

Дорогие друзья!

04 февраля 2017 г., в субботу, Клуб «МОРЖИ СТОЛИЦЫ» приглашает всех желающих на «КУБОК МОРЖЕЙ СТОЛИЦЫ 2017» - спортивный праздник с коллективной разминкой на снегу и скоростными заплывами (соревнованиями) в ледяной воде. Вы сможете приобщиться к закаливанию и зимнему плаванию на площадке для закаливания на пляже Лысой горы (улица Живописная 50, метро «Щукинская»).

Поддержку в проведении мероприятия оказывает российская **косметическая компания «РЕФАРМ»** www.repharm.ru и её **Генеральный Директор**. Компания предоставит свою продукцию для поощрения победителей соревнований.

Формат спортивного праздника «КУБОК МОРЖЕЙ СТОЛИЦЫ 2017» предполагает 2 части мероприятия: массово –оздоровительную часть с разминкой и пробежкой босиком по снегу, а также коллективным фото в купальных костюмах на проруби всех участников и спортивную часть в виде соревнований по плаванию в ледяной воде и скоростной эстафеты. Предложения на включение в первую часть спортивного праздника номеров художественной самодеятельности моржей ПРИВЕТСТВУЕТСЯ! Свои предложения просьба разместить в заявке.

Место проведения соревнований: г. Москва, река Москва пляж в районе Строгинского моста (улица Живописная 50). Соревнования проводятся в проруби длиной 30 м. без специально оборудованных бортиков. Лесенка для спуска в воду будет установлена. Предполагаем ширину проруби сделать на 2 дорожки для возможности старта двух участников одновременно.

Для детей предусмотрен вход в воду с песчаного берега и длина детской дистанции составляет 10 м (5 м туда и 5 м обратно), прямой участок проруби предназначен для скоростных заплывов взрослых. Его длина составляет 25 м.





*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.

«КУБОК МОРЖЕЙ СТОЛИЦЫ 2017» 04 февраля 2017 г. т.Москва

Проводятся в акватории Москва реки в Щукино (г.Москва) Клубом закаливания и зимнего плавания «МОРЖИ СТОЛИЦЫ».

Положение

- 1). 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.
- 2). Победители и призеры определяются по лучшему времени на дистанции в личном зачете.
- 3). Награждение производится по 4 возрастным группам.

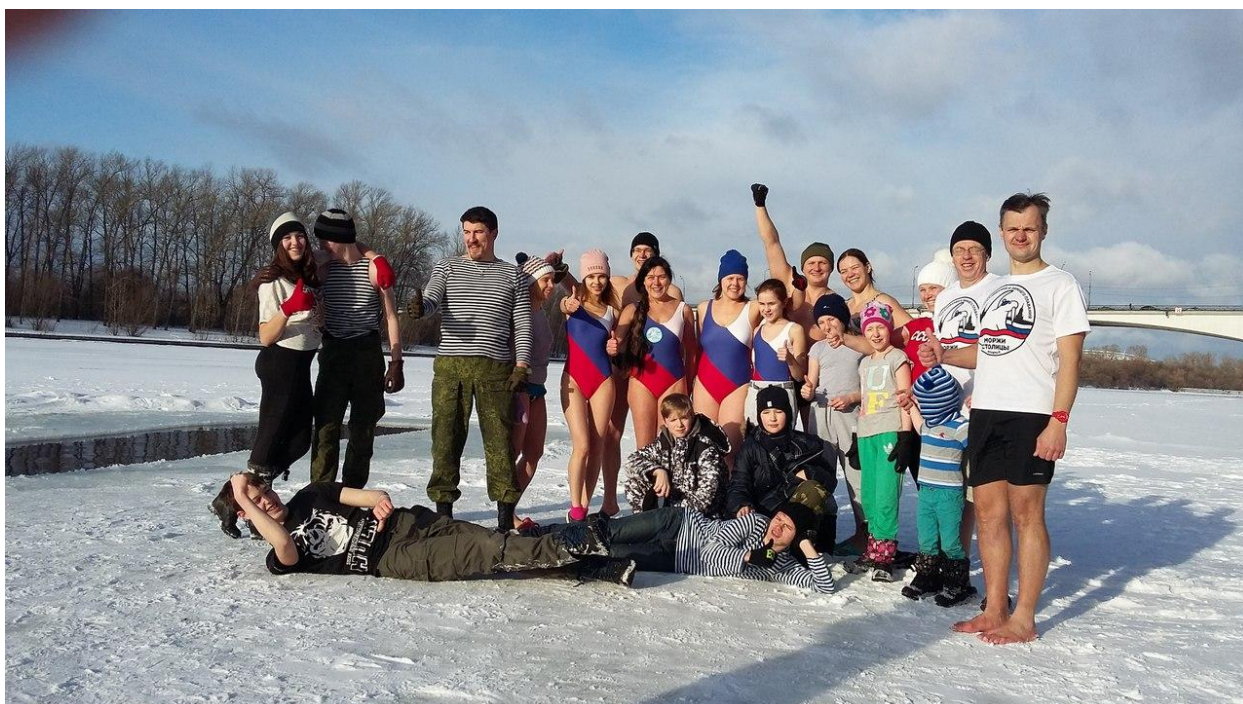
Скоростная эстафета будет проводиться при наличии заявок от команд. Состав команд смешанный (мужчины и женщины), возраст участников любой. Зачет – абсолютный. Штрафов за фальстарт не будет. Наша задача получить удовольствие от спортивной борьбы и доставить удовольствие болельщикам. А также, показать, что эстафета – самый зрелищный вид соревнований в дисциплине «зимнее плавание»

Соревнования проводятся по следующим возрастным группам:

1 группа до 18 лет	Виды соревнований:
2 группа 19-35 лет	Кроль 25 и 50 м, (м и ж)
3 группа 36-50 лет	брасс 25 и 50 м, (м и ж)
4 группа 51 и старше	баттерфляй 25 м (абсолютный зачет без учета групп) (м и ж)
	Эстафета 4 по 25 (зачет абсолютный)
	Свободные марафонские заплывы 100 м и более, ,(выдается сертификат)

1. Цели и задачи соревнований:

- Закаливание детей и взрослых;
- пропаганда здорового образа жизни;
- привлечение к зимнему плаванию людей всех возрастов;
- пропаганда и популяризация зимнего плавания как национального вида спорта;
- объединение спортсменов и любителей в зимнем плавании;
- выявление сильнейших спортсменов;
- популяризация водных видов спорта;
- укрепление дружественных связей между клубами закаливания и зимнего плавания Москвы и области.
- Повышение узнаваемости бренда «МОРЖИ СТОЛИЦЫ» и привлечение новичков.



2. Сроки и место проведения соревнований:

Соревнования проводятся 04 февраля 2017 в акватории Москва реки в Щукино г. Москва

Регистрация участников в 10.00. начало программы в 11.00.

3. Руководство подготовкой и проведением соревнований.

Подготовку к соревнованиям осуществляет Оргкомитет и Клуб закаливания и зимнего плавания «МОРЖИ СТОЛИЦЫ»

Непосредственное руководство по проведению соревнований возлагается на судейскую коллегию..

4. Участники соревнований и условия допуска.

К участию в соревнованиях приглашаются члены клубов закаливания 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.

5. Экипировка.

Гидрокостюм и неопреновые шорты исключены. Неопреновая шапочка разрешается.

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

7. Программа соревнований.

10.00 – 11.00 Регистрация участников и подготовка проруби:

11.00 - Открытие соревнований, парад

11.15 – ЗАКАЛИВАНИЕ ДЛЯ ВСЕХ, веселая РАЗМИНКА НА СНЕГУ, коллективное фото участников в купальных костюмах

11.30 – заплывы и окунание детей и новичков.

11.45 – веселые старты ЭСТАФЕТЫ.

12.00 - скоростные заплывы в проруби 25 м

12.30 - дружеские заплывы на произвольные дистанции.

13.00 - Награждение.

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

8. Безопасность на воде обеспечивается сотрудниками МЧС. Судейская коллегия имеет право не допускать к соревнованиям неподготовленных участников.

9. Определение победителей.

Победители определяются в каждой возрастной группе по лучшему результату, показанному на дистанции.

Результат определяется отдельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной группе на дистанциях кроль 25,50, брасс 25 и 50. Абсолютный зачет без учета возраста и пола – на дистанциях 25 м баттерфляй и эстафеты (в команде эстафеты должны быть участники обоих полов).

10. Награждение.

Победители и призёры награждаются грамотами и подарками от спонсора. Награждение производится, исходя из возможностей спонсора.

11. Финансирование.

Расходы, связанные с организацией и проведением соревнований несет Клуб «МОРЖИ СТОЛИЦЫ».

Стартовые взносы отсутствуют.

Бани нет. Помещение для переодевания в наличии. В помещении может находиться ограниченное количество людей. Просим принять во внимание объективные условия для занятий. Организаторы приложат все усилия, чтобы обеспечить максимальное удобство для участников. Ведутся переговоры об установке дополнительных палаток для переодевания.

12. Порядок подачи заявок.

Заявки на участие принимаются с момента получения приглашения на эл. Адрес **beautylife@mail.ru** по установленной форме.

Организатор соревнований: Председатель Клуба «МОРЖИ СТОЛИЦЫ»

Серая Наталья Александровна. Тел +7 915 188 2108

Спортсмены без заявок к участию в соревнованиях не допускаются.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Оргкомитет по проведению соревнований





ПРИЛОЖЕНИЕ

К ПОЛОЖЕНИЮ О ПРОВЕДЕНИИ 4.02.2017

Соревнований по экстремальному плаванию в холодной и ледяной воде «КУБОК МОРЖЕЙ СТОЛИЦЫ 2017»

ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ

Имя, фамилия пловца:

Дата рождения	Возраст (лет)	Телефон	e-mail	Клуб, город			На Свободный заплыв, марафон
							(наличие страхующего ассистента обязательно)
дистанции							

РАСПИСКА ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Я, участник КУБКА МОРЖЕЙ СТОЛИЦЫ

паспорт

Настоящей РАСПИСКОЙ подтверждаю, что с правилами проведения заплыва 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 заплыве. 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

Заявка на эстафету 4 по 25 м в стиль

Клуб
Город

1	Ф.и.	возраст
2		
3		
4		