

2025

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

# СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В ЕГИПТЕ

3-8 НОЯБРЯ

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.

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





# СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В ЕГИПТЕ



## ДЛЯ КОГО?

Сбор идеально подходит для всех любителей плавания. Для тех, кто хочет научиться правильно и технично плавать, а также улучшить технику своего плавания в бассейне и на открытой воде.

**Уровни: новички, средние, PRO.**

## ПОЧЕМУ ЕГИПЕТ?

**Египет** — место для роскошного отпуска и погружения в древнюю историю. Здесь вы почувствуете богатство культуры и сможете полюбоваться на невероятно красивый подводный мир.

Идеальные погодные условия для тренировок: температура воды в Красном море +22°C, температура воздуха +24°C. Когда в России уже холодно, мы будем прокачивать вашу технику и загорать под теплым солнцем в ноябре.

На сборе нас ждут занятия по плаванию в бассейне и тренировки на открытой воде в море, видеоразбор техники, зарядки с утра, занятия на суше, новые друзья и знакомства из спортивного коммьюнити!

По окончании сбора всех участников ждет контрольный тренировочный заплыв — **Pharaon Swim**.





# ПРОЖИВАНИЕ В ЕГИПТЕ

## **Современный 4-звездочный отель Pickalbatros Aqua Vista Resort Hurghada**

расположен всего в 7 км от международного аэропорта Хургады и в 700 м от Красного моря. К услугам — просторные номера с кондиционером, сейфом, мини-баром, спутниковым телевидением и балконом или террасой.

На территории — 4 бассейна, включая олимпийский, тренажёрный зал, спа-центр с сауной, хаммамом и массажными кабинетами.

На территории отеля расположен **открытый олимпийский бассейн длиной 50 м**, идеально подходящий для полноценных тренировок. Занятия проходят как в этом бассейне, так и на открытой воде — прямо на пляже курортного комплекса. Для сухого плавания и общефизической подготовки предусмотрены комфортные зоны на территории отеля.

**Адрес:** Safaga Road, 99999 Хургада, Египет.

✓ **Размещение**  
Проживание в 1 или 2-х местных номерах

✓ **Питание** (оплачивается дополнительно)  
Завтрак, обед, ужин

✓ **Удобства в номере**  
Кровать, шкаф, тумбы, душ, кондиционер, телевизор, фен, полотенца

✓ **Бассейн**  
Открытый 50м олимпийского стандарта

✓ **Активности**  
Аквапарк, дайвинг, настольный теннис, анимация





# 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

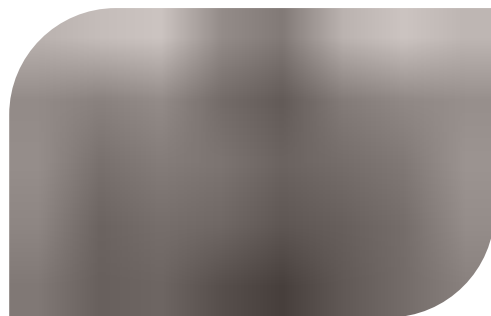
Тренировки по сухому плаванию и упражнения на резине. Этот вид тренировок поможет вам освоить технику "высокого" локтя и правильного захвата воды.

## 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

После завершения кемпа те, кто заранее зарегистрировался, смогут принять участие в масштабном заплыве через Босфор и получить статус кросс-континентального пловца.



А кроме этого, вас ждут невероятные экскурсии и знакомство с культурой древнего Египта!



# ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

## День 1 | 3 ноября | Вт

15:00	Общий сбор в отеле
16:00	Втягивающая тренировка по сухому плаванию
18:00	Вечер знакомств / вводное собрание
19:00	Ужин / свободное время

## День 2 | 4 ноября | Ср

8:00	Зарядка + сухое плавание
8:30	Завтрак
10:00	Тренировка в бассейне (работа над техникой)
16:00	Тренировка на открытой воде
18:00	Видеоразбор техники плавания
20:00	Время на ужин / свободное время

## День 3 | 5 ноября | Чт

8:00	Зарядка + сухое плавание
8:30	Завтрак
10:00	Тренировка в бассейне (работа на выносливость)
14:00	Тренировка на открытой воде
20:00	Время на ужин / свободное время

## День 4 | 6 ноября | Пт

9:00	Тренировка на открытой воде
9:30	Завтрак
13:00	Экскурсия в пустыню
18:00	Время на ужин / получение стартовых пакетов / свободное время отдых перед заплывом

## День 5 | 7 ноября | Сб

9:00	Завтрак
11:00	Тренировка на открытой воде
14:00	Отдых перед заплывом

## День 6 | 8 ноября | Вс

10:00	Участие в заплыве
12:00	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 2026

**КИСЛОВОДСК**

3–8 января

**ТАИЛАНД**

9–15 февраля

**ЕГИПЕТ**

31 марта–5 апреля

**АНТАЛЬЯ**

28 апреля–3 мая

**ЧЕБОКСАРЫ**

23–28 июня

**НИЖНИЙ НОВГОРОД**

20–25 июля

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

18–23 августа

**КАЗАХСТАН**

25–30 августа

**ВЛАДИВОСТОК**

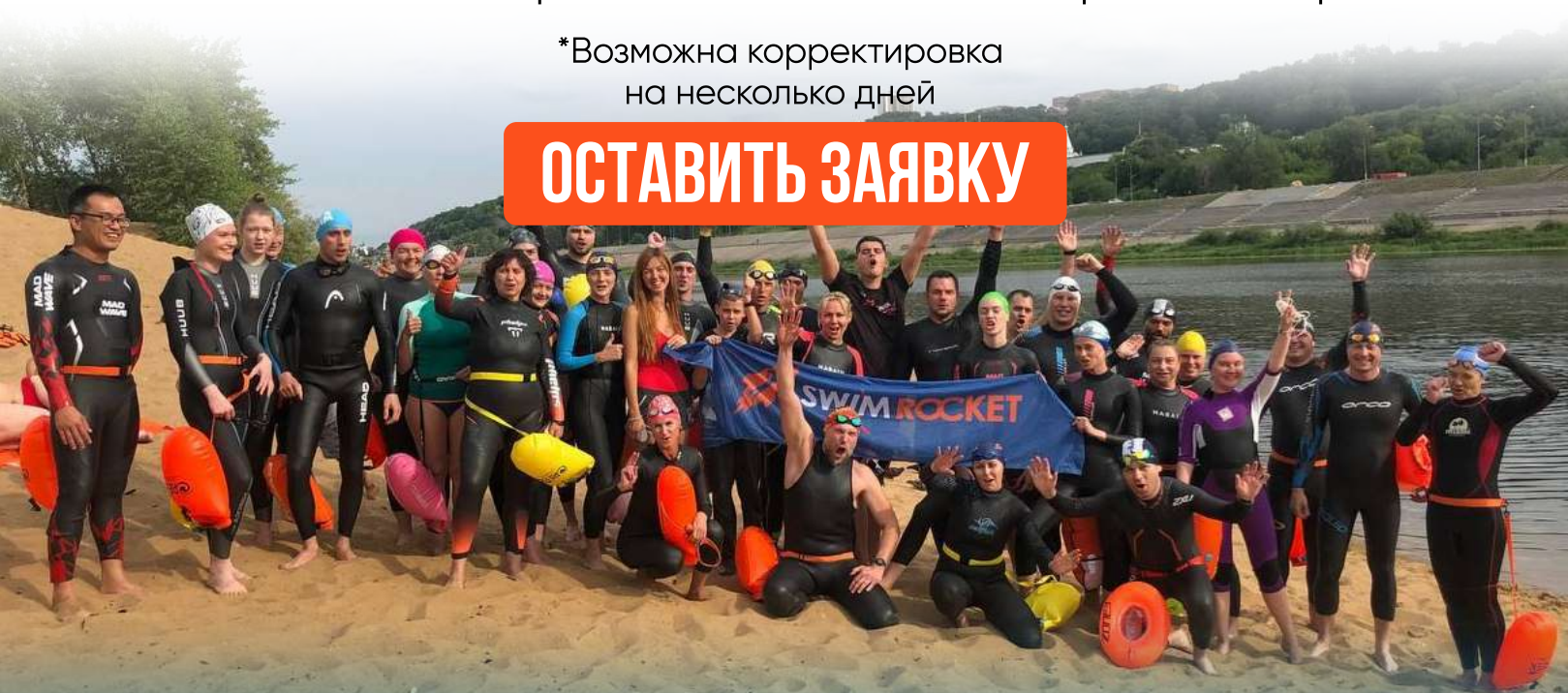
8–13 сентября

**СОЧИ**

30 сентября – 5 октября

\*Возможна корректировка  
на несколько дней

**ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ**



@swimrocket\_camp



t.me/swimrocket



swimrocket



t.me/swimrocket1



@swim\_rocket