

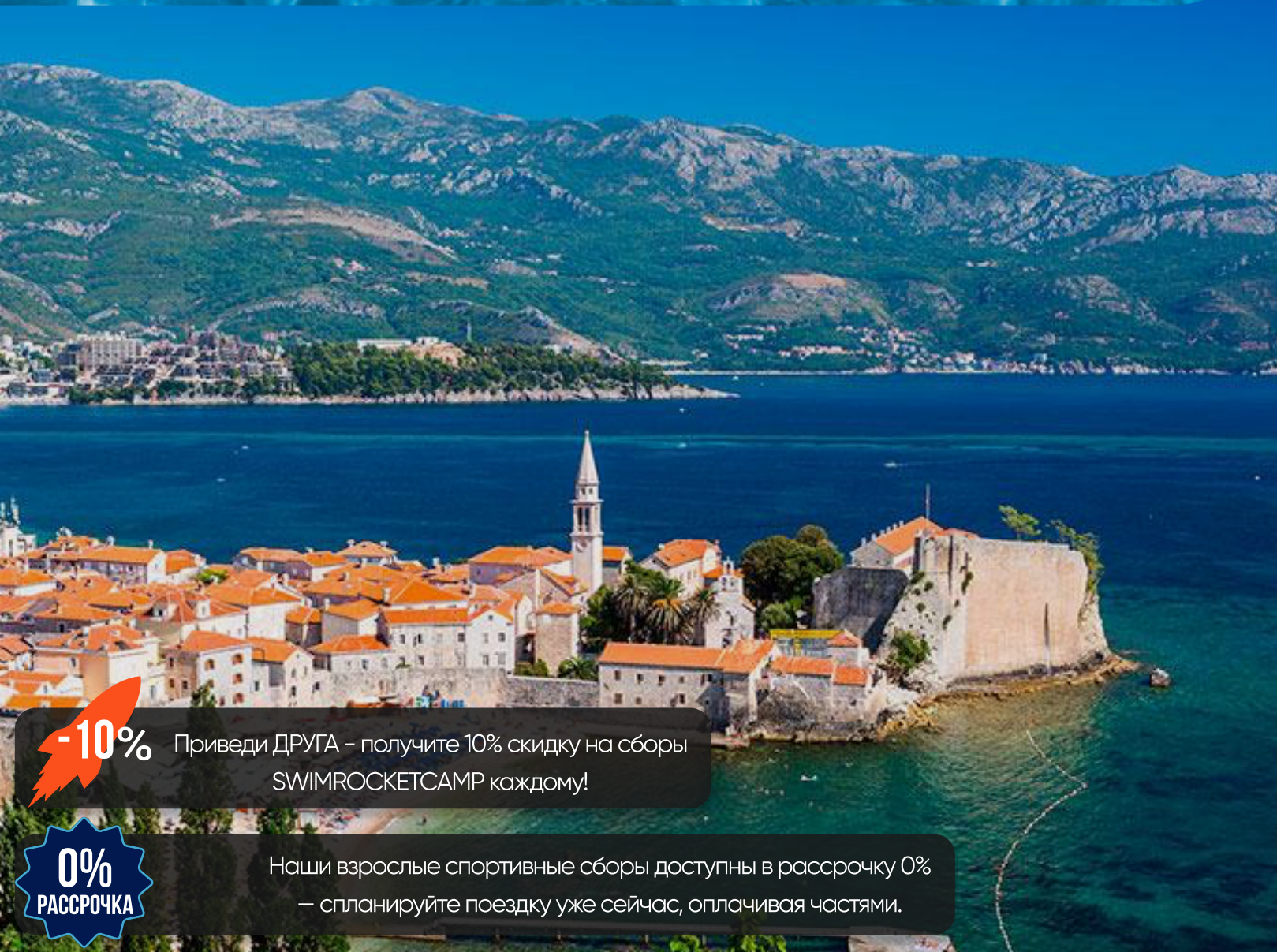
2025

www.swimrocket.ru/montenegro

СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В ЧЕРНОГОРИИ

БУДВА, ЧЕРНОГОРИЯ | 23-28 СЕНТЯБРЯ

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



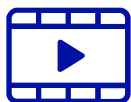
Тренировки по сухому плаванию и ОФП



Почаствовать в заплыве



Драйва и крутой спортивной тусовки



Получить видеоразбор техники плавания



Посетить экскурсии и погрузиться в местный колорит



ПОЧЕМУ ЧЕРНОГОРИЯ?

Черногория — идеальное место для продления лета и наслаждения плаванием в кристально чистых водах Адриатики. В конце сентября здесь сохраняется комфортная температура: **воздух около +24°C**, а **вода** прогревается **до +22°C**. В это время в России уже осень, а в Которском заливе можно продолжать наслаждаться солнцем, морем и потрясающими пейзажами.

Мы, команда SwimRocket, **с 23 по 28 сентября 2025 года проводим плавательный кемп в Будве** по подготовке к заплыву X-WATERS Montenegro 2025. Ближайший аэропорт — Тиват. **Для граждан РФ виза не нужна!**

Сбор подходит для взрослых и детей с 12 лет любого уровня спортивной подготовки — от новичка до PRO. Кемп подходит как для участия в заплыве, так и просто для совершенствования техники плавания. Можно приезжать всей семьей — для детей предусмотрены специальные дистанции.

ЧТО ЖДЕТ УЧАСТНИКОВ КЕМПА?

- ✧ Тренировки в бассейне и на открытой воде.
- ✧ Занятия по сухому плаванию.
- ✧ Видеоанализ и оценка техники с разбором ошибок.
- ✧ Новые знакомства и друзья.
- ✧ Возможность принять участие в заплыве X-WATERS Montenegro 2025 (по желанию).
- ✧ Пешая прогулка с посещением старинного города и других местных достопримечательностей.

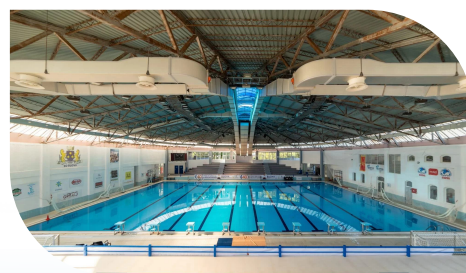


ПРОЖИВАНИЕ В БУДВЕ

Отель Slovenska Plaža Lux – крупнейший 4-х звездный туристический комплекс Будвы в виде уютного средиземноморского поселка из 10 вилл, соединённых улочками и окружённых зеленью. Расположен всего в 100 м от Словенского пляжа и в 1 км от Старого города, до которого можно дойти по живописному променаду. На территории – магазины, кафе, бары, рестораны, бассейны и живая атмосфера. Тренировки будут проходить в 50-метровом бассейне в Спортивно-оздоровительном центре при отеле.

Адрес: HG Budvanska rivijera, 85310 1, Trg Slobode, Budva, Montenegro.

- ✓ **Размещение**
Проживание в 1 или 2-х местных номерах
- ✓ **Питание**
Завтрак и ужин включены в стоимость сбора
- ✓ **Удобства в номере**
Кровать, шкаф, тумбы, душ, кондиционер, телевизор, фен, полотенца
- ✓ **Бассейн**
Крытый 50-метровый бассейн и сезонный открытый бассейн
- ✓ **Рестораны и кафе поблизости**
Lim Restaurant, Cafe Terasa, Torch Beach Club, Obala



ЧТО ВАС ЖДЕТ НА СБОРЕ?

ТРЕНИРОВКИ В БАССЕЙНЕ

В бассейне мы будем работать на технику, скорость и выносливость. Группы будут поделены на уровни: новички, средние, PRO.

УСИЛЕННАЯ ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ

На этом сборе мы уделим особое внимание подготовке к заплыву X-WATERS Montenegro 2025 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 нас ждет пешая прогулка с посещением старинного города и других местных достопримечательностей.



ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

День 1

23 сентября | Вт

11:00 - 12:00

Тренировка в бассейне

16:00

Тренировка на открытой воде

19:00

Вводное собрание и знакомство

День 2

24 сентября | Ср

11:00 - 12:00

Тренировка в бассейне

16:00

Тренировка на открытой воде

19:00

Лекция по открытой воде

День 3

25 сентября | Чт

11:00 - 12:00

Тренировка в бассейне

16:00

Тренировка на открытой воде

19:00

Лекция по технике и видеоразбор

День 4

26 сентября | Пт

11:00 - 12:00

Тренировка в бассейне

16:00

Тренировка на открытой воде

20:00

Совместный ужин

День 5

27 сентября | Сб

11:00 - 12:00

Тренировка в бассейне

16:00

Тренировка на открытой воде

19:00

Отдых перед заплывом

День 6

28 сентября | Вс

**Заплыв X-WATERS
Montenegro 2025**

*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!

 **+7 968 038 88 35**

 **+7 495 132 00 15**



ВАМ ТАКЖЕ МОГУТ БЫТЬ ИНТЕРЕСНЫ

ДРУГИЕ СБОРЫ 2025

НИЖНИЙ НОВГОРОД

21-26 июля

БОСФОР

19-24 августа

СОЧИ

29 сентября-4 октября

ДУБАЙ

2-7 декабря

ДРУГИЕ СБОРЫ 2026

КИСЛОВОДСК

3-8 января

ТАИЛАНД

7-15 февраля

ЕГИПЕТ

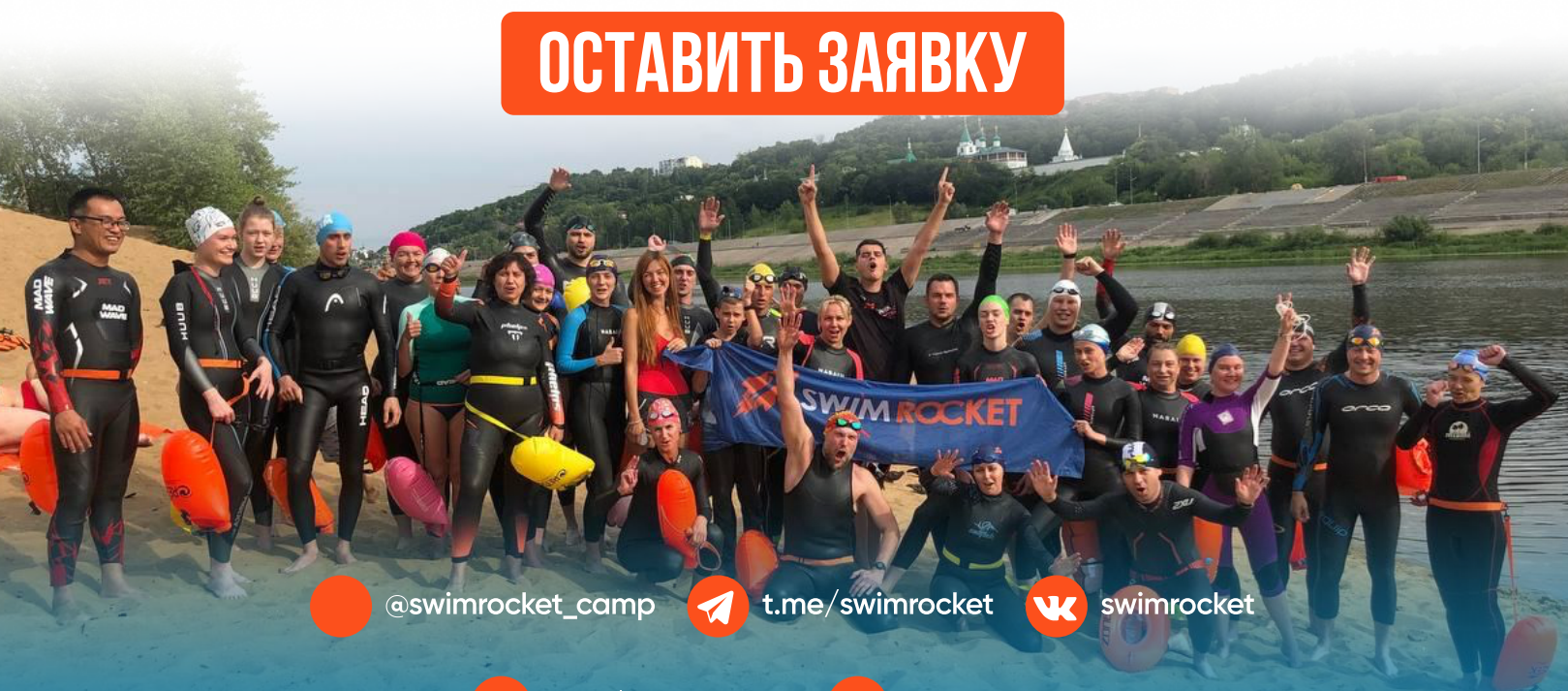
*Март

АНТАЛЬЯ

*Май

*Возможна корректировка
на несколько дней

ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ



@swimrocket_camp



t.me/swimrocket



swimrocket



t.me/swimrocket1



@swim_rocket