



SWIMDAY РАСПИСАНИЕ И ПРАВИЛА

Привет, Крутой Человек!

Мы рады, что ты едешь с нами в Переславль-Залесский тренироваться на открытой воде и участвовать в Школьном заплыве, а также греться в бане и вкусно есть за большим столом.

Ты всего лишь в одном шаге от этих интересных выходных!

Расписание 2-х дней:

25 августа, суббота

10:00 - собрание на территории гостиницы «Сельдь Царский посол», лекция по плаванию на открытой воде;

11:00-12:00 - тренировка на озере;

12:00-13:00 - мини-пикник;

14:00-15:00 – заплыв на 1 км. Старт от церкви, финиш – центральный пляж;

16:00-18:00 – баня на территории гостиницы Сельдь Царский посол;

19:00 – официальная часть: награждение участников заплыва. Праздничный банкет в честь дня рождения Никиты Кислова

26 августа, воскресенье

11:00 – экскурсионная пробежка по ПереславлЮ-Залесскому (по желанию).

Каждый человек, участвующий в SwimDay, должен обязательно знать правила участия:

- Участник обязуется выполнять правила поведения на территории заповедника Плещеево Озеро;
- Участник обязуется выполнять правила SwimDay, а также указания тренеров;
- Во время тренировки и заплыва участнику запрещено заплывать за буи;
- Участник заполняет расписку об ответственности, на месте старта;
- Участник подтверждает, что находится в хорошем физическом состоянии и допущен к занятиям спортом, а также плаванию на открытой воде.

Для удобства общения и обмена информацией мы создали чат в WhatsApp – вступайте в него по ссылке: <https://chat.whatsapp.com/BuCtRJTI8Ot8JqTvTZEPT2>

Если остались какие-либо вопросы, Вы всегда можете задать их по номеру +7-906-031-07-00 с пометкой «Переславль».

Или написать мне в социальных сетях:

Вконтакте: www.vk.com/n_kislov

Фейсбук: www.facebook.com/kislovnikita/

Инстаграм: www.instagram.com/nkislov

С уважением, Никита Кислов и команда SwimRocket!