли Русской И.Сусанина | СВ мужчины, юниоры, мужчины 40-49 лет – 50 км,  Женщины, юниорки, юноши 2005-06 г.р., мужчины 50-59 лет -30 км  девушки 2005-06 г.р., мужчины 60 лет и ст., женщины 45 лет и ст. – 20 км | 19 марта | Лыжная база ГБУ КО «СШОР им. А.В. Голубева» |
|  | Открытые соревнования по лыжным гонкам памяти преподавателя ФФК КГУ Смирнова Н.Н. | СВ мужчины, юноши 2005-06 г.р. – 15 км,  Женщины, девушки 2005-06 г.р., юноши 2007-08 г.р. – 10 км,  Девушки 2007-2008 г.р., юноши 2009-2010 г.р. – 5 км  Девушки 2009-2010 г.р. - 3 км | 26 марта | Лыжная база ГБУ КО «СШОР им. А.В. Голубева» |
|  | Открытый Чемпионат и Первенство Ярославской области среди лыжников по спринту | По положению оргкомитета | марта | СОК «Подолино» Ярославской области |
|  | Первенство СШ № 5 по лыжным гонкам | Юноши и девушки 2004 и старше, 2005-2006 г.р.; 2007-2008 г.р.,2009-2010 г.р., 2011 и моложе | март | г. Кострома, ул. Беленогова Юрия, 23а |
|  | Всероссийские соревнования «88-й Праздник Севера» | Мужчины, женщины | 28 – 30 марта | г. Мурманск |
|  | Всероссийские соревнования  «Приз ЗМС Р.П. Сметаниной»  Юноши, девушки  15-16 лет (2007-2008 г.р.) | 28.03 – Приезд.  29.03 – Классический стиль – 5/7,5км.  30.03 – Спринт. Классический стиль.  31.03 – Официальная тренировка.  01.04 – Свободный стиль – 3/5 км.  02.04 – Эстафета. | 28 марта – 02 апреля | г. Сыктывкар, Республика Коми |
|  | Всероссийские соревнования | Мужчины, женщины | 11-12 апреля | г. Апатиты, Мурманская область |
|  | Первенство СШ № 5 по общей физической подготовке | Юноши и девушки 2003 и старше, 2004-2005 г.р.; 2006-2007 г.р.,2008-2009 г.р., 2010-2011, 2012 и моложе | май | г. Кострома |
|  | Чемпионат и первенство Костромской области по лыжероллерам | СВ мужчины 10 км,  юноши 2006-07 г.р. – 8 км  женщины, юноши 2008-09 г.р. – 6 км  девушки 2006-07 г.р. – 4 км,  девушки 2008-09 г.р. – 2 км | 20 августа | г. Кострома, лыжероллераня трасса |
|  | Соревнования по кроссу с палками среди лыжников на Первенство муниципального района города Нерехты и Нерехтского района, матчевой встречи СШ городов Костромской, Ярославской, Ивановской областей. | По положению оргкомитета | сентябрь | г. Нерехта |
|  | Первенство СШ №5 по общей физической подготовке | По положению оргкомитета | сентябрь | г. Кострома |
|  | Первенство Костромской области по кроссу лыжников | Мужчины – 7,5 км,  Женщины, юноши 2006-07 г.р., юноши 2008-09 г.р. девушки 2006-07 г.р.– 5 км.  Девушки 2008-09 г.р., девушки 2010-11 г.р., юноши 2010-11 г.р. – 2,5 км | 1октября | Лыжная база ГБУ КО «СШОР им. А.В. Голубева» |
|  | Первенство СШ № 5 по бегу с лыжными палками | По положению оргкомитета | ноябрь | г. Кострома |
|  | Всероссийские соревнования «Хибинская гонка» | Мужчины, женщины | 15 - 20 ноября | г. Кировск, Мурманская область |
|  | Всероссийские соревнования «Сыктывкарская лыжня» | Мужчины, женщины | 25 – 28 ноября | г. Кировск, Мурманская область |
|  | Всероссийские соревнования  юноши и девушки 17 – 18 лет (2006-2007 г.р.) | 30.11 – Приезд  01.12 – Свободный стиль 5/10 км  02.12 – Спринт. Классический стиль  03.12 – Официальная тренировка  04.12 – Классический стиль 10/15 км | 30 ноября - 04 декабря | г. Сыктывкар,  Республика Коми |
|  | Областные соревнования «Синие зори» | По положению оргкомитета | 3 декабря | г. Солигалич |
|  | Первенство СШ № 5 по лыжным гонкам | По положению оргкомитет | декабрь | г. Кострома |
|  | Соревнования по лыжным гонкам «Гонка сильнейших памяти бронзового призера олимпийских игр в Скво-Вели А.И. Шелюхина, I-го этапа Чемпионата Костромской области» | 23.12 СВ мужчины – 7,5 км,  юноши 2006-07 г.р., юноши 2008-09 г.р. – 7,5 км,  женщины, девушки 2006-07 г.р., девушки 2008-09 г.р. – 5 км  24.12 СВ мужчины – 15 км,  Юноши 2006-07 г.р., юноши 2008-09 г.р. – 7,5 км,  Женщины, девушки 2006-07 г.р., девушки 2008-09 г.р. – 5 км | 23 – 25 декабря | г. Нерехта |
|  | Первенство города Костромы по лыжным гонкам «Новогодний спринт памяти тренера А.Н. Герасимова» | По положению оргкомитета | 28 декабря | г. Кострома |
|  | Открытые соревнования памяти Морозова А.А. | По положению оргкомитета | 30 декабря | Лыжная база ГБУ КО СШОР им. А.В. Голубева |
|  | Тренировочные сборы в каникулярный период | В соответствии с планом-графиком тренировочного процесса | Ноябрь, январь, апрель, июнь, июль, август | г. Кострома,  ул. Беленогова Юрия 23а |
|  | Тренировочный сборы по общей и специальной физической подготовке | В соответствии с планом-графиком тренировочного процесса | В течение года | По назначению |
|  | Тренировочные сборы по подготовке к соревнованиям | В соответствии календарным планом школы, города и области | В течение года | По назначению |