

# 全国啦啦操委员会

---

体啦字〔2016〕037号

## 全国啦啦操委员会关于印发2016版全国 啦啦操规定动作培训班的通知

各有关单位：

“2016版全国啦啦操规定动作培训班”将于7月在江苏省南京市举行，现将具体事宜通知如下：

一、举办时间、地点：

（一）时间：7月15日-19日

（二）地点：江苏省南京市

二、参与对象：

（一）全国各大中小学、俱乐部从事啦啦操训练的教练员、运动员（学生）；

（二）对啦啦操有兴趣的老师、学生及社会人士（鼓励整队参加）。

三、课程内容（课表详见附件一）：

（一）2016版全国啦啦操规定动作；

（二）舞蹈啦啦操：花球、街舞训练方法教学。

（三）技巧啦啦操：各级别讲解与教学；

（四）啦啦操等级运动员能力测试。

四、导师团队：由国家体育总局体操运动管理中心及全国啦啦操委员会联合选派。

五、报名方式：请于6月6日至7月1日登录中国啦啦操官

---

方网站（www.ccachina.org）首页，点击“报名登录”，选择“会议培训报名”，按要求填写相关资料，进行网上报名，逾期报名不予受理。

#### 六、参训经费：

（一）双人间（2400元人民币/人/四晚五天），包括：

1. 食宿及市内交通费；
2. 医疗及意外保险；
3. 2016版全国啦啦操规定动作授课费；
4. 纪念T恤、运动短裤两套；
5. 啦啦操专业运动鞋一双；

（二）单人间（3400元人民币/人/四晚五天），包含：

1. 食宿及市内交通费；
2. 医疗及意外保险；
3. 2016版全国啦啦操规定动作授课费；
4. 纪念T恤、运动短裤两套；
5. 啦啦操专业运动鞋一双；

#### 七、付款方式：

（一）线上付款：网上报名后，进入付款平台，点击“在线付款”，通过支付宝进行付款（支付宝可绑定公务卡进行在线付款）；

（二）通过银行汇入指定账户：请在汇款单上注明“2016规定动作培训班+姓名”，如“2016规定动作培训班+刘颖”；

账户名称：南京新恒鼎体育推广有限公司

账 号：4301031019100012341

开 户 行：中国工商银行南京河西新城科技支行

（三）现场刷公务卡付款：网上报名时，进行付款选择“公务卡刷卡”；报到时，不接收现金缴费，只接受“公务卡”现场

刷卡（不含借记卡以及其他信用卡），缴费成功后报名方可生效。

八、联系人及联系电话：

倪可欣：15380873695

孙 婷：15380873679

孙桂红：13813814782

九、其他事项：训练营期间参加能力测试的运动员请在报名时确认测试项目。



附件一：

### 2016 版啦啦操规定动作培训班日程安排

日期		上课内容		授课导师
7 月 15 日	13:00-19:00	报到		寇 磊
7 月 16 日	上午	09:00-09:30	开营仪式（照相）	寇 磊
		09:30-10:30	2016 版啦啦操规定动作分级讲解	CCA 导师团队
		10:30-11:30	运动员能力测试内容介绍与训练	
	休息			
	下午	14:00-18:00	2016 版啦啦操规定动作—花球分组别教学与练习	CCA 导师团队
晚上	19:00-20:30	花球啦啦操技术交流		
7 月 17 日	上午	09:00-10:00	2016 版啦啦操规定动作—0、1 级教学与练习	CCA 导师团队
		10:00-11:30	2016 版啦啦操规定动作—2 级教学与练习	
	休息			
	下午	14:00-18:00	2016 版啦啦操规定动作—街舞分组别教学与练习	CCA 导师团队
晚上	19:00-20:30	街舞啦啦操技术交流		
7 月 18 日	上午	09:00-10:30	2016 版啦啦操规定动作—3 级教学与练习	CCA 导师团队
		10:30-11:30	2016 版啦啦操规定动作—4 级教学与练习	
	休息			
	下午	14:00-18:00	2016 版啦啦操规定动作—爵士分组别教学与练习	CCA 导师团队
	晚上	19:00-20:30	技巧运动员成套修改和等级测试内容的专项训练	CCA 导师团队
7 月 19 日	上午	08:30-10:30	啦啦操星级运动员等级测试	CCA 导师团队
		11:00-11:30	结业典礼	
	休息			
	下午	14:00前	离会	CCA 导师团队