

2025

www.swimrocket.ru/dubai

СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В ДУБАЙ (ОАЭ)

2-7 ДЕКАБРЯ

СБОР ДЛЯ НОВИЧКОВ, ПЛОВЦОВ СРЕДНЕГО УРОВНЯ И PRO



ВОЗВРАЩАЕМ ДО 10 000₽
НА ПОКУПКИ В СПОРТМАСТЕР*

*подробности уточняйте у кураторов



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



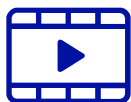
Тренировки по сухому плаванию и ОФП



Поучаствовать в заплыве



Драйва и крутой спортивной тусовки



Получить видеоразбор техники плавания



Посетить экскурсии и погрузиться в местный колорит



ПОЧЕМУ ДУБАЙ?

В декабре 2025 года мы, школа плавания SwimRocket, едем на кемп по плаванию в Дубай. Кемп подходит для новичков, пловцов среднего уровня и PRO. По окончании кемпа вы сможете принять участие в **международном заплыве OCEANMAN** (участники из 90+ стран).

Заплыв поможет отследить вам прогресс, полученный за время кемпа. Каждый участник получит памятную медаль, победители получают дополнительные призы. Помимо тренировок в бассейне, вас будут ждать тренировки на открытой воде на самом современном пляже Ближнего Востока, специальный комплекс упражнений по сухому плаванию и растяжке, который даст прорыв в вашем плавании.

Идеальные погодные условия для тренировок: **температура воздуха в декабре +29°C**, температура воды **в бассейне +28°C**, температура воды **в море +25°C**.

Дубай — это крупнейший туристический центр мира, известный своими невероятными небоскребами, в том числе самым высоким зданием в мире — Бурж Халифа, роскошными пляжами, высокими технологиями, теплым климатом, а также арабской культурой и кухней.

Также рядом с городом находится крупнейшая **пустыня "Красные пески"**, куда в один из дней сбора мы отправимся на джип-сафари, где вы сможете покататься на верблюдах, квадроциклах, джипах, sand-бордах, а также увидеть представление с национальными танцами и отведать традиционный арабский ужин в пустынном оазисе.



ПРОЖИВАНИЕ В ДУБАЕ

Lemon Tree Hotel, Jumeirah Dubai — современный отель в престижном районе Джумейра. Расположен всего в 1,7 км от общественного пляжа Джумейра и в 4–5 км от знаменитых достопримечательностей: отеля Burj Al Arab и торгового центра Mall of the Emirates. Занятия на открытой воде запланированы на пляжах Джумейра и Кайт Серф — одних из лучших пляжей ОАЭ.

Адрес: Al Wasl Road, Umm Al Sheif, Jumeirah Dubai 122487, United Arab Emirates, Дубай, ОАЭ.

- ✓ **Размещение**
Проживание в 1 или 2-х местных номерах
- ✓ **Питание**
Завтрак «шведский стол» включён в стоимость.
Обеды и ужины в кафе и ресторанах поблизости (средний чек бизнес-ланча ~1400₽)
- ✓ **Удобства в номере**
Кондиционер, телевизор, сейф, письменный стол, чайник, душ, биде, фен, бесплатные туалетно-косметические принадлежности, полотенца, постельное белье
- ✓ **Бассейн**
Крытый 25-метровый бассейн для тренировок (по расписанию) и открытый бассейн при отеле
- ✓ **Рестораны и кафе поблизости**
Jumeirah Beach Cafes, Lime Tree Cafe, Comptoir 102, La Mer Beach restaurants



ЧТО ВАС ЖДЕТ НА СБОРЕ?

ТРЕНИРОВКИ В БАССЕЙНЕ 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

По желанию в конце сбора вы можете принять участие в заплыве Oceanman на открытой воде и получить памятную медаль.



В один из дней кемпа нас ждет интересная экскурсия в небесную обсерваторию Sky Observatory Dubai, а также уникальная возможность покататься на верблюдах, квадроциклах, джипах, sand-бордах и отведать традиционный арабский ужин в пустынном оазисе.



ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

День 1

15:00

16:00

18:00

19:00

2 декабря | Вт

Общий сбор в отеле

Втягивающая
тренировка по сухому
плаванию

Вечер знакомств/
вводное собрание

Ужин/ свободное
время

День 2

8:00

8:30

10:00

16:00

18:00

20:00

3 декабря | Ср

Зарядка + сухое плавание

Завтрак

Тренировка в бассейне
(работа над техникой)

Тренировка на открытой воде

Видеоразбор техники
плавания

Время на ужин/ свободное
время

День 3

8:00

8:30

10:00

14:00

20:00

4 декабря | Чт

Зарядка + сухое плавание

Завтрак

Тренировка в бассейне
(работа на выносливость)

Экскурсия в небесную
обсерваторию
и поющие фонтаны

Время на ужин/
свободное время

День 4

9:00

9:30

13:00

21:00

5 декабря | Пт

Тренировка на открытой воде

Завтрак

Экскурсия в пустыню

Возвращение в отель

День 5

9:00

11:00

14:00

16:00

6 декабря | Сб

Завтрак

Тренировка на открытой
воде

Получение стартовых
пакетов

Отдых перед заплывом

День 6

8:00

10:00

12:00

15:00

7 декабря | Вс

Завтрак

Выезжаем на заплыв

Заплыв для участников кемпа

Финальное собрание/
подведение итогов кемпа

*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

ИТ-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 кемпы 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 кемпа 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, PRO и даем задания, соответствующие вашему уровню.

Я ХОЧУ ПОЕХАТЬ НА СБОР, НО СОВСЕМ НИКОГО НЕ ЗНАЮ

Ещё до кемпа 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. ВОЗЬМЁТЕ МЕНЯ НА СБОР?

Да, возьмём. Технология тренировочного процесса подразумевает, что группы на открытой воде будут поделены на уровни: начальный, средний и PRO. 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 кемпа. Если они захотят участвовать в экскурсиях, надо будет доплатить стоимость экскурсии.

КАК ЗАПИСАТЬСЯ?

 **ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ**

ВНИМАНИЕ!

КОЛИЧЕСТВО МЕСТ ОГРАНИЧЕНО!

 **+7 991 531 12 37**

 **+7 495 132 00 15**

 **SWIMROCKETBOT_BOT**



ВАМ ТАКЖЕ МОГУТ БЫТЬ ИНТЕРЕСНЫ

ДРУГИЕ СБОРЫ 2025

ЧЕБОКСАРЫ

23-28 июня

НИЖНИЙ НОВГОРОД

21-26 июля

БОСФОР

19-24 августа

ЧЕРНОГОРИЯ

23-28 сентября

СОЧИ

29 сентября-4 октября

ДРУГИЕ СБОРЫ 2026

КИСЛОВОДСК

3-8 января

ТАИЛАНД

7-15 февраля

ЕГИПЕТ

*Март

АНТАЛЬЯ

*Май

*Возможна корректировка
на несколько дней

ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ



@swimrocket_camp



t.me/swimrocket



swimrocket



t.me/swimrocket1



@swim_rocket