



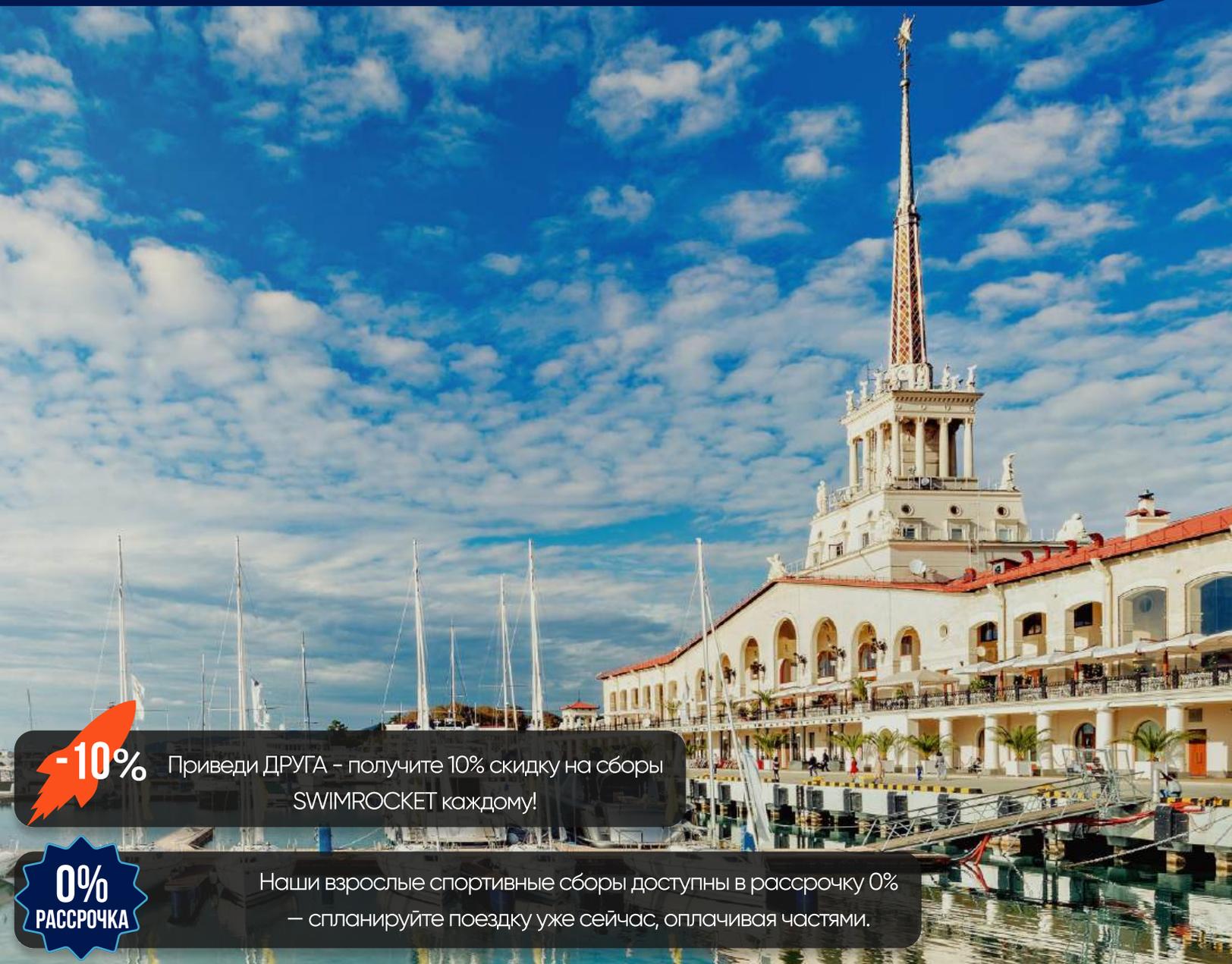
2026

[www.swimrocket.ru/sochi](http://www.swimrocket.ru/sochi)

# СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В СОЧИ

28 СЕНТЯБРЯ - 3 ОКТЯБРЯ

СБОР ДЛЯ НОВИЧКОВ, ПЛОВЦОВ СРЕДНЕГО УРОВНЯ И ПРО



-10%

Приведи ДРУГА – получите 10% скидку на сборы  
SWIMROCKET каждому!

0%  
РАССРОЧКА

Наши взрослые спортивные сборы доступны в рассрочку 0%  
— спланируйте поездку уже сейчас, оплачивая частями.

ВОЗВРАЩАЕМ ДО 10 000₽  
НА ПОКУПКИ В СПОРТМАСТЕР\*

\* подробности уточняйте у кураторов

СБОР  
SWIMROCKET

# ЧТО ТАКОЕ ПЛАВАТЕЛЬНЫЕ СБОРЫ?

Плавательный сбор — это выездное спортивное мероприятие, на котором участники могут глубже погрузиться в тренировочный процесс.

## НАШИ СБОРЫ ПОДойДУТ ВАМ, ЕСЛИ ВЫ ХОТИТЕ:



Прокачать технику плавания за 6 дней



Тренировки по сухому плаванию и ОФП



Поучаствовать в заплыве



Драйва и крутой спортивной тусовки



Получить видеоразбор техники плавания



Посетить экскурсии и погрузиться в местный колорит



# ПОЧЕМУ СОЧИ?

**С 28 сентября по 3 октября 2026 года** пройдет плавательный сбор в Сочи перед заплывом SWIMSTAR и SWIMCUP Сочи.

Даже если ты только начинаешь плавать, наша крутая команда и веселая атмосфера на тренировках помогут с легкостью добиться прогресса. Все это будет проходить в олимпийском Сочи.

**Температура воздуха +22°C**, температура воды **+19°C**, цикл разнообразных тренировок по плаванию в бассейне под открытым небом, растяжке и ОФП с тренерами-профессионалами, зарядка, тренировки на открытой воде – все это, и многое другое ожидает нас на сборе в Сочи.

**Октябрь** – бархатный сезон черноморского побережья, погода позволит нам позагорать под теплым солнцем и поплавать в море.

**Место сбора выбрано не случайно.** Это построенный к Олимпиаде 2014 спортивный кластер, в котором находятся спортивные объекты, такие как Олимпийский стадион «Фишт», трасса «Формулы 1», набережная и беговые дорожки, где регулярно тренируются любители спорта. Олимпийский Сочи – это спортивная экосистема для удачного сбора.



# ПРОЖИВАНИЕ В СОЧИ

**Сочи Парк Отель** – крупный оздоровительный комплекс категории 3 звезды, расположенный в Сириусе, в шаговой доступности от Олимпийского парка и Сочи Автодрома. Гостей ждут современные номера с кондиционером и собственной ванной комнатой. На территории доступен бесплатный Wi-Fi.

**Тренировки будут проходить в открытом 25-метровом бассейне Crocus Fitness Sirius** – современном спортивном комплексе с профессиональными дорожками и комфортной инфраструктурой для спортсменов.

**Адрес бассейна:** Сочи, Нижнеимеретинская улица, 21.

**Адрес отеля:** Сочи, пгт. Сириус, пр-кт Континентальный, 6.

- ✓ **Размещение**  
Проживание в 1 или 2-х местных номерах
- ✓ **Питание\*** (оплачивается дополнительно)  
«Шведский стол» в гостинице, Обеды и ужины – в ближайших кафе и ресторанах (средний чек бизнес-ланча около 400 рублей)
- ✓ **Удобства в номере**  
Кровать, шкаф, тумбы, ванна, кондиционер, телевизор, фен, полотенца
- ✓ **Бассейн**  
Новый открытый бассейн с подогревом
- ✓ **Пляжи в шаговой доступности**  
Галечный пляж Олимпийского парка, Пляж Сочи Парк
- ✓ **Рестораны и кафе поблизости**  
Кафе и рестораны на территории отеля  
Тематический парк развлечений «Сочи Парк» с кафе и фудкортами; Заведения в Олимпийском парке (10–15 минут пешком)



# ЧТО ВАС ЖДЕТ НА СБОРЕ?

## ТРЕНИРОВКИ В БАССЕЙНЕ И НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ

Мы отточим технику плавания в бассейне и освоим азы плавания на открытой воде, прокачаем все необходимые навыки для успешного выступления на заплыве.

## ВИДЕОАНАЛИЗ И ОЦЕНКА ТЕХНИКИ С РАЗБОРОМ ОШИБОК

Мы разберем вашу технику плавания с помощью видеоанализа и выявим ошибки, после исправления которых вы сразу почувствуете прогресс.

## ТРЕНИРОВКИ ПО СУХОМУ ПЛАВАНИЮ

Тренировки по сухому плаванию и упражнения на резине. Этот вид тренировок поможет вам освоить технику "высокого" локтя и правильного захвата воды.

## НОВЫЕ ЗНАКОМСТВА И ДРУЗЬЯ

Как правило, во время и после наших сборов создается очень теплая и дружественная атмосфера. Ребята встречаются, гуляют и общаются даже после сборов.

## УЧАСТИЕ В ЗАПЛЫВЕ

В конце сбора все желающие смогут принять участие в масштабных заплывах SWIMSTAR и SWIMCUP Сочи.



В один из дней сбора мы поедem на горный курорт «Роза Хутор», нас будет ждать интересная прогулка по горам, свежий воздух и возможность прокатиться на скоростных санях.

# ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

## День 1

28 сентября | Пн

**Приезд и размещение**

14:00

Заселение в гостиницу

16:00

Тренировка в бассейне

19:30

Вечер знакомств/  
орг. собрание

## День 2

29 сентября | Вт

8:00

Зарядка

8:30

Завтрак

10:00

Тренировка в открытом  
бассейне (работа над техникой)

17:00

Тренировка на открытой воде

19:00

Лекция по открытой воде

## День 3

30 сентября | Ср

8:00

Зарядка

8:30

Завтрак

10:00

Тренировка в открытом  
бассейне  
(работа над техникой)

15:00

Видеоразбор техники/  
лекция по технике  
плавания

18:00

Тренировка на открытой  
воде

## День 4

1 октября | Чт

8:00

Зарядка

8:30

Завтрак

10:00

Тренировка в открытом  
бассейне (работа на скорость)

12:00

Поездка на Розу Хутор,  
прогулка по горам, подъем  
на высоту 2300 метров

17:00

Получение стартовых  
пакетов/ отдых перед  
заплывом

## День 5

2 октября | Пт

**Участие в заплыве  
SwimStar**

**У остальных:**

8:30

Завтрак

9:00

Сухое плавание + ОФП

20:00

Финальный ужин/  
подведение итогов сбора

## День 6

3 октября | Сб

**Участие в заплыве  
Swimcup Сочи**

**У остальных:**

10:00

Тренировка на открытой воде

12:00

Окончание сбора

\*Расписание является примерным и может корректироваться

# ОТЗЫВЫ УЧЕНИКОВ О НАШИХ СБОРАХ



## **Павел Семченков, 48 лет**

*Спортсмен-любитель, Москва*

"Хороший вышел сбор. Плотный, насыщенный событиями и тренировками. Коллектив подобрался великолепный. Всем спасибо за общество. Команде школы, уважение и аплодисменты."



## **Марина Романова, 42 года**

*Менеджер нефтегазовой отрасли,  
Южно-Сахалинск*

"Было здорово со всеми познакомиться и подтянуть плавание в команде таких замечательных единомышленников и тренеров! Желаю вам побед во всех стартах, в первую очередь над собой!"



## **Андрей Полищук, 41 год**

*Триатлонист, Москва*

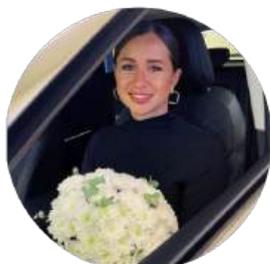
"Наши тренеры и наставники - Вы лучшие! Такого трансфера до места старта у меня ещё не было! Незабываемые впечатления! Спасибо всем участникам сбора, вы отзывчивые и приятные, душевные и веселые!"



## **Мария Корж, 36 лет**

*Психолог, Екатеринбург*

"Это был мой первый сбор и он превзошел все ожидания. Вы невероятные люди, я безмерно счастлива, что провела эту неделю с вами!"



## **Гонина Инна, 31 год**

*Бизнес-ментор, Томск*

"Была яркая жизнь с невероятными впечатлениями вроде всего 7 дней, а кажется, что мы так долго были вместе, стали как родные!"



## **Пронюшкин Вячеслав, 43 года**

*IT-специалист, Тюмень*

"Кемп получился супер, завершение абсолютно бомбическим. Сейчас пришел смс с результатом, приятно удивил, для меня это неплохо."

# НАЛОГОВЫЙ ВЫЧЕТ

## ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?

Наши сборы относятся к спортивно-оздоровительным программам, и вы можете получить социальный налоговый вычет. Можно вернуть до 13% от суммы, потраченной на участие.

## КАК ЭТО СДЕЛАТЬ?

Ознакомьтесь с нашим гайдом:



**КАК ПОЛУЧИТЬ НАЛОГОВЫЙ ВЫЧЕТ**



Налоговый вычет — это возможность вернуть часть стоимости сбора и инвестировать в своё здоровье и прогресс ещё выгоднее.



## Я НОВИЧОК И НЕДАВНО ЗАНИМАЮСЬ ПЛАВАНИЕМ. МНЕ МОЖНО НА СБОР?

Да, конечно можно. На сборы приезжают ученики с разным уровнем подготовки — от совсем новичков до быстрых пловцов. Мы делим группы на новичков, средних, ПРО и даем задания, соответствующие вашему уровню.

## Я ХОЧУ ПОЕХАТЬ НА СБОР, НО СОВСЕМ НИКОГО НЕ ЗНАЮ

Еще до сбора мы создаем командный чат, где начинаем знакомиться друг с другом и отвечаем на все ваши вопросы. Во время наших сборов создается очень теплая и дружественная атмосфера. Ребята встречаются, гуляют и общаются даже после сборов, поэтому вы обязательно найдете новых друзей и получите много незабываемых эмоций от поездки!

## Я НИКОГДА НЕ ПЛАВАЛ(А) / БОЮСЬ ПЛАВАТЬ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ. ВОЗЬМЕТЕ МЕНЯ НА СБОР?

Да, возьмем. Технология тренировочного процесса подразумевает, что группы на открытой воде будут поделены на уровни: начальный, средний и ПРО. С каждой группой тренер находится в воде и дает соответствующее задание. Благодаря нашим сборам сотни новичков сделали свой первый шаг на открытой воде и теперь активно принимают участие в заплывах.

## СО МНОЙ ХОЧЕТ ПОЕХАТЬ СОПРОВОЖДАЮЩИЙ, НО ОН НЕ БУДЕТ ПЛАВАТЬ. МОЖНО ЛИ ТАК?

Конечно! Вы можете взять с собой маму, брата, сестру, друга и т.д. Просто предупредите куратора при покупке сбора. Если они захотят участвовать в экскурсиях, надо будет доплатить стоимость экскурсии.

## КАК ЗАПИСАТЬСЯ?

 [ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ](#)

## ВНИМАНИЕ!

### КОЛИЧЕСТВО МЕСТ ОГРАНИЧЕНО!

 SWIMROCKET

 +7 495 132 00 15

 SWIMROCKETBOT\_BOT



# ВАМ ТАКЖЕ МОГУТ БЫТЬ ИНТЕРЕСНЫ

## ДРУГИЕ СБОРЫ 2026

### ЕГИПЕТ

31 марта–5 апреля/ 3–8 ноября

### АНТАЛЯ

28 апреля–3 мая

### КИСЛОВОДСК

9–14 июня

### КИСЛОВОДСК БЕГОВОЙ СБОР

14–19 июня

### ЧЕБОКСАРЫ

23–28 июня

### НИЖНИЙ НОВГОРОД

21–26 июля

### АРМЕНИЯ

11–16 августа

### БОСФОР

18–23 августа

### САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

17–22 августа

### ДУБАЙ

11–16 декабря

\*Возможна корректировка  
на несколько дней

## ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ



[max.ru/swimrocket](https://max.ru/swimrocket)



[@swimrocket\\_camp](https://www.instagram.com/swimrocket_camp)



[t.me/swimrocket](https://t.me/swimrocket)



[swimrocket](https://vk.com/swimrocket)



[t.me/swimrocket1](https://t.me/swimrocket1)



[@swim\\_rocket](https://www.youtube.com/@swim_rocket)