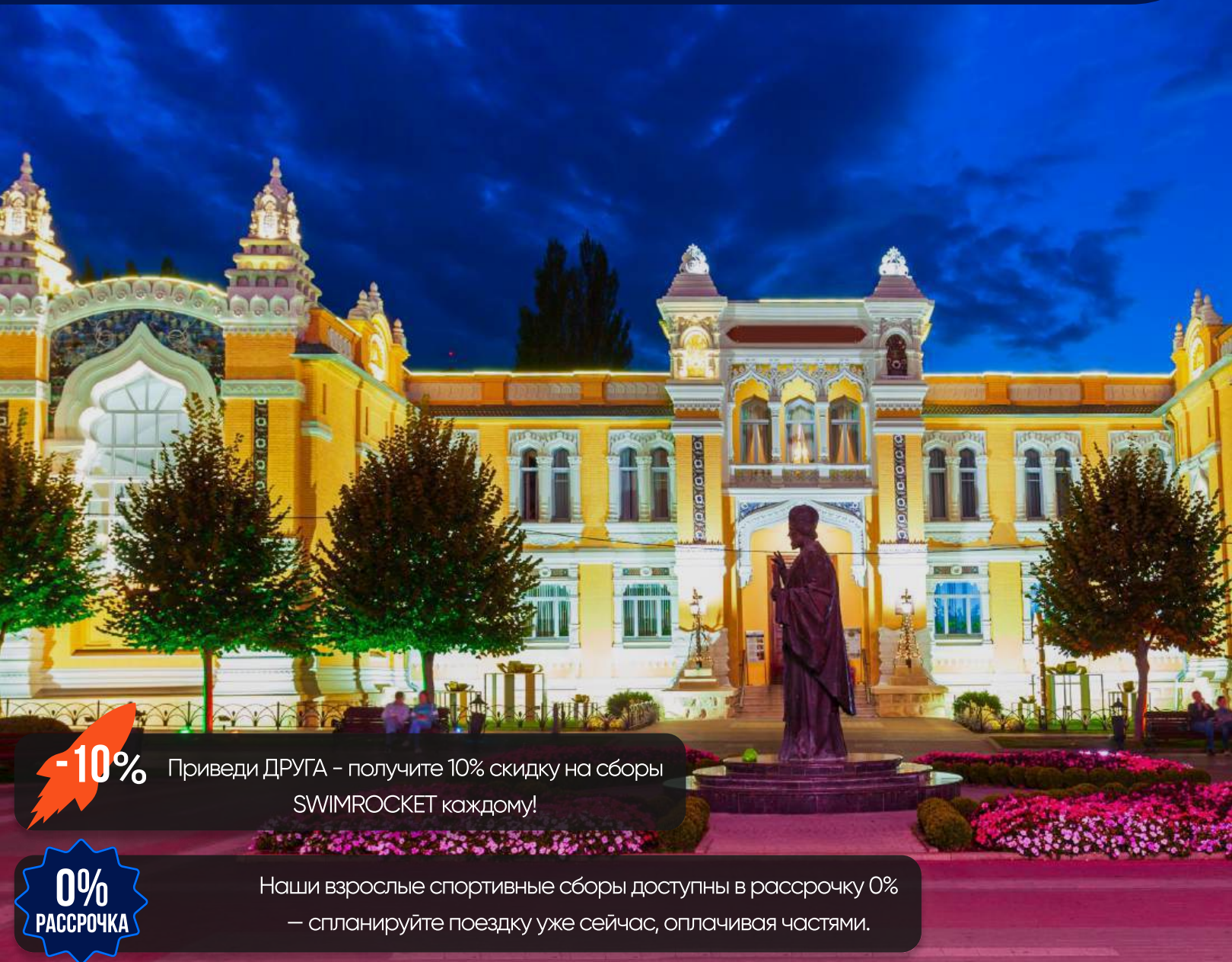


СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В КИСЛОВОДСКЕ

8-13 ИЮНЯ**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.

Для всех участников сбора **10 000 баллов**
на покупки в магазине Спортмастер,
а также памятные подарки от SwimRocket

СБОР
SWIMROCKET

КТО ТАКИЕ SWIMROCKET?



✦ ШКОЛА ПЛАВАНИЯ

Обучили плаванию более 19 000 взрослых и детей по авторской методике «Ракета» — от новичков до профессиональных спортсменов.

Наша цель — научить плавать 100 000 человек

✦ ПЛАВАТЕЛЬНЫЕ СБОРЫ

Организуем более 20 сборов в год для взрослых и детей в России и за рубежом. Сборы вместе с Swim Rocket — это интенсивные тренировки, новые знакомства и насыщенная программа

✦ №1 YOUTUBE КАНАЛ ПО ПЛАВАНИЮ В РФ

585 000+ подписчиков — один из самых популярных русскоязычных каналов о плавании

✦ ОНЛАЙН-АКАДЕМИЯ SWIMROCKET

База знаний для новичков и опытных пловцов в онлайн-формате

✦ СОРЕВНОВАНИЯ «ГОНКИ РАКЕТ»

Любительские соревнования, которые мы проводим дважды в год в лучших бассейнах Москвы



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



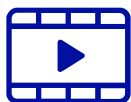
Тренировки по сухому плаванию и ОФП



Поучаствовать в заплыве



Драйва и крутой спортивной тусовки



Получить видеоразбор техники плавания



Посетить экскурсии и погрузиться в местный колорит



ПОЧЕМУ КИСЛОВОДСК?

Кисловодск — место, которое давно ценят спортсмены со всей России за чистый горный воздух, комфортный климат и развитую спортивную инфраструктуру. Именно здесь **с 8 по 13 июня** команда SwimRocket проведет плавательный сбор!

Летом в Ставропольский край приезжают тысячи любителей спорта. Здесь можно сосредоточиться на плавании в окружении природы, вдали от городской суеты. Наш летний сбор подойдет тем, кто хочет улучшить технику плавания, освежить мотивацию и провести неделю в компании единомышленников.

Помимо тренировок, в программу сбора также входят экскурсия в Нарзанную галерею и поездка в термальные источники. Участников ждет перезагрузка и знакомство с курортными традициями региона. Отдых в горячих бассейнах и знаменитый кисловодский нарзан помогут получить максимум пользы от сбора.



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 25-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 25-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 сборов, где вы можете общаться, обмениваться информацией, тренировками, искать компанию для поездки на заплывы.



В один из дней мы прогуляемся по знаменитой Нарзанной галерее, продегустируем целебный нарзан, а после тренировок восстановим силы в термальных источниках с панорамным видом на горы.



ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

День 1

15:00

16:00

18:00

19:00

8 июня | 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

18:00

20:00

9 июня | Ср

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

10 июня | Чт

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

11 июня | Пт

Сухое плавание

Завтрак

Экскурсия в термальные
источники

Тренировка в бассейне

Время на ужин

День 5

9:00

11:00

14:00

12 июня | Сб

Завтрак

Тренировка в бассейне
(работа на скорость)

Отдых перед заплывом

День 6

10:00

12:00

13 июня | Вс

Участие в контрольном заплыве

Финальное собрание/
подведение итогов 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

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 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

НИЖНИЙ НОВГОРОД

21-26 июля

БОСФОР

18-23 августа

СОЧИ

28 сентября - 3 октября

ДУБАЙ

*Декабрь

АРМЕНИЯ

11-16 августа

ВЛАДИВОСТОК

8-13 сентября

ЕГИПЕТ

3-8 ноября

ДРУГИЕ СБОРЫ 2027

КИСЛОВОДСК

4-9 января

АНТАЛЯ

28 апреля - 4 мая / 4-9 мая

БОСФОР

*Август

СОЧИ

*Октябрь

ТАИЛАНД

23-28 марта

БУДАПЕШТ

24-29 июня

КИТАЙ

*Сентябрь

ДУБАЙ

*Декабрь

ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ

