



*Уважаемые Дамы и Господа,
сообщаем Вам,
что 31 марта, 1 апреля 2007 года*

Институт Йога Гуру Ар Сантэма
Школа Йога Гуру Ар Сантэма
проводят

V Международный открытый Турнир по Йоге.

Турнир будет проходить на Украине
в городе Днепропетровске

Программа турнира включает в себя следующие виды соревнований:

1. Детская йога (показательные выступления).
2. Индивидуальные соревнования по классической йоге
(обязательная программа, для представителей ШЙГАС, занимающихся не более 4-х лет).
3. Индивидуальные соревнования по классической йоге
(произвольная программа).
4. Индивидуальные соревнования по выполнению динамических комплексов.
5. Командные соревнования по выполнению динамических комплексов.
6. Свободный стиль.

Турнир был задуман и проводится.

- Для распространения йоги как способа жизни на Волге (Земле).
- Пропаганда оздоровительно-культурного действия йоги.
- Включение йоги в Олимпийский вид спорта
- Для развития и поддержания единства ШЙГАС
- Для повышения мастерства обучения Учителей, инструкторов-методистов, преподавателей йоги.
- Для объединения племён, наций, народностей, национальностей и народов в создании единой культуры без войн, фашизма, межэтнических конфликтов.
- Для мирного сосуществования всех структур государства и общества.
- Для эволюции Земли (Волги) и Космоса

Хартия Турнира:

- Соблюдать правила турнира
- Выполнять ритуалы турнира.
- Почитать учителей, уважать судей, соперников и гостей турнира.
- Развивать йогу и способствовать популяризации, продвижению и защите Йоги на Волге (Земле).
 - Не использовать должности и должностное положение во время соревнований в корыстных целях.
 - Не применять допинги, психотропные средства и наркотики.
 - Не создавать негативную обстановку на турнире.
 - Не проявлять предвзятости в отношениях и взаимодействиях на турнире.
- Стремиться к выполнению природных законов.
- Самостоятельное поддержание физической и психологической формы, необходимое для участия в соревновании во время соревнования.
 - Не падать духом
 - Осуществлять дружескую поддержку другим командам
 - Главное не выигрыш главное участие
 - Проявлять личную инициативу, не разрушая единство команды
 - Поддерживать сплоченность команд
 - Не использовать атрибутов не по назначению.
 - Быть честным в выступлении.
 - Стремиться к победе, не желая проигрыша другому.

1. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО КЛАССИЧЕСКОЙ ЙОГЕ (обязательная программа)

Данный вид соревнований предусматривает участие только представителей ШЙГАС, занимающихся в ШЙГАС не более 4-х лет. Участники должны будут продемонстрировать асаны предложенные организаторами турнира.

Соревнования в этом виде пройдут в шести возрастных категориях:

- 1 категория – участники в возрасте 18-28 лет;
- 2 категория – участники в возрасте 28-40 лет;
- 3 категория – участники в возрасте 40-52 года;
- 4 категория – участники в возрасте 52-62 года;
- 5 категория – участники в возрасте 62-68 лет;
- 6 категория – участники в возрасте старше 68 лет.

В данном виде соревнований могут принимать участие 1-6 человека от города.

Предлагается выполнение асан без музыкального фона. Каждый участник выполняет асаны в своём ритме.

Соревнования пройдут в три тура.

1 тур – отборочный

Участникам необходимо продемонстрировать пять асан:

Асаны для 1 и 2-ой возрастной категории:

1. Полное дыхание йогов стоя на одной ноге;
2. Вирахадрасана;
3. Поза радости;
4. Ардха Чандрасана;
5. Падмасана.

Асаны для 3 и 4-ой возрастной категории:

1. Пранаяма №8, А
2. Пашимотанасана к одной ноге
3. Ардхабхуджангасана 3 разновидности
4. Ардхаматсиендрасана 1 разновидность
5. “Зигзаг”

Асаны для 5 и 6-ой возрастной категории:

1. ПЙД на одной ноге;
2. Падангуштхасана;
3. Бхуджангасана 2;
4. Ардхаматсиендрасана 1;
5. Падмасана

Максимальное количество полуфиналистов – тридцать человек. Количество полуфиналистов может быть изменено по усмотрению организаторов в зависимости от количества участников турнира и их уровня подготовки.

2 тур – полуфинал

Участникам необходимо продемонстрировать шесть асан:

Асаны для 1 и 2-ой возрастной категории:

1. Парсфоттанасана;
2. Сиранжустасана;
3. Уштрасана;
4. Паривритапарсфоттанасана;

5. Сиршасана;
6. Чакрасана.

Асаны для 3 и 4-ой возрастной категории:

1. Дыхание для укрепления нервов
2. Триконасана 2 разновидность
3. Сиршасана
4. Сарвангасна
5. Халасана
6. Матсиасана 2 разновидность

Асаны для 5 и 6-ой возрастной категории:

1. Пранаяма №6 большая
2. Сирангуштхасана
3. Мандукасана
4. Уштрасана
5. Йога-Мудра с Симхасаной
6. Дханурасана

Максимальное количество финалистов – шесть человек. Количество финалистов может быть изменено по усмотрению организаторов в зависимости от количества участников турнира и их уровня подготовки.

3 тур – финал

Финалистам необходимо продемонстрировать следующие асаны:

Асаны для 1 и 2-ой возрастной категории:

1. Йога-Мудра к одной ноге;
2. Бхуджангасана 3-я разновидность
3. Мандукасана
4. Курмасана
5. Матсиасана, разновидность В
6. Майюрасана
7. Салабхасана
8. Кукутасана.

Асаны для 3 и 4-ой возрастной категории:

1. “Молот”
2. Паривритапаршваконасана
3. Майюрасана
4. Уштрасана
5. Курмасана
6. Чакрасана
7. Кукутасана

Асаны для 5 и 6-ой возрастной категории:

1. Уттхитапаршваконасана
2. Ардхачандрасана
3. Виравхадрасана
4. Сиршасана
5. Сарвангасана
6. Матсиасана 1 разновидность
7. Майюрасана

СУДЕЙСТВО
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО КЛАССИЧЕСКОЙ ЙОГЕ
(обязательная программа)

Судейство будет проходить по критериям.

Основные критерии

1. Вход в асану

- ❖ В каждую асану должен быть правильный вход. Это – исходное положение, дыхание и движение совмещенное с дыханием.

2. Правильное положение тела в асане.

- ❖ Оценивается положение тела в асане, правильное дыхание или задержка дыхания на вдохе или на выдохе.

3. Состояние и внимание

- ❖ При выполнении асаны внимание должно быть направлено в строго определенную часть тела, а так же степень сосредоточения на выполнении асаны (дух йоги).

4. Выход из асаны.

- ❖ Движение, совмещённое с дыханием, а также поза в конце выхода.

Дополнительные критерии

1. Гибкость и растяжка

- ❖ Здесь оценивается степень приближения к идеальному выполнению асаны.

2. Эстетика

- ❖ Не должно быть напряжения в асане, гримас на лице, видимых усилий при входе, выходе и нахождении в асане.
- ❖ Артистизм в выполнении асан, и умение преподнести их публике.
- ❖ Заканчивать выполнение асаны можно только по команде судий.

1. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО КЛАССИЧЕСКОЙ ЙОГЕ (произвольная программа)

Данный вид соревнований предусматривает участие как представителей ШЙГАС, так и представителей других школ. Участники должны будут продемонстрировать асаны по своему выбору.

Соревнования в этом виде пройдут в шести возрастных категориях:

- 1 категория – участники в возрасте 18-28 лет;
- 2 категория – участники в возрасте 28-40 лет;
- 3 категория – участники в возрасте 40-52 года;
- 4 категория – участники в возрасте 52-62 года;
- 5 категория – участники в возрасте 62-68 лет;
- 6 категория – участники в возрасте старше 68 лет.

В данном виде соревнований могут принимать участие все желающие.

Соревнования пройдут в три тура.

1 тур – отборочный

Участникам необходимо продемонстрировать четыре асаны: одну **на гибкость и растяжку**, вторую **на скручивание**, третья – **силовая**, четвёртая асана – **на равновесие**.

Максимальное количество полуфиналистов – тридцать человек. Количество полуфиналистов может быть изменено по усмотрению организаторов в зависимости от количества участников турнира и их уровня подготовки.

2 тур – полуфинал

Участникам необходимо продемонстрировать четыре асаны: одну **на гибкость и растяжку**, вторую **на скручивание**, третья – **силовая**, четвёртая асана – **на равновесие**. Это могут быть те же самые асаны, которые участник продемонстрировал в отборочном туре или другие асаны.

Максимальное количество финалистов – шесть человек. Количество финалистов может быть изменено по усмотрению организаторов в зависимости от количества участников турнира и их уровня подготовки.

3 тур – финал

Участникам необходимо продемонстрировать шесть асан: одну на гибкость и растяжку, вторую **на скручивание**, третья – **силовая**, четвёртая асана – **на равновесие**, пятая и шестая асана **произвольные**. Это могут быть те же самые асаны, которые участник продемонстрировал в предыдущих турах или другие асаны.

СУДЕЙСТВО
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО КЛАССИЧЕСКОЙ ЙОГЕ
(произвольная программа)

Судейство будет проходить по критериям.

Основные критерии

1. Вход в асану

- ❖ В каждую асану должен быть правильный вход. Это – исходное положение, дыхание и движение совмещенное с дыханием.

2. Правильное положение тела в асане.

- ❖ Оценивается положение тела в асане, правильное дыхание или задержка дыхания на вдохе или на выдохе.

3. Состояние и внимание

- ❖ При выполнении асаны внимание должно быть направлено в строго определенную часть тела, а так же степень сосредоточения на выполнении асаны (дух йоги).

4. Выход из асаны.

- ❖ Движение, совмещённое с дыханием, а также поза в конце выхода.

Дополнительные критерии

1. Гибкость и растяжка

- ❖ Здесь оценивается степень приближения к идеальному выполнению асаны.

2. Эстетика

- ❖ Не должно быть напряжения в асане, гримас на лице, видимых усилий при входе, выходе и нахождении в асане.
- ❖ Артистизм в выполнении асан, и умение преподнести их публике.
- ❖ Заканчивать выполнение асаны можно только по команде судий.

3. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ДИНАМИЧЕСКИХ КОМПЛЕКСОВ

Данный вид соревнований предусматривает участие только представителей ШЙГАС.

Соревнования в этом виде пройдут в шести возрастных категориях:

- 1 категория – участники в возрасте 18-28 лет;
- 2 категория – участники в возрасте 28-40 лет;
- 3 категория – участники в возрасте 40-52 года;
- 4 категория – участники в возрасте 52-62 года;
- 5 категория – участники в возрасте 62-68 лет;
- 6 категория – участники в возрасте старше 68 лет.

В данном виде соревнований могут принимать участие 1-6 человека от города. Соревнования пройдут в один или два тура, в зависимости от количества участников.

Первый тур (отборочный)

В этом виде соревнований участникам необходимо продемонстрировать выполнение динамических комплексов, составленных самими участниками. Комплексы выполняются без музыкального сопровождения. Каждый участник выполняет комплекс в своём ритме.

Во второй, финальный тур, выходят шесть участников.

Второй тур (финал)

В финале участники демонстрируют динамический комплекс, составленный самими участниками. Это может быть тот же комплекс, что и в отборочном туре.

Комплексы выполняются под музыкальное сопровождение. Музыкальное сопровождение самостоятельно подбирается участниками турнира

Организаторы турнира оставляют за собой право предложить участникам свое музыкальное сопровождение в случае большого количества участников данного вида соревнований.

Требования к комплексам:

- Комплекс должен содержать не менее 16 асан.
- Основную часть комплекса (не менее половины) должны составлять асаны и пранаямы из приведенного ниже списка. Остальную часть можно наполнить по своему усмотрению, введя упражнения их Коловороты, мышечно-суставной, храмовой гимнастики, гимнастики для грандх, других гимнастик, изучаемых в ШЙГАС или другие упражнения.
- Правила составления гармоничного комплекса:
 - Вход, выполнение, выход и переход к следующему упражнению
 - Желательно наличие перевёрнутых поз
 - Наличие контр поз
- Время выполнения **не более 4-х минут.**

При превышении лимита времени выполнения комплекса, музыкальное сопровождение может быть остановлено, и к участнику могут быть применены штрафные санкции

АСАНЫ И ПРАНАЯМЫ ИЗ ПРОГРАММЫ ШЙГАС 4-Х ЛЕТ ОБУЧЕНИЯ

Асаны и пранаямы сгруппированы по годам обучения в ШЙГАС. При составлении комплексов учитывайте, на каком году вы сейчас обучаетесь.

Асаны и пранаямы 1-го года обучения

ПДЙ сидя, лёжа,	Ардхасалабхасана II
ПДЙ стоя на одной – двух ногах.	Салабхасана.
Стойка на носках	Ардхаматсиендрасана
Падахастасана (Уттанасана - наклон головы к ногам)	Уддияна бандха.
Упор-присев на левой (правой) ноге.	Уддияна бандха кирийя.
Пранаяма №4 (отжимание)	Наули.
Зигзаг (Аштанга Намаскара)	Халасана.
Поза собаки (Урдхва мукха шванасана).	Пранаяма №1 (Дерево)
Поза кошки (Парватасана).	Пранаяма №8 А, Б, В (Кулачки)
Наклон назад (Хаста Уттанасана).	Молот.
Падмасана.	Симхасана.
Кумбхака (задержка на вдохе)	Ардхабхуджангасана I
Уджайи I, II.	Ардхабхуджангасана II
Вакрасана.	Ардхабхуджангасана III
Йога мудра.	Пранаяма №5 (Отжимание от стены).
Пранаяма №6, большая, малая	Дыхание для укрепления нервов.
Випаратакарани.	Пранаяма №7 (Порционный вдох).
Матсиасана I	Сукха пурвака.
Матсиасана II	Йога мудра с симхасаной.
Акапалабхати.	Майурасана.
Капалабхати.	Дханурасана.
Бхастрика I	Сиршасана
Анулома Вилома (Нади Шодхана)	Пранаяма №9 (Укрепление голосовых связок)
Пашчимоттанасана	Пранаяма №10 (Растягивание рёбер) I, II
Бхуджангасана I, II	Суптаваджрасана.
Триконасана I	Гомукхасана.
Триконасана II	Пранаяма №11 (Возбуждение лёгочных клеток).
Трикрнасана III	Пранаяма №12 (штанга).
Сарвангасана	Ардхамандукасана.
Пранаяма №2 (Лыжник)	Мандукасана.
Пранаяма №3 (Мельница).	Уштрасана
«Ха»-дыхание стоя.	Чакрасана
«Ха»-дыхание лёжа	
Ардхасалабхасана I	

42 асаны Коловорота (Сарва Дева Намаскар)

*Асаны и пранаямы 2-го года обучения
(то, что добавляется)*

Ардхаматсиендрасана II
Ардхаматсиендрасана III
Сарпасана
Насос
Суптападангуштхасана I, II, III
Йога мудра к одной ноге.
Пурвоттанасана (скамейка).
Паршвоттанасана.

Сирангуштхасана.
Виравхадрасана.
Ардхачандрасана.
Матсиасана А, Б, В.
Толангуласана.
Падангуштхасана (Падахастасана)
Курмасана.
Кукутасана

Асаны и пранаямы 3-го года обучения

Пранаяма №2 I, II
Пранаяма №3 I, II

Бхуджангасана III (бхуджангандрасана)
Пашчимоттанасана к одной ноге

Асаны и пранаямы 4-го года обучения

Брамари
Бхастрика II, III

Утгхитапаршваконасана
Паривритапаршваконасана

**СУДЕЙСТВО
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ДИНАМИЧЕСКИХ КОМПЛЕКСОВ**

Судейство будет проходить по критериям.

Основные критерии

1. Переход из асаны в асану

- ❖ Учитывается компенсаторное воздействие асан в комплексе. Например: если асана понижает кровяное давление, то следующая за ней асана должна повышать давление или хотя бы не понижать его. Далее, если есть в комплексе наклон в одну сторону, то желателен наклон и в другую сторону.

2. Вход в асану

- ❖ В каждую асану должен быть правильный вход. Это – исходное положение, дыхание и движение совмещенное с дыханием.

3. Правильное положение тела в асане.

- ❖ Оценивается положение тела в асане, правильное дыхание или задержка дыхания на входе или на выдохе.

4. Состояние и внимание

- ❖ При выполнении асаны внимание должно быть направлено в строго определенную часть тела, а так же степень сосредоточения на выполнении асаны (дух йоги).

5. Выход из асаны.

- ❖ Дыхание, совмещённое с дыханием, а также поза в конце выхода.

Дополнительные критерии

1. Эстетика и композиция. Музыкальное оформление

- ❖ Этот пункт судейства предусматривает:
 - а) соответствие характера музыки характеру исполнения комплекса участником турнира;
 - б) музыкальность выполнения комплекса, чувство ритма;
 - в) наличие художественного образа (желательно);
 - г) оригинальность костюма и соответствие костюма художественному образу (желательно). Одно из условий этого подпункта – костюм должен позволять видеть движения и фигуру участника.

2. Гибкость и растяжка

- ❖ Здесь оценивается степень приближения к идеальному выполнению асан.

3. Эстетика

- ❖ Не должно быть напряжения в асанах, гримас на лице, видимых усилий при входе, выходе и нахождении в асане.
- ❖ Артистизм в выполнении асан, и умение преподнести их публике.

4. Уровень сложности асан, включенных в программу – балл, полученный за выступление, умножается на коэффициент сложности от 1 до 1,3

4. КОМАНДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ДИНАМИЧЕСКИХ КОМПЛЕКСОВ

Данный вид соревнований предусматривает участие только представителей ШЙГАС. Соревнования пройдут в один или два тура, в зависимости от количества участников.

Комплекс выполняется под музыкальное сопровождение. Музыкальное сопровождение команды подбирают сами.

Первый тур (отборочный)

Командное выполнение динамических комплексов, составленных участниками самостоятельно.

После первого тура в финал выходит шесть команд.

Второй тур (финал)

Командное выполнение динамических комплексов, составленных участниками самостоятельно. Это может быть тот же комплекс, что и в отборочном туре.

Требования к командам:

- Город или школа могут выставить не более одной команды.
- Количество членов команды – от 3-х до 8-ми человек
- Наличие индивидуальной формы команды.

Требования к комплексам:

- Название комплекса, отражающее его идею (как его объявлять)
- Комплекс должен содержать не менее 16 асан.
- Основную часть комплекса (не менее половины) должны составлять асаны и пранаямы из приведенного выше списка. Остальную часть можно наполнить по своему усмотрению, введя упражнения их Коловорота, мышечно-суставной, храмовой гимнастики, гимнастики для грандх, других гимнастик, изучаемых в ШЙГАС или другие упражнения.
- Правила составления гармоничного комплекса:
 - Вход, выполнение, выход и переход к следующему упражнению
 - Желательно наличие перевёрнутых поз
 - Наличие контр поз
- Время выполнения **не более 5-ми минут.**

При превышении лимита времени выполнения комплекса, музыкальное сопровождение может быть остановлено, и к команде могут быть применены штрафные санкции

**СУДЕЙСТВО
КОМАНДНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ
ДИНАМИЧЕСКИХ КОМПЛЕКСОВ**

Судейство будет проходить по критериям.

Основные критерии

1. Переход из асаны в асану

- ❖ Учитывается компенсаторное воздействие асан в комплексе. Например: если асана понижает кровяное давление, то следующая за ней асана должна повышать давление или хотя бы не понижать его. Далее, если есть в комплексе наклон в одну сторону, то желателен наклон и в другую сторону.

2. Вход в асану

- ❖ В каждую асану должен быть правильный вход. Это – исходное положение, дыхание и движение совмещенное с дыханием.

3. Правильное положение тела в асане.

- ❖ Оценивается положение тела в асане, правильное дыхание или задержка дыхания на вдохе или на выдохе.

4. Состояние и внимание

- ❖ При выполнении асаны внимание должно быть направлено в строго определенную часть тела, а так же степень сосредоточения на выполнении асаны (дух йоги).

5. Выход из асаны.

- ❖ Движение, совмещённое с дыханием, а также поза в конце выхода.

Дополнительные критерии

1. Эстетика и композиция. Музыкальное оформление

- ❖ Этот пункт судейства предусматривает:
 - а) соответствие характера музыки характеру исполнения комплекса участником турнира;
 - б) музыкальность выполнения комплекса, чувство ритма;
 - в) наличие художественного образа (желательно);
 - г) оригинальность костюма и соответствие костюма художественному образу (желательно). Одно из условий этого подпункта – костюм должен позволять видеть движения и фигуру участника;
 - д) синхронность участников команды при выполнении комплексы.

2. Гибкость и растяжка

- ❖ Здесь оценивается степень приближения к идеальному выполнению асан.

3. Эстетика

- ❖ Не должно быть напряжения в асанах, гримас на лице, видимых усилий при входе, выходе и нахождении в асане.
- ❖ Артистизм в выполнении асан, и умение преподнести их публике.

4. Уровень сложности асан, включенных в программу – балл, полученный за выступление, умножается на коэффициент сложности от 1 до 1,3

5. СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ

Этот раздел является фестивальной частью турнира. Каждый желающий (или команда) может продемонстрировать свои достижения в йоге, которые связаны с необычными способностями, и умение владеть своим телом.

В раздел показательных выступлений также входит ДЕТСКАЯ ЙОГА, где могут выступить участники до 18 лет, включая тех, кто только намеревается родиться.

Если Вы беременная пара, если у Вас есть детские группы или Вы юный участник – приглашаем Вас выступить в этом разделе.

Время выступления до 3 минут.

В связи с большим количеством участников в разделе Свободный Стиль организаторы оставляют за собой право ввести ограничение по количеству номеров от одного города.

Школа Йога Гуру Ар Сантэма понимает Йогу как науку о способе жизни на нашей планете и во всей Вселенной. Науку, изучая которую, человек приходит к гармонии духа и тела, обретает здоровье и счастье жизни.

Познанием этих секретов занимаются адепты различных школ классической йоги, китайской йоги, все школы единоборств на высших своих ступенях занимаются тем же. Мы уверены, что развиваться духовно, можно занимаясь танцем, пластикой, любым видом движения. Поэтому мы будем рады видеть на нашем турнире всех, кто занимается духовными практиками, связанными с движением, различными направлениями йоги, школами единоборств, школами динамической медитации, школами танцев и всех, кто сочетает движение с духовным совершенствованием.

Вам мы предлагаем выступить в разделе «свободный стиль».

ВНИМАНИЕ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ И ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ ШЙГАС В РЕГИОНАХ!

В программу турнира, как часть показательных выступлений, введены гимнастики, являющиеся частью учебной программы Школы Йога Гуру Ар Сантэма.

Необходимо, чтобы гимнастики выполняли не только участники на сцене, но и по возможности весь зал. Желательно чтобы был анонс данной гимнастики, комментарий во время выполнения. Побольше юмора.

Время выполнения – до 8-ми минут.

Гимнастика на выживание	г. Электросталь
Храмовая гимнастика	г. Днепропетровск
Суставная гимнастика	г. Минск (филиал ШЙГАС “Возрождение культуры”)
Око возрождения	г. Чернигов
Гимнастика для позвоночника	г. Вятка
Гимнастика для грандх	г. Минск (Белорусский филиал ШЙГАС)

НЕ ЗАБУДЬТЕ !!!
АУДИО ДИСКИ С ЗАПИСЬЮ МУЗЫКИ ДЛЯ ВАШЕГО ВЫ-
СТУПЛЕНИЯ !
ПРОСИМ МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРЕДОСТАВ-
ЛЯТЬ ТОЛЬКО НА АУДИО ДИСКАХ !

Описание асан можно взять из методического пособия "Комплексы Школы четырёх лет обучения". А также на сайте (см контакты).

Каждый участник может выступить в одном или нескольких видах программы, по желанию.

Ввиду того, что турнир не является коммерческим мероприятием, и организаторы несут на себе основную финансовую нагрузку, все участники вносят сумму за участие в турнире. В данный момент эта сумма составляет 200 гривен.

ПОДРОБНОСТИ МОЖНО УЗНАТЬ ЗДЕСЬ:

www.santemfilial.dp.ua;

+38 (096) 53-23-474

+38 (068) 417-37-16

+38 (050) 64-88-393

ЗАЯВКИ И ВОПРОСЫ ПРИСЫЛАЙТЕ ПО АДРЕСУ:

ingar@ua.fm

vasilid@ukr.net

turnir2007@yoga.dp.ua

Для надёжности высылайте почту одновременно на все эти адреса. При отсылке включайте опцию "Запрашивать подтверждение о прочтении". Если Вам не пришло подтверждение о том, что письмо прочитано, пробуйте снова или используйте другие способы связи

ПРОСЬБА !!!

**Просим прислать заявки на участие в турнире заранее.
Регистрироваться можно уже сейчас.**

ИНДИВИДУАЛЬНА ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ В ТУРНИРЕ

1. ФИО, год рождения, сколько лет, какую команду представляете (город или школу), виды соревнования, в которых намереваетесь участвовать (детская йога, классика обязательная, классика произвольная, динамика, свободный стиль).
2. Название асан, с описанием терапевтического и психического эффектов (по вашему мнению) для выступления в разделе классическая йога, произвольная программа. (Если у Вас возникают вопросы по эффектам асан, Вы можете обратиться за помощью в ИЙГАС на кафедры Йоги и Медико-Целительскую).
3. Описание комплексов (один или два) для выступления в разделе индивидуальная динамическая йога. (порядок асан, дыхание в комплексе, терапевтический и психический эффект комплекса)
4. Контактная информация.

ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ В СВОБОДНОМ СТИЛЕ

1. В составе какой команды вы прибываете.
2. Название номера (как объявить).
3. Кто руководитель и др.
4. Списочный состав (ФИО) участников
5. Работа с точки или с выхода
6. Точное время номера
7. Тематика номера. Общее описание.

КОМАНДНАЯ ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ В ТУРНИРЕ

1. Название команды (не обязательно), какой город или школу представляете.
2. Кто руководитель, капитан, тренер и др.
3. Списочный состав команды (ФИО) – те, кто будет выступать.
4. Расписанный командный комплекс, который вы будете выполнять в отборочном туре. Чем лучше вы распишите комплекс, тем легче судьям будет Вас оценить правильно.
5. Расписанный командный комплекс, который вы будете выполнять в финале (это может быть тот же комплекс).
6. Названия комплексов, отражающие их идею.
7. Когда и каким поездом/самолётом прибываете. Каково общее количество человек в команде (сколько человек прибывает).
8. Контактная информация.

* - (точное время прибытия можно сообщить до 20 марта 2007, остальные данные – до 28 февраля 2007)

** - убедительно просим предоставлять описания и эффекты асан и комплексов. Своей творческой работой Вы осуществляете вклад в развитие ШЙГАС и йоги.

Организационный комитет
V Международного открытого турнира по йоге
просит оказать спонсорскую, меценатскую или другую
посильную помощь

Реквизиты:

Общественная организация “Йога – способ жизни на Земле”
ЕГРПОУ 33856877
49000, Украина, г. Днепропетровск, ул. Литейная 3

Для пересылки гривны:

КБ "Приватбанк" МФО 305299, ОКПО 14360570
49000, Украина, г. Днепропетровск, ул. Ленина 14
счёт в гривне: 26009060004631

Для пересылки рублей:

счёт в рублях: 26031050001270
Банк получателя: ПРИВАТБАНК, ДНЕПРОПЕТРОВСК, УКРАИНА
Счёт банка получателя в банке корреспонденте: 30231810000000158100
Банке корреспондент: МОСКОМПРИВАТ, МОСКВА, РОССИЯ
БИК банка корреспондента: 044585342
ИНН: 7713003871
Номер счёта банка корреспондента в РКЦ ЦБ РФ: 30101810400000000342

Для пересылки долларов США:

счёт в долларах США: 26031050001225
Bank of beneficiary: PRIVATBANK DNEPROPETROVSK, UKRAINE
SWIFT CODE: PBANUA2X
Intermediary Bank: JP MORGAN CHASE BANK
CHASE METROTECH CENTER,
7TH FLOOR BROOKLYN, NY 11245 USA
SWIFT CODE: CHASUS33
Correspondent Account: 0011000080

Назначение платежа: Благотворительная помощь для организации V-го Международного Открытого Турнира по Йоге

Либо наличными деньгами при личной встрече.

Контакты:

vasilid@ukr.net, ingar@ua.fm, turnir2007@yoga.dp.ua
+38 (050) 64-88-393
Благодарим за помощь

Благодарим за Внимание