

# **Положение о проведении**

## **Благотворительного заплыва «Плычу-Помогаю-2025»**

### **I. Общие положения**

Данное мероприятие является добровольным, популяризирует марафонское плавание в регионе. Участники мероприятия должны быть подготовлены физически, информационно, соблюдать требования настоящего положения.

### **II. Цели и задачи**

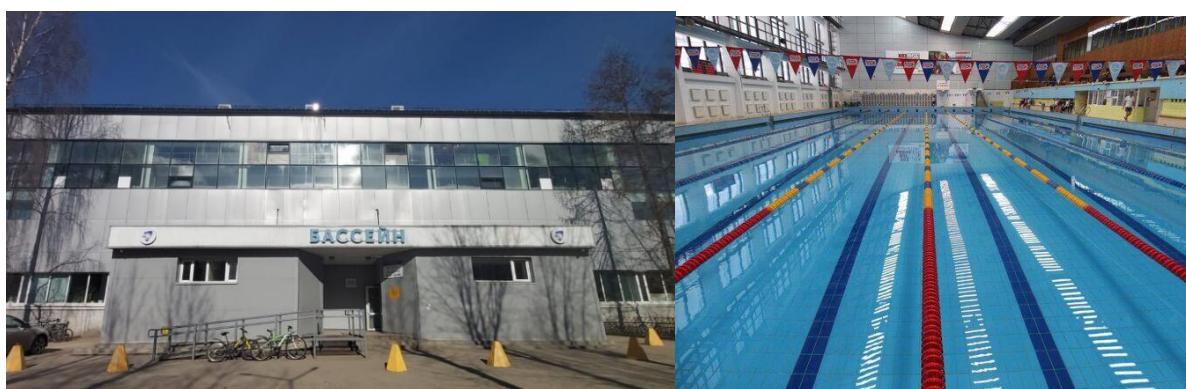
Основные цели: повышение выносливости среди участников заплыва.

Основные задачи: содействие развитию вида спорта плавание, а также развитие и популяризация плавания.

### **III. Условия проведения мероприятия и программа мероприятия**

Мероприятие проводится 01 мая 2025 года по адресу: г. Сыктывкар, ул. Первомайская, д. 74, МАУ ДО СШОР «Аквалидер».

Условия проведения: бассейн 50 метров, плавательная дорожка.



*Фото главного входа в бассейн (слева) и чаща самого бассейна (справа)*

\*Сбор участников, регистрация проходит на первом этаже здания плавательного бассейна МАУ ДО СШОР «Аквалидер». Брифинг (инструктаж) участников проходит в чаше бассейна.

**Соревнования проходят в следующих дисциплинах:**

**Заплыв 1 час одиночный и эстафетное участие**

Время	Программа мероприятия
09:00-09:30	сбор участников мероприятия, предстартовая регистрация (проверка необходимых документов)
09:30-10:00	брифинг (инструктаж), приготовление к старту (разминка),

	фотографирование участников заплыва
10:00	Общий старт всех участников заплывов
11:00	Финиш всех участников заплывов на 1 час одиночный
11:20	Финиш всех участников заплывов на заплыв 80 минут эстафета
11:20-12:00	Заминка участников, подсчёт результатов, награждение, общее фотографирование

№ дорожки	1	2	3	4	5	6	7	8
Дисциплина	1 час одиночный заплыв	1 час одиночный заплыв	80 минут эстафета					
Время заплыва	с 10:00 до 11:00	с 10:00 до 11:00	с 10:00 до 11:20					

*Предварительное распределение участников заплыва по дорожкам*

#### **IV. Организатор**

Организаторами мероприятия является общественная организация Клуб любителей спортивного плавания города Сыктывкара «Сапфир», МАУ ДО СШОР «Аквалидер».

Содействие в проведении мероприятия оказывает РСОО «Федерация триатлона Республики Коми» в лице команды судей и волонтёров.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию, утверждённую организаторами соревнований.

#### **V. Требования к участникам**

К участию допускаются все желающие старше 18 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятию плавание. Участники принимают на себя все риски, связанные с участием в мероприятии и заверяют ответственность за собственное здоровье личной подписью, а также проходят предстартовый инструктаж. Каждый участник должен иметь при себе следующие документы: 1) удостоверение личности; 2) допуск врача на указанную дистанцию, а именно медицинскую справку о допуске к соревнованиям, подписанная врачом по лечебной физкультуре или врачом по спортивной медицине и заверенная печатью медицинской организации,

имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, перечень работ и услуг, который включает лечебную физкультуру и спортивную медицину; 3) полис страхования от несчастных случаев, в том числе при участии в спортивных соревнованиях (по виду спорта «плавание»); 4) Расписка участника соревнований (составляется на месте, выдаётся волонтёром). **Несоответствие документов вышеуказанному перечню ведёт к автоматическому запрету участия в соревнованиях.**

Запрещается использование гидрокостюмов, неопреновых элементов одежды, а также других вспомогательных средств плавания. На плече должен быть нанесен номер участника (наносят волонтёры). Обязательно использование шапочки для плавания, купального костюма (плавки/купальник). Питание спортсмены обеспечивают самостоятельно. Участник мероприятия обязан плыть по своей стороне дорожки, не создавая препятствий движению другого пловца.

*\*Также, участники соревнований должны предоставить результаты и среднюю скорость прохождения часовой дистанции для корректного формирования стартового заплыва (указать об этом в комментариях при регистрации на orgeo.ru).*

### Характеристики дистанций:

Дистанция, вид участия	Требования к заплыву
Заплыв 1 час одиночный	Осуществляется одним пловцом на протяжении 1-го часа. Возможны остановки возле бортика в воде до 1 минут, более 1 минут необходимо покинуть ванну бассейна для избегания помехи другим пловцам. Все участники стартуют с воды. В случае нарушения участником данных требований, правил поведения в бассейне, участник наказывается штрафом в виде вычитания 100 м (за 1 штраф) от общей дистанции проплытия. Наличие 3 штрафов ведёт к дисквалификации.
Заплыв 80 минут эстафета	Осуществляется 2-7 пловцами. Участники меняют друг друга, заранее договорившийся об этом. Каждый участник плывёт любое количество дистанции от 100 м до 500 м за один подход. Замена происходит путём касания тела одного участника другого, либо касания бортика участником, завершающим дистанцию. Первый стартующий участник делает старт с воды, последующим участник разрешается осуществлять старт как с воды, так и с бортика (прыжок в воду), не создавая помех другим участникам соревнований. В случае нарушения участником данных требований, правил поведения в бассейне, участник наказывается штрафом в виде вычитания 100 м (за 1 штраф) от общей дистанции проплытия. Наличие 3 штрафов ведёт к дисквалификации.

## VI. Регистрация и стартовый взнос

Зарегистрированным считается участник, подавший заявку на [orgeo.ru](http://orgeo.ru) и оплативший стартовый взнос. На эстафетный заплыв 80 минут, заявки должны быть поданы от команды с указанием данных по каждому из участников команды.

К участию в заплывах допускается зарегистрированный участник (как одиночного заплыва, так и в составе команды эстафетного заплыва) при обязательном предъявлении оригиналов всех, указанных в разделе V настоящего Положения, документов: удостоверение личности, медицинская справка (допуск врача на указанную дистанцию), полис страхования от несчастных случаев, в том числе при участии в спортивных соревнованиях (по виду спорта «плавание»).

### Стартовый взнос участников мероприятия:

дистанция	Стартовый взнос <b>до 31.03.2025</b>	Стартовый взнос <b>до 29.04.2025</b>
1 час одиночный	1 000 рублей	1 500 рублей
1 час эстафета (на 1 человека)	1 000 рублей	1 500 рублей

Перевод денежных средств осуществляется на банковские реквизиты: номер счёта 4081 7810 3182 9000 0395, Банк получателя АО «Альфа-Банк», номер телефона: 89048608289, Михайлусов Алексей Андреевич.

Стартовый взнос каждого участника имеет фиксированную сумму согласно периода оплаты и будет использован на организационные цели мероприятия (судейство, стартовые пакеты и питание участников, питание волонтёров, обеспечение медицинской помощью, фотографирование, награждение памятными призами и другое). Само мероприятие не имеет коммерческой направленности. При оплате участником мероприятия и не явки на мероприятие, а также не уведомления организаторов мероприятия до 20.04.2025 о невозможности принять участие, либо отсутствия подачи онлайн заявки участника/команды на сайте [orgeo.ru](http://orgeo.ru) (после конца онлайн регистрации - 29.04.2025), и в случае явки на старт участника/команды без таковой регистрации, участник/команда не будут допущены на старт, стартовый взнос не возвращается, и пойдёт на благотворительные нужды - реабилитацию военнослужащих СВО (денежные средства поступят в Региональное Отделение Общероссийского Общественного Движения «Народный Фронт»).

**Заявку на участие в Мероприятии необходимо направить на сайте – <https://orgeo.ru/>. Регистрация открыта до 29.04.2025.**

Зарегистрированным участникам после 15.04.2025 организаторы не гарантируют памятных медалей заплыва (примечание: делаются под заказ, за полмесяца до мероприятия).

## **VII. Фотографирование и видеосъёмка**

На мероприятии будет организована официальная фото и видео съёмка с размещением материалов в открытых источниках и на интернет ресурсах организатора. Организаторы имеют право использовать сделанные ими во время мероприятия фотографии и видеоматериалы по своему усмотрению.

## **VIII. Награждение**

1. Награждение проводится согласно регламента. Все участники мероприятия награждаются памятной медалью, сертификатом участника. Победители и призёры (с 1 по 3 место) заплывов награждаются ценностями призами, отдельно мужчины (в индивидуальном зачёте), отдельно женщины (в индивидуальном зачёте), в эстафете (в абсолютном зачёте эстафетного плавания среди всех команд).

2. Критерии определения победителей и призёров:

- в дисциплине заплыва на 1 час индивидуально, а также на 80 минут эстафетного плавания победители и призёры определяются по наибольшему проплытию расстояния.

## **IX. Медицинская помощь**

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского спортивно-физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне («ГТО»)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

## **X. Контактная информация**

Представитель Клуба любителей спортивного плавания города Сыктывкара «Сапфир», представитель РСОО «Федерация триатлона Республики Коми» Михайлусов Алексей Андреевич (тел. 89048608289).

Мы приглашаем к участию всех желающих, лёгкой воды!