

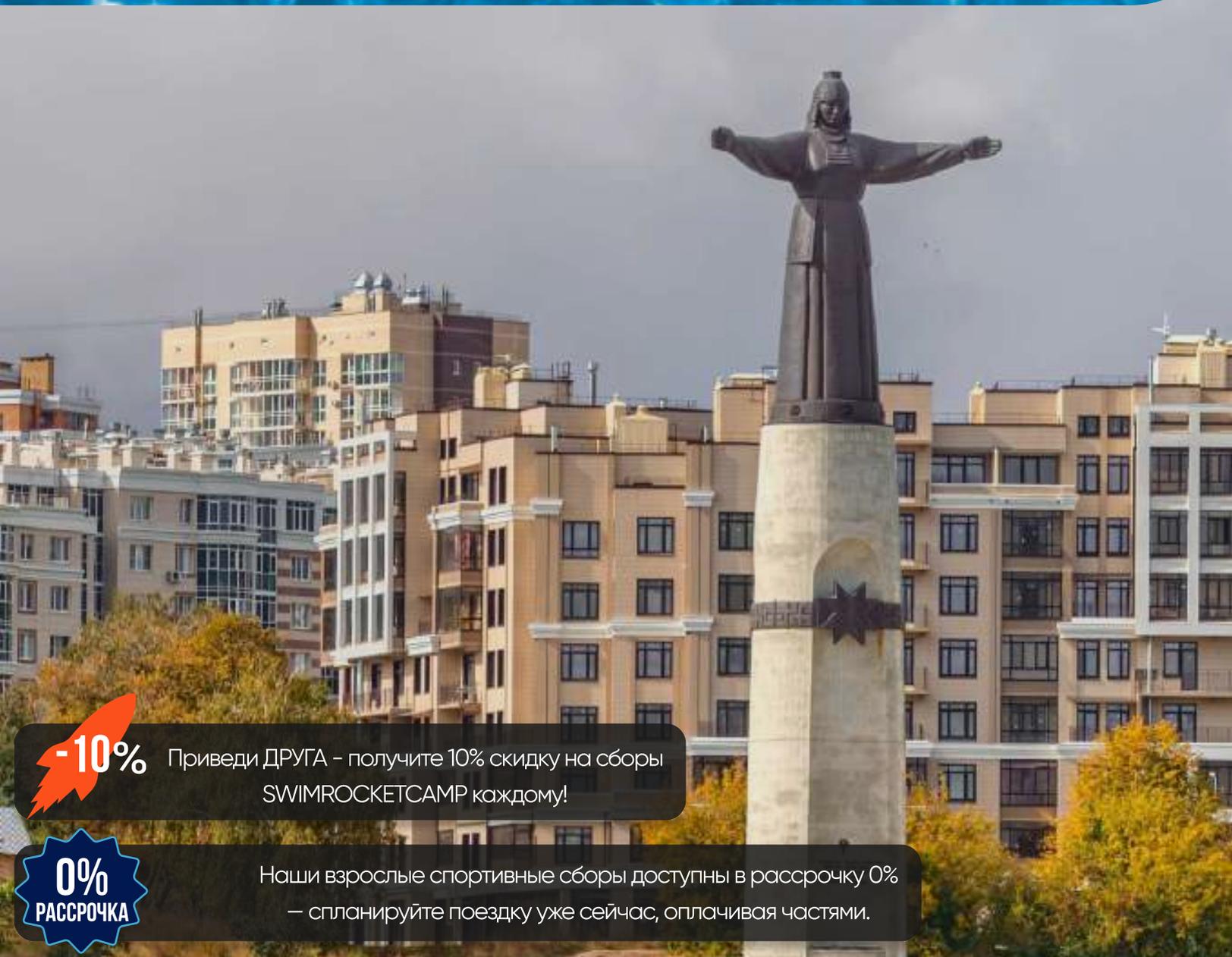
2026

www.swimrocket.ru/cheboksary

СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В ЧЕБОКСАРАХ

23-28 ИЮНЯ

СБОР ДЛЯ НОВИЧКОВ, ПЛОВЦОВ СРЕДНЕГО УРОВНЯ И PRO



-10%

Приведи ДРУГА – получите 10% скидку на сборы SWIMROCKETCAMP 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



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 ЧЕБОКСАРЫ?

С 23 по 28 июня 2025 года пройдет наш плавательный кемп в Чебоксарах с подготовкой к заплыву по Волге CHEBSWIM.

Чебоксары – идеальное место для проведения плавательного кемпа и подготовки к заплыву CHEBSWIM. Этот город сочетает в себе богатую историю, уютную атмосферу и живописные виды, создавая вдохновляющую обстановку для тренировок.

Прогулки по Чебоксарской набережной, величественные виды Волги и знаменитая "Бухта Амазонок" делают пребывание здесь незабываемым. Комфортная инфраструктура и гостеприимность города позволяют спортсменам сосредоточиться на достижении новых результатов.

ЧТО ЖДЕТ УЧАСТНИКОВ КЕМПА?

- ✦ Тренировки в бассейне и на открытой воде, направленные на развитие техники, выносливости и скорости.
- ✦ Занятия по сухому плаванию.
- ✦ Индивидуальный видеоанализ техники с разбором ошибок.
- ✦ Лекции по кролю и подготовке к плаванию в открытой воде.
- ✦ В конце кемпа вы сможете проверить свои навыки, участвуя в официальном заплыве на Волге CHEBSWIM, и ощутить атмосферу настоящего спортивного праздника.



ЧТО ВАС ЖДЕТ НА СБОРЕ?

УСИЛЕННАЯ ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ

На этом сборе мы уделим особое внимание подготовке к заплыву CHEBSWIM и детальной проработке таких навыков на открытой воде, как техника и дыхание, ориентирование, драфтинг и развороты.

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.

ЛЕКЦИЯ «СЕКРЕТЫ ОТКРЫТОЙ ВОДЫ»

Вас будет ждать лекция по открытой воде, где мы поделимся секретами и нюансами открытой воды, изучим такие вопросы, как техника, дыхание, распределение сил, изучим траекторию прохождения трассы на заплыве и поделимся секретом, как не "улететь" мимо финиша.

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.

ОБЩИЙ ЧАТ

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

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.

В один из дней кемпа вас ждет экскурсия по историческим улицам Чебоксар и прогулка по живописной набережной Волги. Вы увидите знаменитый монумент "Мать-Покровительница" и узнаете интересные факты о городе.



ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

День 1

23 июня | Вт

- 11:00 - 12:00 Тренировка в бассейне
- 16:00 Тренировка на открытой воде
- 19:00 Вводное собрание и знакомство

День 2

24 июня | Ср

- 11:00 - 12:00 Тренировка в бассейне
- 16:00 Тренировка на открытой воде
- 19:00 Лекция по открытой воде

День 3

25 июня | Чт

- 11:00 - 12:00 Тренировка в бассейне
- 16:00 Тренировка на открытой воде
- 19:00 Лекция по технике и видеоразбор

День 4

26 июня | Пт

- 11:00 - 12:00 Тренировка в бассейне
- 16:00 Тренировка на открытой воде
- 20:00 Совместный ужин

День 5

27 июня | Сб

- 11:00 - 12:00 Тренировка в бассейне
- 16:00 Тренировка на открытой воде
- 19:00 Отдых перед заплывом

День 6

28 июня | Вс

Заплыв CHEBSWIM

*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.”

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!

 **MAX MESSENGER**

 **+7 495 132 00 15**

 **SWIMROCKETBOT_BOT**



ВАМ ТАКЖЕ МОГУТ БЫТЬ ИНТЕРЕСНЫ

ДРУГИЕ СБОРЫ 2026

КИСЛОВОДСК

3-8 января

ТАИЛАНД

9-15 февраля

ЕГИПЕТ

18-23 марта

АНТАЛЬЯ

28 апреля-3 мая

НИЖНИЙ НОВГОРОД

21-26 июля

БОСФОР

18-23 августа

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

18-23 августа

КАЗАХСТАН

25-30 августа

ВЛАДИВОСТОК

23-29 сентября

ДУБАЙ

11-16 декабря

ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ



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



t.me/swimrocket



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



t.me/swimrocket1



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