



# ГАЙД УЧАСТНИКОВ ЛЮБИТЕЛЬСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ ГОНКИ РАКЕТ



2026

12 АПРЕЛЯ

ТЕМА:

ДЕНЬ КОСМОНАВТИКИ



Г. МОСКВА, БАССЕЙН «АКВАТОРИЯ ЗИЛ»

# ЛОКАЦИЯ



Москва, ул. Автозаводская,  
д.23А, корп.4, бассейн  
«Акватория ЗИЛ»




Бассейн 50 метров,  
8 дорожек, +27°.


ТОЧКА НА КАРТЕ

СХЕМА ЛОКАЦИИ

# КАК ДОБРАТЬСЯ?

 Метро ЗИЛ (МЦК), выход №2 – 5 минут пешком.

 Метро ЗИЛ, выход №2 – 5 минут пешком.

 Парковка – подземная в гипермаркете «Леруа Мерлен» и городская вдоль улицы.



У входа в бассейн будет стоять  
**оранжевый флаг Swim Rocket**

**ПОДРОБНЫЙ МАРШРУТ ВЫ НАЙДЕТЕ ПО ССЫЛКЕ**

**МАРШРУТ**

## ОСОБЕННОСТИ ЛОКАЦИИ:



Может плохо ловить связь и мобильный интернет на 2 и 3 этаже



Иногда душновато, особенно на трибунах – одевайтесь комфортно и по погоде



# ВАЖНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

## ПОЛОЖЕНИЕ О СОРЕВНОВАНИЯХ

Документ, в котором участник найдёт всю ключевую информацию о старте: дату и место проведения, возрастные категории, дистанции, расписание заплывов, правила участия, порядок награждения и требования по безопасности.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

## КАК ПОНЯТЬ, КОГДА И НА КАКОЙ ДОРОЖКЕ ТЫ ПЛЫВЕШЬ?

Распределение по дорожкам отражено в документе — Протоколах заплывов. За несколько дней до соревнований (06.04) мы публикуем стартовые протоколы по дистанциям и стилям, чтобы вы могли проверить корректность информации. Итоговые стартовые протоколы будут опубликованы 10.04.

В протоколах вам нужно найти свои ФИО и запомнить, на какой дорожке вы плывете. В день соревнования, согласно таймингу вашего заплыва, вы подойдите к дорожке с соответствующим номером.

Для примера

## ДЛЯ УЧАСТНИКОВ 50 МЕТРОВ

Номер заплыва — это порядок, в котором будут стартовать участники. Номер рядом с именем участника — это номер его дорожки.

В Положении о соревнованиях (см. выше) вы увидите информацию о том, как формируются потоки для участников 50 м дети (вольный стиль), а в Протоколах заплывов — как формируется порядок заплывов для всех участников.

### Важно!

Для участников заплывов дети 50м (вольный стиль)  
 Если ваш номер Заплыва 1-10 (девочки) — вы относитесь к Поток 1  
 Если ваш номер Заплыва 1-13 (мальчики) — вы относитесь к Поток 2  
 Если ваш номер заплыва 14-23 (мальчики) — вы относитесь к Поток 3

**ПРОТОКОЛЫ СОРЕВНОВАНИЙ**

Разминка перед заплывами на 50 м проходит как на суше (у чаши бассейна, возле желтых флагов), так и в воде.

Документ: Протокол соревнований

300 МЕТРОВ

Дорожка	Имя	Время	Дорожка	Город	Дистанция
1	Сидорова Полина Евгеньевна	03:07.20(3)	Волгоград	Волгоград	Волгоград
2	Иванова Анна Александровна	03:09.20(4)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
3	Давыдова Дарья Александровна	03:10.20(5)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
4	Григорьевич Софья Александровна	03:02.20(8)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
5	Иванова Анна Александровна	03:04.20(12)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
6	Сидорова Полина Евгеньевна	03:08.20(16)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
7	Сидорова Анна Александровна	03:08.20(17)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
8	Сидорова Анна Александровна	03:12.20(23)	Иркутск	Иркутск	Иркутск

Дорожка	Имя	Время	Дорожка	Город	Дистанция
1	Иванова Анна Александровна	03:03.20(3)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
2	Сидорова Полина Евгеньевна	03:04.20(4)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
3	Сидорова Анна Александровна	03:05.20(5)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
4	Сидорова Анна Александровна	03:05.20(6)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
5	Сидорова Анна Александровна	03:05.20(7)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
6	Сидорова Анна Александровна	03:05.20(8)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
7	Сидорова Анна Александровна	03:05.20(9)	Иркутск	Иркутск	Иркутск
8	Сидорова Анна Александровна	03:05.20(10)	Иркутск	Иркутск	Иркутск

Для примера

## ДЛЯ УЧАСТНИКОВ 800 МЕТРОВ

В Протоколах заплывов вы увидите информацию о том, как формируется порядок заплывов для всех участников. Номер заплыва — это порядок, в котором будут стартовать участники. Рядом с фамилиями указан номер дорожки.

**Важно:** в заплыве на одной дорожке участвуют одновременно до 9 человек. Номер рядом с именем участника — это его очередь старта.

**Важно:** Разминка перед заплывами на 800 м проходит как на суше (у чаши бассейна, возле желтых флагов), так и в воде. В воде разминка проходит на дорожке своего заплыва.

# ВАЖНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

## КАК ЧИТАТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ

ONLINE-РЕЗУЛЬТАТЫ НА 50 М

ONLINE-РЕЗУЛЬТАТЫ НА 800 М



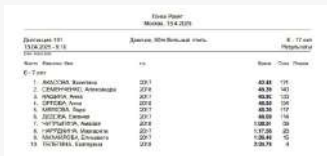
Скриншот веб-страницы с результатами плавания на дистанции 50 метров вольным стилем. В таблице перечислены участники с указанием их имен, фамилий, дат рождения и результатов.

Для примера

После вашего заплыва вы сможете найти свой результат по ссылке

Выберите свой пол, возраст, стиль и дистанцию.

Для корректного открытия всех документов просим пользователей андройд пользоваться pdf-конвертером (см. рекомендации ниже)



Скриншот таблицы с результатами плавания на дистанции 50 метров вольным стилем. Таблица содержит следующие столбцы: Место, Имя, Фамилия, Пол, Возраст, Результат.

Место	Имя	Фамилия	Пол	Возраст	Результат
1	АВДОЛОВА	Виктория	Ж	13:00	1:01
2	СЕМАНЧЕНКО	Александра	Ж	13:00	1:01
3	ИВАНОВ	Алексей	М	13:00	1:02
4	СЕРГЕЕВ	Алексей	М	13:00	1:03
5	КИРИЛОВА	Мария	Ж	13:00	1:03
6	СЕРГЕЕВА	Светлана	Ж	13:00	1:04
7	ЧЕРНЫШОВ	Александр	М	13:00	1:05
8	ИВАНОВИЧ	Александр	М	13:00	1:05
9	МАМАЮКОВА	Елизавета	Ж	13:00	1:05
10	ИВАНОВИЧ	Александр	М	13:00	1:06

Для примера

На этом примере мы видим, что среди девушек, которые участвовали в заплыве 50 метров вольным стилем в возрастной группе 6-7 лет первые 3 места (1-3) места — призовые, эти участники будут награждены как победители.

## РАСПИСКА

Для участия в соревновании вам необходимо заполнить расписку. Для экономии времени лучше спокойно заполнить ее дома и привезти с собой. Файлы для скачивания и заполнения

РАСПИСКА ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ДО 18 ЛЕТ

РАСПИСКА ДЛЯ УЧАСТНИКОВ 18+

В случае, если у вас не получится заполнить расписку дома, мы подготовим бланки в день соревнования на стойке регистрации.

Чтобы корректно открывать документы в формате PDF на Android, мы рекомендуем установить любое приложение-конвертер из Google Play (например, стандартный PDF Viewer или любой PDF-конвертер)

Также вы можете воспользоваться удобным PDF-конвертер для просмотра файлов по ссылке:

PDF-КОНВЕРТЕР

# РАСПИСАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

## ЗАПЛЫВЫ

УЧАСТНИКИ	СТИЛЬ	ТАЙМИНГ
Дети 50 м	вольный стиль	9:10 - 11:10
Дети 50 м	брасс	11:15 - 11:40
Дети 50 м	спина	11:45 - 12:25
Взрослые 50 м	спина	13:10 - 13:15
Взрослые 50 м	брасс	13:25 - 13:40
Взрослые 50 м	вольный стиль	13:50 - 14:30
Дети/Взрослые 800 м	вольный стиль	14:50 - 15:55

## НАГРАЖДЕНИЯ

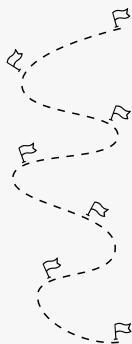
УЧАСТНИКИ	СТИЛЬ	ТАЙМИНГ
Дети 50 м	все стили	12:30 - 13:10
Взрослые 50 м	все стили	14:30 - 14:50
Дети/Взрослые 800 м	вольный стиль	15.55 - 16.10

1 ЭТАЖ

## ИНТЕРАКТИВ

МЕРОПРИЯТИЕ	ВОЗРАСТ	ТАЙМИНГ
Конкурс костюмов	для всех участников	08:00-16:10
Аквагим	для всех участников	9:30-13:30
Лотерея	для всех участников	10:30-11:00 12:00-12:30 14:00-14:30
Интерактивная зона "Центр подготовки космонавтов»	для детей	10:00-14:30
Интерактивная зона "Чемпионат Галактики по натяжению резины»	для взрослых	10:00-14:30

# ПУТЬ УЧАСТНИКА



- 1 В день соревнований прийти вовремя к началу регистрации на свой заплыв.
- 2 Подняться на 3 этаж для прохождения регистрации.
- 3 Спуститься на 2 этаж и переодеться.
- 4 Сделать разминку на суше (возле желтых флагов у чаши бассейна), затем в воде.
- 5 Проплыть свой заплыв.
- 6 Посмотреть результаты.
- 7 Поучаствовать в награждении, если вы заняли призовое место или как зритель.

**Не забудьте сделать фото у** фамильного баннера **и заглянуть на наши активности:** лотерея, аквагим, интерактивы для взрослых и детей.

## ЧЕК-ЛИСТ УЧАСТНИКА



Купальник / плавки



Сланцы



Шапочка и очки



Справка для бассейна



Полотенце



Расписка

**ВЗРОСЛАЯ**

**ДЕТСКАЯ**

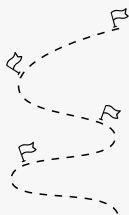


Халат или большое  
полотенце



Телефон / камера  
для фото и сторис

## ПУТЬ БОЛЕЛЬЩИКА



- 1 Пройти регистрацию и получить браслет зрителя на 3 этаже.
- 2 Взять на 3 этаже плакат болельщика.
- 3 Смотреть соревнования на 2 этаже и подбадривать участников.
- 4 Поучаствовать в награждении как зритель.

## ЧЕК-ЛИСТ УЧАСТНИКА



Сменная обувь для болельщиков



Телефон / камера для фото и сторис

## ГДЕ ПОЕСТЬ?



Кафе на 1 этаже «Акватории ЗИЛ» — кофе, снеки, горячие блюда.



Поблизости есть много различных кафе и ресторанов, в том числе, в ТЦ «Ривьера»



Можно взять перекус с собой (фрукты, батончики).



# ЧТО ЖДЁТ УЧАСТНИКОВ И ГОСТЕЙ?

## КОНКУРС КОСМИЧЕСКИХ ОБРАЗОВ

Праздничное настроение начинается с образа! 12 апреля мы плывём в космическом стиле в честь Дня Космонавтики — шлемы, скафандры, звёзды, ракеты и всё, что придаёт вам межгалактические силы!

Конкурс открыт для всех — и участников, и болельщиков!

## КАК УЧАСТВОВАТЬ



Приходите на соревнования в космическом образе.



Независимое жюри (сотрудники с бейджами «Организатор») сделают фото у баннера в зоне награждения.



Оставьте свои контакты для связи.



Победителей конкурса мы объявим в наших каналах в Telegram и Max. Они получат слоты на 6 декабря 2026 года

## АКВАГРИМ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Добавьте красок вашему супергеройскому образу! Аквагрим будет бесплатным и доступен на 1 этаже около фотозоны с 9:30 до 13:30

## БЕСПРОИГРЫШНАЯ ЛОТЕРЕЯ С ПОДАРКАМИ ОТ ШКОЛЫ И ПАРТНЁРОВ

Каждый участник получает подарок — просто сделайте пост или сторис с отметкой школы, заполните анкету-опрос и покажите скриншоты на стойке лотереи. Лотерея проходит в определённые временные слоты:

10:30-11:00

12:00-12:30

14:00-14:30

## ФОТОЗОНА В КОСМИЧЕСКОМ СТИЛЕ

Планеты, ракеты и атмосфера настоящего полёта — всё, чтобы сделать яркие фото как с другой галактики!

## ПЛАКАТЫ ДЛЯ БОЛЕЛЬЩИКОВ

Поддержка — это суперсила! Плакаты можно взять на стойке регистрации на 3 этаже — болейте громко и с креативом!

## ИНТЕРАКТИВЫ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ

На 1-м этаже вас ждут яркие и динамичные активности:

Для взрослых — «Чемпионат Галактики по натяжению резины» — испытание на силу и выносливость.

Для детей — «Центр подготовки космонавтов» — весёлые активности на ловкость и чувство баланса.

Победителей наградим скидочными сертификатами на участие в детских интенсивах SwimRocket

## ЧТО ЕЩЕ?



Медаль каждому участнику!



Подарки в стартовом пакете — от школы и партнёров.



Профессиональные фото — ждите в наших каналах в Telegram и Max после старта.



# МЕРЧ



## МЫ ПОДГОТОВИЛИ ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ МЕРЧ К НАШИМ СОРЕВНОВАНИЯМ!

Стильные и качественные вещи,  
которые станут отличным  
напоминанием о событии.

Вы сможете приобрести мерч  
на **1 и 2 этаже** в день соревнований.



# БРИФ ОТ НИКИТЫ КИСЛОВА

**КОРОТКИЙ ВИДЕООБЗОР ОТ НИКИТЫ КИСЛОВА —**  
**ЧТО ВАС ЖДЁТ НА СТАРТЕ, КАК ПРОЙДУТ ЗАПЛЫВЫ,**  
**КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ, КАК СОХРАНИТЬ ЭНЕРГИЮ И НЕ**  
**ПРОПУСТИТЬ СВОЙ ВЫХОД**

[ПОСМОТРЕТЬ ВИДЕО](#)



# ГДЕ МОЖНО РАЗМЕСТИТЬСЯ


## МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ




Станция Автозаводская / МЦК ЗИЛ  
Метро ЗИЛ (МЦК), выход №2 - 5 минут пешком  
Метро ЗИЛ, выход №2 - 5 минут пешком


**ЕСЛИ ВЫ ХОТИТЕ ЖИТЬ РЯДОМ  
С МЕСТОМ ПРОВЕДЕНИЯ, ТО МЫ  
РЕКОМЕНДУЕМ ОСТАНОВИТЬСЯ  
У ТАКИХ СТАНЦИЙ МЕТРО И МЦК:**

 МЦК ЗИЛ

 Автозаводская  
Отель Симонов Парк  
Отель Максима Панорама

 МЦК Верхние Котлы  
Отель Орандж Хаус ООО Орандж Хаус


 Нагатинская  
Мини-Отель Иван Чай

 Тульская  
AZIMUT Сити Отель Тульская  
Отель Заречье

 Технопарк

**ЕСЛИ ВЫ ХОТИТЕ ЖИТЬ БЛИЖЕ  
К ЦЕНТРУ, ТО МЫ РЕКОМЕНДУЕМ  
ОСТАНОВИТЬСЯ У ТАКИХ  
СТАНЦИЙ МЕТРО:**

 Павелецкая  
Отель New City Inn  
Отель ibis Москва Центр Бахрушина

 Новокузнецкая  
Отель Винтерфелл Новокузнецкая  
Отель Come Inn

 Театральная  
Отель Старый Город



**ЭТИ СТАНЦИИ НАХОДЯТСЯ В ПЕШЕЙ  
ИЛИ БЫСТРОЙ ТРАНСПОРТНОЙ ДОСТУПНОСТИ  
ДО СТАРТА - УДОБНО ДОБИРАТЬСЯ  
УТРОМ И ПОСЛЕ ФИНИША.**

# МЕРОПРИЯТИЯ В ДНИ ВАШЕГО ПРИЕЗДА



центр  
космонавтика  
и авиация

## ВЫСТАВКА «КОСМОНАВТИКА И АВИАЦИЯ»

Павильон №34 «Космонавтика и авиация»  
(просп. Мира, 119, стр. 34, ВДНХ)

Ботанический сад  
ВДНХ



## СПЕКТАКЛЬ «ВСЁ ЭТОТ ЦИРК!»

Цирк Никулина на Цветном бульваре  
(Цветной б-р, 13)

Цветной бульвар  
Трубная



ДАРВИНОВСКИЙ  
МУЗЕЙ

## ВЫСТАВКА «ЖИВАЯ ЭКСПОЗИЦИЯ»

Дарвиновский музей  
(Вавилова, 57)

Академическая  
Университет



## ВЫСТАВКА «VR ART ВЫСТАВКА»

VR Art Studio  
(Ниж.Сыромятническая, 11, корп.1, центр  
дизайна Artplay)

Чкаловская  
Курская



# САМЫЕ ЧАСТЫЕ ВОПРОСЫ О ГОНКАХ РАКЕТ

## ОБЯЗАТЕЛЬНО ЛИ СТАРТОВАТЬ С ТУМБЫ?

**Ответ:** Нет. Можно стартовать с воды. Если хотите улучшить технику старта, следите за нашими мастер-классами — они проходят регулярно.

## НУЖНА ЛИ МЕДИЦИНСКАЯ СПРАВКА?

**Ответ:** Да. Подойдет обычная справка для посещения бассейна.

## МОЖНО ЛИ ПРИЙТИ БОЛЕЛЬЩИКАМ? НУЖНО ЛИ ИМ ЧТО-ТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ?

**Ответ:** Да. Болельщики могут прийти. Для них будут открыты трибуны, вход бесплатный. Рекомендуем взять сменную обувь, чтобы им было комфортно.

## МОЖНО ЛИ ГОСТЯМ В РАЗДЕВАЛКУ?

**Ответ:** Нет, доступ в раздевалки только для участников. Место встречи участников и гостей — на 1 этаже.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ Я ЧТО-ТО ПОТЕРЯЛ?

**Ответ:** В день соревнований забытые вещи можно найти на стойке регистрации. После завершения мероприятия все найденные предметы передаются администрации («Акватории ЗИЛ»).

## КАК ПРОХОДИТ СТАРТ И СКОЛЬКО ЧЕЛОВЕК ПЛЫВЁТ В ОДНОМ ЗАПЛЫВЕ?

**Ответ:** Дистанция 50 метров: старт возможен с воды или с тумбы. На одной дорожке плывёт один участник.

Дистанция 800 метров: старт с воды. На одной дорожке могут плыть до девяти участников.



### УЗНАЙТЕ ВСЕ О ГОНКАХ РАКЕТ ЗА ПАРУ МИНУТ

Мы собрали всю важную информацию в удобном формате — просто перейдите в бот и получите ответы на все вопросы в 3 клика

[▶ SWIMROCKET\\_BOT](#)

# НАШИ ПАРТНЕРЫ

fitness /  
**SHOCK**

GRANI

Волчок

bella



snoko<sup>®</sup>  
GOLD



КАЛИНОВ  
РОДНИК



TeikaBoom  
семейные рестораны • детские парки  
by Ksenia Borodina

WR  
WASHRITE  
СПОРТ – ЧИСТАЯ ЭНЕРГИЯ

The WELDER  
CATHERINE

Dr. Shein



AMARANCHO



H  
HARPER

EGENY

MR. DIEHUS  
zero·0%



спортмастер PRO



SYNERGETIC

JOSS



easynutrition<sup>®</sup>

ONESS & SPORT  
sports cosmetics

playToday

**АРЕНА КАРТ**  
ИНТЕРАКТИВНЫЙ КАРТИНГ

levrana  
N A T U R A L E

max  
PROFESSIONAL SPORT CARE



**ПОЗДРАВЛЯЕМ ВАС С УЧАСТИЕМ  
В ГОНКАХ РАКЕТ! ДО ВСТРЕЧИ  
НА СТАРТЕ!**



**НАШИ СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ**

📍 @SWIMROCKET\_GONKI

✉️ HELLO@SWIMROCKET.RU

@SWIMROCKET

📺 ГОНКИ ПАКЕТ



6 ДЕКАБРЯ 2026

# ГОНКИ РАКЕТ

**НЕ ХОТИТЕ ЖДАТЬ?**

Для самых нетерпеливых мы уже открыли регистрацию на следующие соревнования.

**ЗАБРОНИРУЙТЕ СЛОТ ЗАРАНЕЕ  
И ГОТОВЬТЕСЬ К НОВОМУ СТАРТУ**

**ПРИБРЕСТИ СЛОТ**

