

2026

www.swimrocket.ru/kislovodsk

СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В КИСЛОВОДСКЕ

3 - 8 ЯНВАРЯ

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



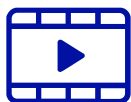
Тренировки по сухому плаванию и ОФП



Поучаствовать в заплыве



Драйва и крутой спортивной тусовки



Получить видеоразбор техники плавания



Посетить экскурсии и погрузиться в местный колорит



ПОЧЕМУ КИСЛОВОДСК?

В январе 2026 года пройдёт **новогодний плавательный кемп SWIMROCKETCAMP в Кисловодске** — идеальный способ начать год активно, в окружении природы и заботы о себе.

Кисловодск — один из самых известных курортных городов России, расположенный в живописных предгорьях Кавказа. Здесь сочетаются мягкий климат, горный воздух, минеральные источники и насыщенная история, а сам город буквально создан для восстановления и перезагрузки.

Также в программе — **поездка в термальные источники**, где можно будет восстановиться после тренировок и просто насладиться расслабляющим отдыхом в горячей воде на фоне горных пейзажей.

Это отличная возможность провести новогодние праздники **по-настоящему нетипично**: не за столом с салатами, а с заботой о теле, здоровье и новых целях на год. Присоединяйтесь к кемпу, наполненному движением, природой и вдохновением!



ПРОЖИВАНИЕ В КИСЛОВОДСКЕ

Гостинично-спортивный комплекс «Вершина 1240» расположен в живописнейшем месте Кисловодска — знаменитом Лечебном парке, на горе Малое Седло, на высоте 1240 м над уровнем моря. Комплекс специализируется на подготовке и реабилитации профессиональных спортсменов и проведении спортивных мероприятий. Тренировки будут проходить в крытом 50-метровом бассейне на территории базы «Вершина 1240».

Адрес: Россия, Ставропольский край, г. Кисловодск, район горы Малое Седло.

- ✓ **Размещение**
Проживание в одном из корпусов комплекса.
Подробнее сообщим дополнительно.
- ✓ **Питание**
3-х разовое питание включено в стоимость
- ✓ **Удобства в номере**
Кровать, шкаф, тумбы, кондиционер, телевизор, фен, полотенца (перечень может варьироваться в зависимости от корпуса)
- ✓ **Бассейн**
Крытый 50-метровый бассейн олимпийского стандарта
- ✓ **Рестораны и кафе поблизости**
Кавказские и европейские рестораны Кисловодска (мы будем обедать и ужинать в разных колоритных местах, чтобы попробовать все национальные блюда)



ЧТО ВАС ЖДЕТ НА СБОРЕ?

ТРЕНИРОВКИ В БАССЕЙНЕ

Мы отточим технику плавания в бассейне, прокачаем необходимые навыки.



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.



ОБЩИЙ ЧАТ

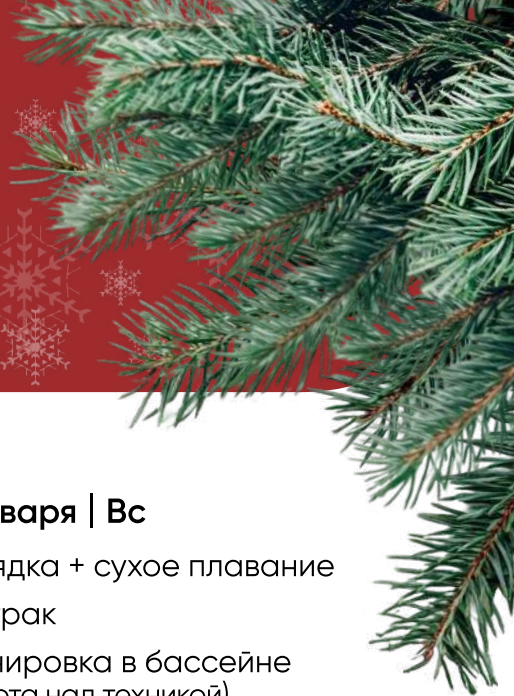
Закрытый чат всех выпускников наших кемпов, где вы можете общаться, обмениваться информацией, тренировками, искать компанию для поездки на заплывы.



В один из дней кемпа нас ждёт прогулка по Нарзанной галерее. Под её сводами вы сможете попробовать три вида минеральной воды, каждый из которых обладает своими целебными свойствами. Это место — символ Кисловодска и настоящая жемчужина Кавказских Минеральных Вод.



ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА



День 1

15:00

16:00

18:00

19:00

3 января | Сб

Общий сбор в отеле

Втягивающая
тренировка по сухому
плаванию

Вечер знакомств/
вводное собрание

Ужин/ свободное время

День 2

8:00

8:30

10:00

18:00

20:00

4 января | Вс

Зарядка + сухое плавание

Завтрак

Тренировка в бассейне
(работа над техникой)

Видеоразбор техники плавания

Время на ужин/ свободное время

День 3

8:00

8:30

10:00

14:00

20:00

5 января | Пн

Зарядка + сухое плавание

Завтрак

Тренировка в бассейне
(работа на выносливость)

Экскурсия
на Нарзанную аллею

Время на ужин/
свободное время

День 4

9:00

9:30

13:00

12:00

17:00

6 января | Вт

Сухое плавание

Завтрак

Экскурсия в термальные
источники

Тренировка в бассейне

Время на ужин

День 5

9:00

11:00

14:00

7 января | Ср

Завтрак

Тренировка в бассейне
(работа на скорость)

Отдых перед заплывом

День 6

10:00

12:00

8 января | Чт

Участие в контрольном заплыве

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

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 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.



ВОПРОС-ОТВЕТ

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!

 **+7 495 132 00 15**

 **SWIMROCKETBOT_BOT**



ВАМ ТАКЖЕ МОГУТ БЫТЬ ИНТЕРЕСНЫ

ДРУГИЕ СБОРЫ 2026

ТАИЛАНД

9–15 февраля

ЕГИПЕТ

31 марта–5 апреля

АНТАЛЯ

28 апреля–3 мая

ЧЕБОКСАРЫ

23–28 июня

НИЖНИЙ НОВГОРОД

20–25 июля

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

18–23 августа

КАЗАХСТАН

25–30 августа

ВЛАДИВОСТОК

8–13 сентября

СОЧИ

28 сентября – 3 октября

ЕГИПЕТ

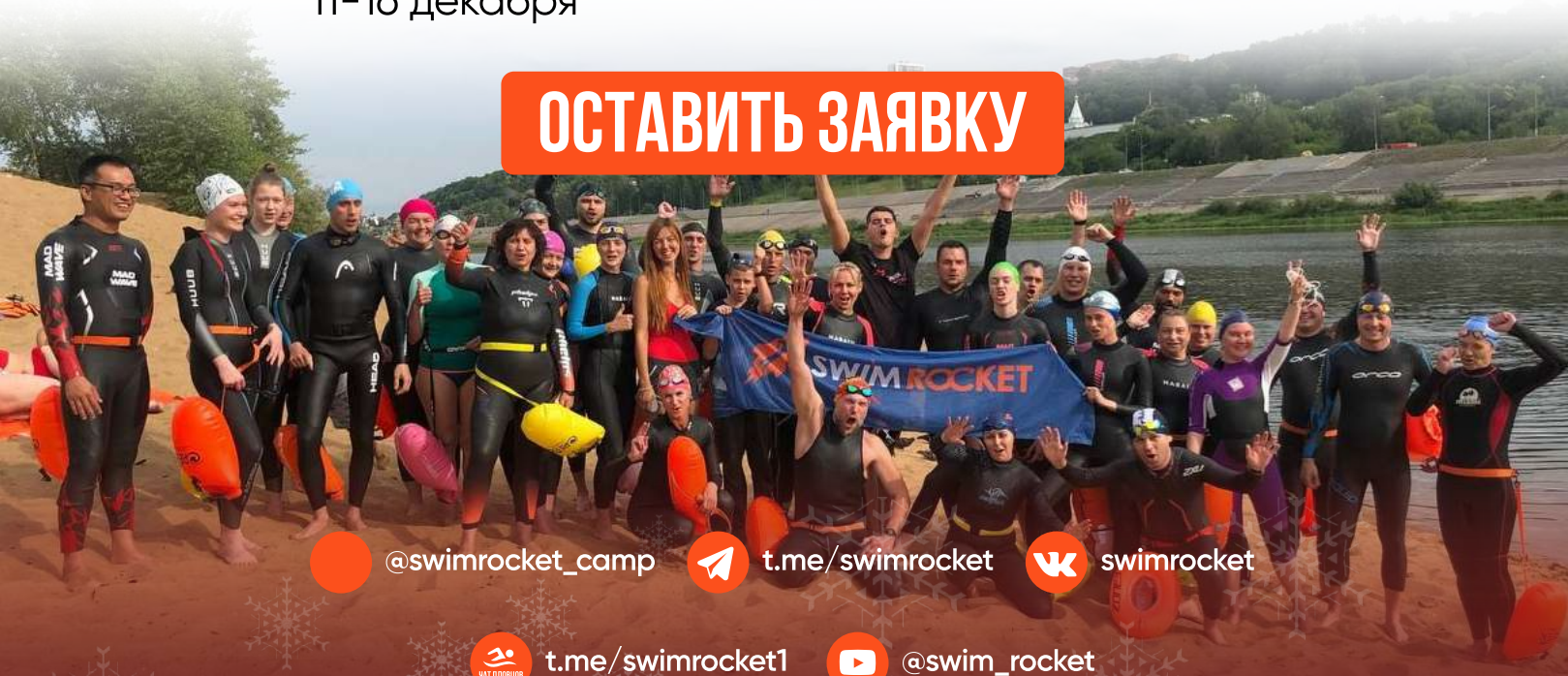
3–8 ноября

ДУБАЙ

11–16 декабря

*Возможна корректировка
на несколько дней

ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ



@swimrocket_camp



t.me/swimrocket



swimrocket



t.me/swimrocket1



@swim_rocket