



GOLDEN CAMP



MÁLAGA



*Irina Vigdorchik*



*Nataliia Ieromina*

# CAMPAMENTO DE ENTRENAMIENTO INTERNACIONAL

GIMNASIA RÍTMICA / 21 JULIO - 1 AGOSTO, 2025 / BENALMÁDENA, MÁLAGA



*Victoria Ataol*



*Bar Shapochnikov*



ÁREA DE DEPORTE  
AYUNTAMIENTO DE BENALMÁDENA





# ¡Únete para una experiencia de entrenamiento inolvidable!

*¡Prepárate para mejorar tus habilidades y entrenar con expertos a nivel mundial en el Campamento de Entrenamiento Internacional en Benalmádena, Málaga!*

Este campamento exclusivo reúne a gimnastas de élite y entrenadores de primer nivel durante 12 días de entrenamiento intensivo, orientación experta y la oportunidad de perfeccionar tus rutinas en una ubicación impresionante frente a la playa. Si estás buscando perfeccionar tu técnica, aprender de entrenadoras de nivel olímpico o simplemente vivir la experiencia en un ambiente de alto nivel e intensidad de gimnasia, este campamento es para ti!

**Si naciste desde 2016 en adelante, no pierdas esta increíble oportunidad de superar tus límites, hacer amistades para toda la vida y llevar tu desempeño al siguiente nivel**

¡Estamos encantados de que te unas al campamento de entrenamiento internacional de este año en Benalmádena! A continuación, encontrarás toda la información esencial que necesitas para prepararte para el campamento.





## Conoce a tus Expertos

Nuestro equipo de expertos de nivel mundial está aquí para guiarte a través de una experiencia de formación intensiva y valiosa. Con décadas de experiencia entrenando a nivel de Campeonatos Olímpicos y Mundiales, nuestros especialistas te ayudarán a perfeccionar tu técnica, mejorar la calidad del rendimiento y generar confianza en entornos de competencia. Desde dominar las rotaciones y los giros hasta mejorar la fuerza, la resistencia y el arte. Nuestros entrenadores te darán comentarios personalizados y sesiones de entrenamiento estructuradas adaptadas a las necesidades de cada gimnasta. ¡Esta es tu oportunidad de aprender de los mejores y llevar tus habilidades gimnásticas a un nivel superior!

### Irina Vigdorchik

- Entrenadora principal en el Club Irony Holon
- Entrenadora olímpica de Israel (2006-2008)
- Entrenadora individual de Ira Risinzom (1998-2010)
- Entrenadora olímpica del conjunto israelí (2013-2021)
- Entrenadora nacional del conjunto ruso (2021-May 2023)
- Entrenadora tanto de gimnastas individuales como de conjuntos representando a Israel en Campeonatos Europeos, Mundiales y Olímpicos

### Nataliia Ieromina

- Jueza olímpica (Beijing 2008, Tokio 2020, París 2024)
- Entrenadora Distinguida de Ucrania
- Distinguida Trabajadora en Educación Física y Deporte



## Victoria Ataol

- Especialista en perfeccionar rotaciones y giros
- Jueza olímpica (Tokio 2020)
- Entrenadora canadiense



## Bar Shapochnikov

- Finalista del campeonato mundial (2019) con criterio para los Juegos Olímpicos representando a Israel
- Finalista del campeonato europeo (2020) representando a Israel



# Detalles del Campus

## Idiomas hablados

Inglés, Francés, Español, Ruso, Ucraniano y Hebreo

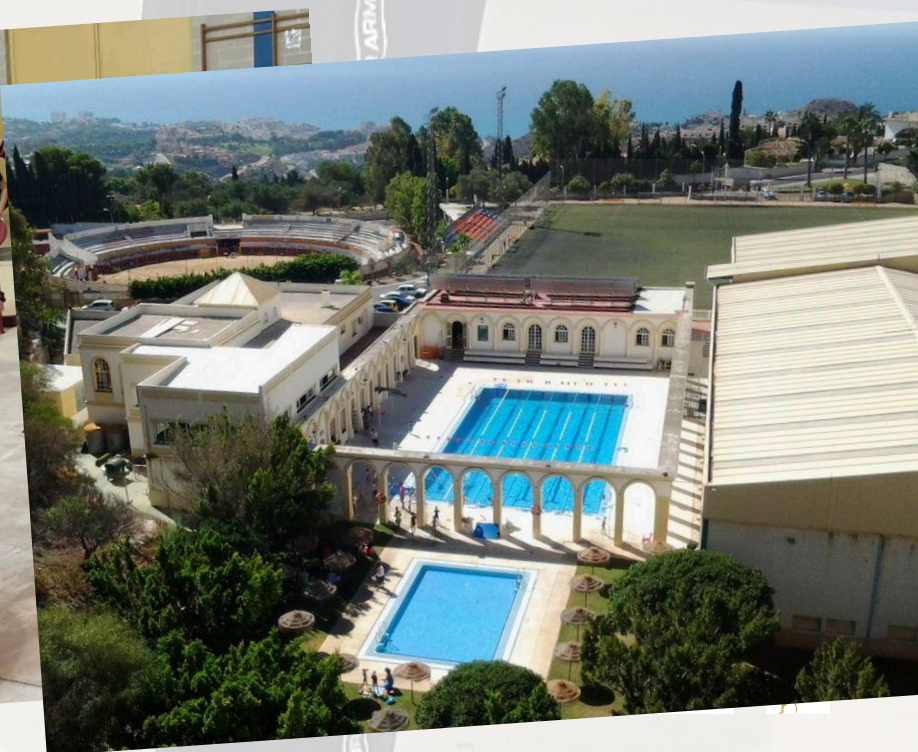
## Ubicación de Entrenamiento

**Polideportivo Municipal Benalmádena Pueblo**

Benalmádena, Málaga, Spain

📍 **Polideportivo Municipal Ramón Rico Benalmádena Pueblo - Área de De...**

¡Gracias por la colaboración del Ayuntamiento de Benalmádena y el Área de Deporte de Benalmádena!



# Costos & Registro

## Tarifas de participación

<b>Gimnastas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• €1,200 por gimnasta para todo el campamento (excluido hotel)</li><li>• Opcionalmente, €130 por día</li></ul>
<b>Tarifas para Entrenadores</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 10 o más gimnastas: Gratis para el/la entrenador/a</li><li>• Menos de 10 gimnastas: €200</li><li>• Entrenador/a sin gimnasta: €350</li></ul>

### Programación de pagos

- **Primera entrega:** €300 hasta 15 de marzo 2025
- **Última entrega:** Saldo restante hasta 1 de junio 2025

### Política de reembolso

- 100% reembolsable si se cancela antes de 1 de junio 2025
- 50% reembolsable si se cancela antes de 20 de junio 2025
  - No reembolsable después de 1 de julio 2025

[Regístrate aquí](#)

Si tienes dudas contacta a la organizadora del evento:

**Victoria Ataol**

WhatsApp: +514-887-0773 | [ataolvictoria@gmail.com](mailto:ataolvictoria@gmail.com)



# Entrenamiento adicional y coreografía

Estamos entusiasmados de ofrecer  
sesiones adicionales de **coreografía de  
montajes** con:



**Zdravka Tchonkova Dimitrova**  
(Canada)



**Bar Shapochnikov**  
(Israel)

Estas sesiones tienen un costo adicional y están disponibles por orden de llegada. Las gimnastas podrán traer su propia música o utilizar una proporcionada por la coreógrafa.

[Regístrate aquí](#)

# Alojamiento

Gimnastas y entrenadores deben organizar su propio alojamiento. El entrenamiento matutino se llevará a cabo **frente a la playa del hotel oficial.**

## Detalles de Hotel



[Página web del hotel](#)

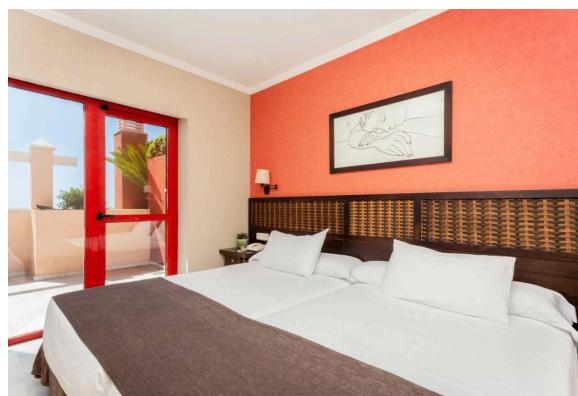
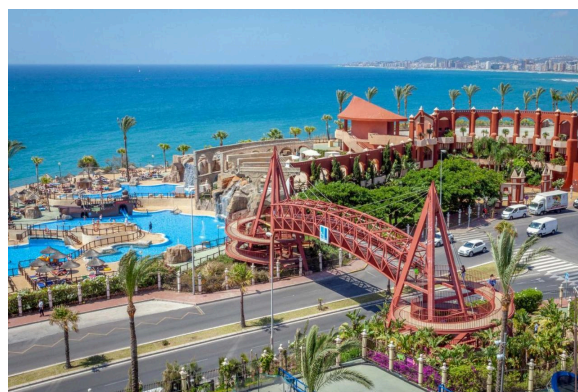
### Tarifas (por persona, por nocheCHG0220514 )

- **Ocupación individual:** €240 (máximo 5 habitaciones disponibles en total)
- **Ocupación doble:** €128
- **Ocupación triple:** €113 (para mayores de 12+) / €106 (si al menos un huésped es menor de 12 años)
- **Ocupación cuádruple:** €96 (sólo disponible si al menos un huésped es menor de 12 años)
  - *Nota: Ocupación cuádruple no está disponible para 4 adultos*
- **Pensión completa con bebidas en las comidas está incluida**
- Los precios son netos, sin incluir el 10% IVA
- Estos precios especiales sólo están disponibles **hasta el 15 de marzo 2025**

Al reservar en Holiday World Resort, envíe un correo electrónico a: **Reservas@holidayworld.es** haciendo referencia al **código de promoción GOLDENCAMP**. La disponibilidad sólo está garantizada hasta el 15 de marzo, así que reserva con antelación tu plaza.

## Opciones de alojamiento alternativas están disponibles

Si prefieres alojarte en otro lugar, te ofrecemos una lista de alojamientos alternativos recomendados que se adaptan a diferentes preferencias y presupuestos.





# ¿Qué traer?

## Seguro

Las gimnastas y los entrenadores deberán disponer de un seguro válido desde el día de llegada (20 de julio) hasta el día de salida (2 de agosto).

## Requisitos de equipamiento

- **Equipamiento:** Pesas para tobillos, bandas elásticas, todos los aparatos (deben tener 2 aros), rodillo de espuma, 2 ladrillos de yoga
- **Calzado:** Punteras y calcetines blancas
- **Ropa:** Camisetas, tops, pantalones cortos (preferiblemente negros), zapatillas cómodas para correr, rodilleras
- **Cuidado personal:** Toalla pequeña, botella de agua, productos para el cabello para una coleta alta o moño

## Para la playa

- Bañador, chanclas, crema solar, toalla, gafas de sol y gorro



## International Training Camp

RHYTHMIC GYMNASTICS / JULY 21 - AUGUST 1, 2025/ MÁLAGA, SPAIN



**¡Reserva tu plaza ahora y únete a nosotros para vivir una experiencia de formación inolvidable!**

**[Regístrate aquí](#)**

En caso de consultas en lengua castellana, contacta al Club Benalrítica:

**Charo Rodríguez**

WhatsApp: +34 656 440 079 | [ataolvictoria@gmail.com](mailto:ataolvictoria@gmail.com) [benalritmica@gmail.com](mailto:benalritmica@gmail.com)

