



2026

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

# СБОР ПО ПЛАВАНИЮ ПЕРЕД ЗАПЛЫВОМ ЧЕРЕЗ БОСФОР

СТАМБУЛ, ТУРЦИЯ | 18-23 АВГУСТА

-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

# 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 СТАМБУЛ?

**Стамбул** — это не просто город, а место, где Азия встречается с Европой, создавая уникальную атмосферу для одного из самых масштабных заплывов в мире. Заплыв через Босфор — это возможность испытать себя, преодолеть дистанцию 6,5 км с поддержкой течения и получить звание кросс-континентального пловца.

Мы, школа плавания SwimRocket, организуем плавательный сбор в Стамбуле перед заплывом. В рамках подготовки участники изучают особенности плавания в открытой воде, осваивают технику ориентирования и учатся работать с течением.

Даже если вы не участвуете в заплыве, путешествие будет наполнено яркими впечатлениями. Участники смогут познакомиться с историей Стамбула, посетить Собор Святой Софии и маршруты, описанные в знаменитых книгах. Для желающих — традиционный турецкий хамам 16 века.

Размещение организовано в крутом пятизвездочном отеле рядом с морем, где есть бассейны, тренажерные залы, массажные кабинеты и турецкая баня. Поблизости — пляжи, парки и живописные велосипедные маршруты.

По окончании сбора участники получают не только ценный опыт, но и возможность стать частью закрытого сообщества выпускников, где можно обмениваться опытом, находить единомышленников и готовиться к новым вызовам.

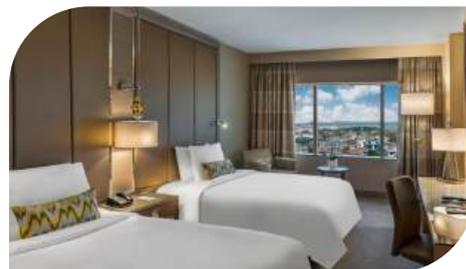


# ПРОЖИВАНИЕ В СТАМБУЛЕ

**5-звездочный отель Renaissance Polat Istanbul** расположен в районе Ешильюрт, всего в 230 метрах от пляжа. К услугам гостей бассейны, тренажерные залы, массажные кабинеты и турецкая баня. Рядом находятся пляжи, парки, велосипедные маршруты и порт Ешилькей (1,5 км).

**Адрес:** Sahil Yolu Caddesi No: 2 Yesilyurt, Бакыркей, 34149; Стамбул, Турция.

- ✓ **Размещение**  
Проживание в 1 или 2-х местных номерах
- ✓ **Питание**  
Может быть включено или не включено в стоимость проживания, в зависимости от выбранного тарифа
- ✓ **Удобства в номере**  
Кровать, шкаф, тумбы, душ, кондиционер, телевизор, фен, полотенца
- ✓ **Бассейн**  
Крытый бассейн и сезонный открытый бассейн
- ✓ **Рестораны и кафе поблизости**  
Manzara Restaurant, SMC Cafe & Bar, Marmara Fish Restaurant



# ЧТО ВАС ЖДЕТ НА СБОРЕ?

## ПОМОЩЬ С ДОКУМЕНТАМИ

Мы объясним, какие документы необходимо собрать для допуска к заплыву, и подскажем, где можно получить медицинскую справку.

## 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 НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ

Мы освоим технику плавания и ориентирования на открытой воде, прокачаем все необходимые навыки для успешного выступления на заплыве.

## 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.

## УЧАСТИЕ В ЗАПЛЫВЕ

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

## 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.



А кроме того, мы посетим Собор Святой Софии, исторические места города и маршрут из романа «Цифровая Крепость» Дэна Брауна. В один из дней мы съездим на обзорную экскурсию на Принцесы острова. По желанию – хамам 16 века и традиционная турецкая баня.



# ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

## День 1

18 августа | 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

19 августа | Ср

- 8:00 Зарядка + сухое плавание
- 8:30 Завтрак
- 10:00 Свободное время
- 16:00 Тренировка на открытой воде
- 20:00 Время на ужин/ свободное время

## День 3

20 августа | Чт

- 8:00 Зарядка + сухое плавание
- 8:30 Завтрак
- 10:00 Свободное время
- 14:00 Тренировка на открытой воде
- 20:00 Время на ужин/ свободное время

## День 4

21 августа | Пт

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

## День 5

22 августа | Сб

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

## День 6

23 августа | Вс

- 10:00 **Участие в заплыве**
- 12:00 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*

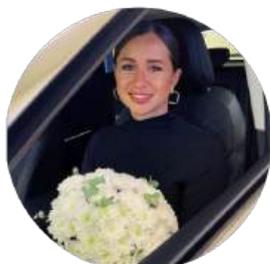
"Наши тренеры и наставники - Вы лучшие! Такого трансфера до места старта у меня ещё не было! Незабываемые впечатления! Спасибо всем участникам сбора, вы отзывчивые и приятные, душевные и веселые!"



## **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**

*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.



## 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

**ЕГИПЕТ**

31 марта–5 апреля

**АНТАЛЯ**

28 апреля–3 мая

**КИСЛОВОДСК**

9–14 июня

**ЧЕБОКСАРЫ**

23–28 июня

**НИЖНИЙ НОВГОРОД**

21–26 июля

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

18–23 августа

**КАЗАХСТАН**

25–30 августа

**ВЛАДИВОСТОК**

8–13 сентября

**СОЧИ**

28 сентября–3 октября

**ЕГИПЕТ**

3–8 ноября

\*Возможна корректировка  
на несколько дней

**ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ**



@swimrocket\_camp



t.me/swimrocket



swimrocket



t.me/swimrocket1



@swim\_rocket