

全 国 啦 啦 操 委 员 会

全国啦啦操委员会关于印发举办 2020年全国啦啦操七彩星级 训练营（天津站）的通知

各有关单位：

为了进一步贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，按照《青少年体育活动时间计划》的相关要求，大力发展青少年啦啦操俱乐部，提升啦啦操运动员技术水平，加强啦啦操团队文化建设，培养“四好”啦啦操运动员。经报请国家体育总局体操运动管理中心同意，我委员会定于1月5-10日在天津市举办“2020年全国啦啦操七彩星级训练营（天津站）”。现将具体事宜通知如下：

一、主办单位

全国啦啦操委员会

二、承办单位

天津市啦啦操委员会

天津市啦啦操运动协会

天津亚太国际体育文化发展有限公司

三、举办时间、地点：

（一）时间：1月5-10日；

(二) 地点：天津市东丽区华明高新区三纬西路与华兴璐交叉口乐知城四楼。

四、参训学员：

(一) 有一定啦啦操基础的学员：已获得啦啦操七彩星级运动员等级证书的学员；

(二) 零基础学员：热爱啦啦操运动的 3-14 岁少儿学员。

五、课程内容：

(一) 啦啦操团队文化建设；

(二) 啦啦操七彩星级运动员（红、橙、黄、绿、青、蓝、紫）考级动作组合、技术技巧、身体素质等课程教学；

(三) 亲子啦啦操、看台啦啦操教学；

(四) 根据参加不同学员的技术水平进行个性化、专业化指导。

六、日程安排：

(一) 培训时间：1月6日 09:00 至 1月10日 17:00；

(二) 报到时间：

1. 外地学员：1月5日 12:00-19:00；

2. 天津本地学员：1月6日 08:00-08:45；

(三) 报到地点：天津市东丽区华明高新区三纬西路与华兴璐交叉口乐知城四楼；

(四) 详细日程安排表详见附件一。

七、导师团队：由全国啦啦操委员会选派全国啦啦操金牌

导师进行授课。

八、相关资质认证：

（一）所有全程参与培训的学员，均可获得由全国啦啦操委员会颁发的七彩星级训练营结业证书；

（二）符合七彩星级运动员等级条件的学员可申请考取相应级别的七彩星级运动员等级证书。

九、报名方式与相关要求：

（一）以啦啦操俱乐部、学校或其他团体等形式由相关负责老师组织集体报名；

（二）请相关人员于2019年12月30日前登录中国啦啦操官方网站（www.ccachina.net）首页“培训及会议报名专栏”，选择“2020年七彩星级训练营（天津站）”，按要求填写相关资料，进行网上报名，逾期报名不予受理。

十、参营经费：

参训学员可根据自身实际情况，选择不同七彩星级课程及收费标准，如下：

（一）标准一：1500元/人（限蓝、紫星级课程），包含：

1. 培训费；
2. 2020年啦啦操七彩星级训练营专属礼包；
3. 参训学员培训期间午餐费人身意外保险；

（二）标准二：1300元/人（限绿、青星级课程），包含：

1. 培训费；

2. 2020 年啦啦操七彩星级训练营专属礼包；

3. 参训学员培训期间午餐费人身意外保险；

（三）标准三：1100 元/人（限红、橙、黄星级课程），包含：

1. 培训费；

2. 2020 年啦啦操七彩星级训练营专属礼包；

3. 参训学员培训期间午餐费人身意外保险；

备注：以上收费标准不包含考级费用，考级费由考级中心另外收取。

十一、付款方式：

（一）在线支付：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；

（二）银行汇款：2019 年 12 月 30 日前，通过银行汇入指定账户，请在汇款单上注明“天津站七彩星级训练营+单位+人数”，如“天津站七彩星级训练营 xxxx 学校 20 人”；

账户名称：南京新恒鼎会务有限公司

账 号：4301015409100191569

开 户 行：工商银行南京高新技术开发区支行营业室

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

十二、联系方式：

（一）全国啦啦操委员会：

孙桂红：18020182797 陆 娟：15380873682

江 志：18061425796 王泽卿：18020182563

（二）：天津市啦啦操委员会

单老师：18910781392。



附件一：

日程表

日期	时间	课程内容	备注
1月5日	12:00-19:00	外地学员报到	
1月6日	08:00-08:45	本地学员报到	
	上午 08:50-11:30	团队文化 1、啦啦操礼仪 2、开营舞、精神口号 3、加油歌 4、团队文建设：主题T恤彩绘、看台啦啦操道具制作（自行准备材料） 5、学唱七彩星级之歌 6、课程总结、导师寄语	
	下午 14:00-18:00	基本技术 1、啦啦操礼仪 2、复习上午所学内容 3、舞蹈基本功组合学习及练习一 4、团组展示 5、身体素质练习与体能测试（分组进行） 6、四好运动员任务卡 7、课程总结、导师寄语	
1月7日	上午 08:30-11:30	专项技术 1、啦啦操礼仪 2、复习舞蹈基本功组合一 3、舞蹈基本功学习及练习二 4、七彩星级组合 学习与练习 5、七彩星级技术技巧组合 学习与练习 6、七彩星级力量组合 学习与练习 7、分组细化、团组展示 8、课程总结、导师寄语	
	下午 14:00-18:00	阶段总结 1、啦啦操礼仪 2、歌唱：七彩星级之歌 3、团队文建设：T恤彩绘展示、道具展示评比 4、已学内容分组细化、纠正、复习 5、已学内容团组展示评比 6、身体素质练习 7、四好运动员任务卡 8、课程总结、导师寄语	

1月8日	上午 08:30-11:30	专项技术 1、啦啦操礼仪 2、七彩星级组合二学习与练习 3、七彩星级技术技巧组合二学习与练习 4、七彩星级力量组合二学习与练习 5、分组细化、纠错 6、课程总结、导师寄语	
	下午 14:00-18:00	复习课 1、啦啦操礼仪 2、游戏：团结一心 3、行进间练习 4、复习七彩星级组合二 5、复习七彩星级技术技巧组合二 6、复习七彩星级力量组合二 7、分组细化、团组展示 8、感恩课程：一封家书（明信片） 9、课程总结、导师寄语	
11月9日	上午 08:30-11:30	专项技术 1、啦啦操礼仪 2、七彩星级组合三学习与练习 3、七彩星级技术技巧组合三学习与练习 4、七彩星级 力量组合三学习与练习 5、分组细化、纠错 6、课程总结、导师寄语	
	下午 14:00-18:00	复习课 1、啦啦操礼仪 2、游戏：我们一起来表演 3、行进间练习 4、复习七彩星级组合一、二、三 5、复习七彩星级技术技巧组合一、二、三 6、复习七彩星级力量组合一、二、三 7、分组细化、团组展示 8、感恩课程：老师的爱（送给营员的 一段话） 6、课程总结、导师寄语	
	上午 08:30-11:30	拓展学习 1、家长课堂：看台啦啦操学习与练习 2、亲子课程：亲子啦啦操学习与练习 3、复习训练营所学内容 4、啦啦操运动员才艺分组展示	

1月10日	下午 14:00-16:00	结营仪式 1、集体展示 歌唱七彩星级之歌开营舞 加油歌 2、家长展示：看台啦啦操 3、亲子啦啦操展示 4、分组展示学习成果 5、颁奖典礼：四好运动员颁奖、结业证书颁发、全星级证书授予、特殊奖。 6、感恩课程：寄明信片 7、集体合影	
-------	-------------------	---	--