



*Мы – за здоровый образ жизни!  
Мы – за физкультуру и спорт!  
Мы – за всестороннее развитие! Мы – за гармонию!  
Мы – за динамику и рост, Мы - за новые достижения!  
Мы – за закаливание, как путь к здоровью!  
Мы – за активное долголетие!*

---

**ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ – ГЛАВНОЕ ДОСТОЯНИЕ РОССИИ.**



## **Положение Чемпионат СССР по зимнему плаванию 23.02.2019**

от клуба «МОРЖИ СТОЛИЦЫ» и клуба «Романтик»

в рамках движения «Чемпионат СССР» – Союза Смелых и Сильных Романтиков.

**Соревнования по зимнему плаванию** – это захватывающие дух заплывы в ледяной воде температурой от 0 до +4 градусов (в зависимости от температуры воздуха) - на скорость в вырубленном во льду реки бассейне длиной 25 метров на две плавательные дорожки. Зимнее плавание – вид спорта, в котором россияне непобедимы, зимнее плавание – гордость нашей страны! В настоящее время только республике Беларусь удалось добиться официального признания зимнего плавания на государственном уровне, и в Белоруссии возможно получить спортивную квалификацию по разрядам для пловцов в ледяной воде. Участница клуба «МОРЖИ СТОЛИЦЫ» Осман Делибаш получила первая в России белорусское звание «Мастер спорта в зимнем плавании». Совместными усилиями сделаем зимнее плавание – официально признанным видом спорта! Дадим жару на чемпионате СССР по зимнему плаванию 2019!

### **1. Организаторы соревнований:**

Клуб закаливания и зимнего плавания «МОРЖИ СТОЛИЦЫ» г. Москва <http://strogino.tk/> и Загородный Клуб «Романтик» <http://www.sssromantik.ru>.

### **Оргкомитет:**

- по вопросам участия в соревнованиях - Председатель клуба «МОРЖИ СТОЛИЦЫ» Серая Наталья Александровна. Тел +7 915 188 2108.

---

- по вопросам размещения в загородном клубе «Романтик» тел. +7 926 663 2583 (рисепшн отеля)

- по вопросам онлайн регистрации и оплаты стартовых взносов онлайн тел. +7 9266632583 Наталья, сотрудник загородного клуба «Романтик».

**2. Дата проведения чемпионата по зимнему плаванию:** 23 февраля 2019 г., в субботу в 10.00,

### **3. Место проведения соревнований:**

Соревнования проводятся на Истринском водохранилище на территории загородного клуба «Романтик» Московская область, Солнечногорский р-н, дер. Лопотово в рамках спортивного движения «Чемпионат СССР». (Союза Смелых и Сильных Романтиков)

### **4. Цели и задачи соревнований:**

- Популяризация закаливания;
- пропаганда здорового образа жизни;
- привлечение к зимним видам спорта людей всех возрастов;
- популяризация нового вида спорта – ЗИМНЕГО ПЛАВАНИЯ;
- объединение спортсменов и любителей в занятиях зимними видами спорта;
- выявление сильнейших спортсменов;
- укрепление дружественных связей между клубами закаливания и зимнего плавания любителями и спортсменами.

**5. Регистрация на Чемпионат по зимнему плаванию** производится через сайт загородного клуба «Романтик» (online регистрация) <http://www.sssromantik.ru/reg/> с

предварительной оплатой стартовых взносов. Размер стартового взноса участника чемпионата – **1000** рублей. При оплате в день старта сумма взноса увеличивается до **1200** рублей.

- 6. Дополнительное условие регистрации:** участники Чемпионат по зимнему плаванию 23.02.2019 г. получают возможность регистрации на криатлон 24.02.2019 - по льготной цене 500 р. по предварительной оплате (при оплате зарегистрированными участниками чемпионата – участия в криатлоне в день старта криатлона 24.02.2019 – 800 р) независимо от количества заявленных дистанций, Все участники получают горячее питание, (чай, сытную кашу) и баню без ограничения времени для согрева и банных процедур. Баня – роскошная, настоящая в сосновом бору, на берегу реки.

#### **7. Порядок подачи заявок.**

Заявки на участие и оплата стартовых взносов осуществляется через регистрацию на соревнования онлайн <http://www.sssromantik.ru/reg/> . по вопросам онлайн регистрации и оплаты стартовых взносов онлайн тел. +7 9266632583 Наталья, сотрудник загородного клуба «Романтик».

В целях экономии времени на формирование заплывов в зимнем плавании, заявки необходимо продублировать на эл. Адрес организаторов [beautylife@mail.ru](mailto:beautylife@mail.ru) Бланки заявок – в приложении.

---

#### **8. Экипировка.**

Плавательный этап необходимо пройти в плавательном костюме (купальник или плавки), резиновой шапочке и плавательных очках, Гидрокостюм и неопреновые шорты исключены.

Неопреновая шапочка разрешается

- 9. Победители и награждение.** Победители и призеры определяются по лучшему времени на дистанции. Награждение производится по 6 возрастным группам отдельно женщин, отдельно мужчин. Командный зачет: **большими кубками награждаются 3 лучшие команды** за максимальное количество медалей в команде. В зачет идут все медали, полученные в Чемпионате по зимнему плаванию, а также в скоростных эстафетах. При равном количестве медалей учитывается достоинство медалей.

#### **10. Дистанции:**

25 м баттерфляй
25 м вольный стиль
50 м вольный стиль
25 м брасс
50 м брасс
100 м вольный стиль
Марафон 400 м вольный стиль
Эстафета 4 по 25 м в.с.

- 11. Участники соревнований и условия допуска.** В борьбу за призы могут вступить любители зимнего плавания любого возраста со специальной подготовкой к экстремальному плаванию в ледяной воде. За детей несут ответственность родители. К участию в соревнованиях приглашаются индивидуальные спортсмены или члены клубов закалывания и зимнего плавания

ЛЮБОГО ВОЗРАСТА, имеющие опыт и плавательную подготовку в холодной и ледяной воде. Участники при себе должны иметь допуск врача к участию в соревнованиях. Для детей обязательна страховка родителей на проруби, допуск врача и расписка родителей об ответственности за здоровье ребенка во время соревнований. Спортсмены принимают на себя все риски, связанные с участием в соревнованиях, и заверяют ответственность за собственное здоровье во время соревнований личной подписью в заявке.

**12. Соревнования лично - командные.** Участник соревнований может стартовать во всех видах программы.

**13. возрастные группы:**

1 группа дети до 13 лет - плывут только 1 дистанцию – 25 м в.с.

2 группа 14-29 лет

3 группа 30-39 лет

4 группа 40-49 лет

5 группа 50 – 59 лет

6 группа 60 и старше

участника и подведения итогов - награждение.

**14. Программа соревнований:**

Регистрация 10-00 – 10.45.

11.30 арад участников

11.30 старт

После финиша последнего участника – подведение итогов и награждение

**15. Условия проживания** для участников соревнований 23.02.2019г (Чемпионат по зимнему плаванию) и 24.02.2019 (криатлон) в комфортабельных номерах отеля в загородном клубе «Романтик» (удобства в отеле все):

**Стоимость проживания при бронировании на 2 суток 2 человек в 2 местном номере** – 1500 р с 1 человека в сутки. Заезд – в пятницу с 19 часов, выезд в воскресенье в 16.00. В стоимость проживания входит завтрак, обед в субботу и завтрак, обед в воскресенье.

**Стоимость проживания при бронировании на 2 суток 1 человека в номере** – 2000 р с 1 человека в сутки. Заезд – в пятницу с 19 часов, выезд в воскресенье в 16.00. В стоимость проживания входит завтрак, обед в субботу и завтрак, обед в воскресенье.

**Стоимость проживания при бронировании на 1 сутки двухместного номера на 2 человек** – 4000 р , то есть по 2000 р. с человека. Заезд вечером накануне с 19 часов, выезд на след. День в 16.00. В стоимость проживания входит завтрак и обед.

**Стоимость проживания при бронировании на 1 сутки номера на 1 человека** – 3300 р. Заезд вечером накануне с 19 часов, выезд на след. День в 16.00. В стоимость проживания входит завтрак и обед.

**По вопросам размещения и бронирования номеров** в загородном клубе «Романтик» тел +7 926 663 2583 тел. +7(495)741-46-67 (доб. 555) <http://romantik-club.ru/otel-tihiy-omut-0>

Оргкомитет соревнований оставляет за собой право изменения регламента соревнований в зависимости от погодных и иных условий.

Судейская коллегия имеет право не допускать к соревнованиям неподготовленных участников.

---

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Оргкомитет по проведению соревнований

---

## СХЕМА ПРОЕЗДА

Загородный клуб РОМАНТИК находится в самом живописном месте Солнечногорского района, на высоком берегу Истринского водохранилища, в экологически чистом районе.

Пересеченная лесная местность, полноводная река, оснащенная спортивная база клуба – чем не условия для проведения Чемпионата? К тому же вполне романтическая инфраструктура «Романтика», оформленная в стиле индейских бунгало, располагает и к отдыху после соревнований и подразумевает все к нему прилегающее. По желанию можно забронировать номера в отеле «Тихий омут».

Подробнее на сайте [romantik-club.ru](http://romantik-club.ru) <http://romantik-club.ru/otel-tihiy-omut-0>

Как ехать в загородный клуб "Романтик":

Общественным транспортом: на электричке с Ленинградского вокзала до остановки Подсолнечная (Солнечногорский район), далее автобусом № 497 (ходит редко) до деревни ЛОПОТОВО, далее пешком порядка 2, 5 км до турбазы «Романтик».

На автомобиле: По Пятницкому шоссе. Выезд из Москвы через Митино по Пятницкому шоссе, проезжаете Юрлово, Брехово, Жилино, пересечение с Малым Московским кольцом, Марьино, Соколово. Перед **Полежайками** проезжаете по мосту, сразу после моста - **крутой** поворот налево. Прямо неск. км, до Лопотово, на Т-образной развилке снова налево, по асфальтовой дороге прямо, около леса она повернет направо. По ней все время прямо, через поселок. Далее смотрите на указатели, по правой стороне будет заезд в лес. Далее прямо до конца, на единственной развилке в лесу держитесь правее.





ПРИЛОЖЕНИЕ 1

**РАСПИСКА ОБ  
ОТВЕТСТВЕННОСТИ**



Я,

\_\_\_\_\_

паспорт

Настоящей РАСПИСКОЙ подтверждаю, что медицинских противопоказаний к плаванию в холодной воде не имею.

С правилами проведения соревнований ознакомлен (а), их понимаю и полностью признаю. Обязуюсь строго выполнять все требования Положения мероприятия, организатора и судейской коллегии, соблюдать все меры безопасности во время участия в соревнованиях. Подтверждаю, что осознаю возможные последствия, которые могут наступить для меня при нахождении в холодной воде (независимо от продолжительности выбранной дистанции).

Я, как Участник соревнований, подтверждаю, что в случае наступления любых неблагоприятных последствий вследствие нахождения в холодной воде, ЛИЧНО и в полном объеме НЕСУ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ за состояние своего здоровья и исключаю возможные претензии к любым третьим лицам (в том числе к Организатору соревнований).

Ф.И.О. ближайшего родственника  
и номер его телефона:

Ф.И.О. спортсмена: \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_ / дата

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

**Заявка** на эстафету 4 по 25 м вольный стиль

Клуб, название команды

Город

1	Ф.и.	возраст
2		
3		
4		





ПРИЛОЖЕНИЕ 3  
**ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ**  
**КРИАТЛОН** 24.02.2019



Имя, фамилия криатлета:

\_\_\_\_\_

Дата рождения	Возраст (лет)	Телефон	e-mail	Клуб, город	Если нужен прокат лыж и ботинок, указать размер



ПРИЛОЖЕНИЕ 4

**ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ**

в Чемпионате СССР (Союза Смелых и Сильных Романтиков) по зимнему плаванию 23.02.2019



Имя, фамилия пловца:

\_\_\_\_\_

**Заявка** на участие в «Чемпионате СССР по зимнему плаванию» 23.02.2019 г.,

Дата рождения	
Количество лет	
телефон	
емейл	
Клуб, город	
	Дистанции
25 м баттерфляй	
25 м вольный стиль	
50 м вольный стиль	
25 м брасс	
50 м брасс	
100 м брасс	
Марафон 400 м вольный стиль	
Эстафета 4 по 25 м в.с.	