



2026

www.swimrocket.ru/dubai

СБОР ПО ПЛАВАНИЮ В ДУБАЙ (ОАЭ)

***ДЕКАБРЬ**

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.

**ВОЗВРАЩАЕМ ДО 10 000₽
НА ПОКУПКИ В СПОРТМАСТЕР***

* подробности уточняйте у кураторов

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



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 ДУБАЙ?

В декабре 2026 года мы, школа плавания SwimRocket, едем на сборы по плаванию в Дубай. Сбор подходит для новичков, пловцов среднего уровня и ПРО.

По окончании сбора вы сможете принять участие в **международном заплыве OCEANMAN** (участники из 90+ стран).

Заплыв поможет отследить вам прогресс, полученный за время сбора. Каждый участник получит памятную медаль, победители получают дополнительные призы. Помимо тренировок в бассейне, вас будут ждать тренировки на открытой воде на самом современном пляже Ближнего Востока, специальный комплекс упражнений по сухому плаванию и растяжке, который даст прорыв в вашем плавании.

Идеальные погодные условия для тренировок: **температура воздуха в декабре +29°C**, температура воды **в бассейне +28°C**, температура воды **в море +25°C**.

Дубай – это крупнейший туристический центр мира, известный своими невероятными небоскребами, в том числе самым высоким зданием в мире – Бурж Халифа, роскошными пляжами, высокими технологиями, теплым климатом, а также арабской культурой и кухней.

Также рядом с городом находится крупнейшая **пустыня "Красные пески"**, куда в один из дней сбора мы отправимся на джип-сафари, где вы сможете покататься на верблюдах, квадроциклах, джипах, сэндбордах, а также увидеть представление с национальными танцами и отведать традиционный арабский ужин в пустынном оазисе.



ПРОЖИВАНИЕ В ДУБАЕ

Lemon Tree Hotel, Jumeirah Dubai – современный отель в престижном районе Джумейра. Расположен всего в 1,7 км от общественного пляжа Джумейра и в 4–5 км от знаменитых достопримечательностей: отеля Burj Al Arab и торгового центра Mall of the Emirates. Занятия на открытой воде запланированы на пляжах Джумейра и Кайт Серф – одних из лучших пляжей ОАЭ.

Адрес: Al Wasl Road, Umm Al Sheif, Jumeirah Dubai 122487, United Arab Emirates, Дубай, ОАЭ.

- ✓ **Размещение**
Проживание в 1 или 2-х местных номерах
- ✓ **Питание**
Завтрак «шведский стол» включён в стоимость. Обеды и ужины в кафе и ресторанах поблизости (средний чек обеда ~1400₽)
- ✓ **Удобства в номере**
Кондиционер, телевизор, сейф, письменный стол, чайник, душ, биде, фен, бесплатные туалетно-косметические принадлежности, полотенца, постельное белье
- ✓ **Бассейн**
Крытый 25-метровый бассейн для тренировок (по расписанию) и открытый бассейн при отеле
- ✓ **Рестораны и кафе поблизости**
Jumeirah Beach Cafes, Lime Tree Cafe, Comptoir 102, La Mer Beach restaurants



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

По желанию в конце сбора вы можете принять участие в заплыве Oseanman на открытой воде и получить памятную медаль.



В один из дней сбора нас ждет интересная экскурсия в небесную обсерваторию Sky Observatory Dubai, а также уникальная возможность покататься на верблюдах, квадроциклах, джипах, сэндбордах и отведать традиционный арабский ужин в пустынном оазисе.



ПРИМЕРНОЕ РАСПИСАНИЕ СБОРА

День 1

- 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 3

- 8:00 Зарядка + сухое плавание
- 8:30 Завтрак
- 10:00 Тренировка в бассейне (работа на выносливость)
- 14:00 Экскурсия в небесную обсерваторию и поющие фонтаны
- 20:00 Время на ужин/ свободное время

День 5

- 9:00 Завтрак
- 11:00 Тренировка на открытой воде
- 14:00 Получение стартовых пакетов
- 16:00 Отдых перед заплывом

День 2

- 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 4

- 9:00 Тренировка на открытой воде
- 9:30 Завтрак
- 13:00 Экскурсия в пустыню
- 21:00 Возвращение в отель

День 6

- 8:00 Завтрак
- 10:00 Выезжаем на заплыв
- 12:00 Заплыв для участников сбора
- 15:00 Финальное собрание/ подведение итогов сбора

*Участие в заплыве добровольное, тренеры могут не допустить на заплыв, если уровень подготовки недостаточен для безопасного участия

**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, 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

КИСЛОВОДСК

9-14 июня

ЧЕБОКСАРЫ

23-28 июня

НИЖНИЙ НОВГОРОД

21-26 июля

АРМЕНИЯ

11-16 августа

БОСФОР

18-23 августа

ВЛАДИВОСТОК

8-13 сентября

ЕГИПЕТ

3-8 ноября

СОЧИ

28 сентября - 3 октября

ДРУГИЕ СБОРЫ 2027

КИСЛОВОДСК

*Январь

АНТАЛЯ

*Май

*Возможна корректировка
на несколько дней

ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ



@swimrocket_camp



t.me/swimrocket



swimrocket



t.me/swimrocket1



@swim_rocket