

Утверждаю:

Председатель Правления КРОО  
«Клуб закаливания и зимнего  
Плавания «Снегири»»

\_\_\_\_\_ Е.М.Пономарева

«10» ноября 2023 г.

## П о л о ж е н и е

О проведении 09-10 декабря 2023 года в г. Кемерово на Красном Озере суточного эстафетного марафонского заплыва в ледяной воде «Ледяной вызов»

Данное положение является вызовом.

### 1. Цели и задачи:

- Пропаганда здорового образа жизни и закаливания, как основы профилактики заболеваний и укрепления здоровья человека;
- Привлечение жителей Кемеровской области - Кузбасса к закаливанию и зимнему плаванию;
- Популяризация спортивного зимнего плавания, как наиболее доступной спортивной дисциплины для широких слоёв населения;
- Укрепление связей между общественными объединениями закаливания и зимнего плавания России.

### 2. Сроки и место проведения соревнований:

Суточный эстафетный марафонский заплыв проводится 09-10 декабря 2023 года, в г. Кемерово на Красном Озере по адресу г. Кемерово, пр. Ленинградский, д.1 к3.

#### **09 декабря (суббота)**

11.00 ч. Регистрация участников

11.45 ч. – торжественное открытие суточного эстафетного заплыва

12.00 ч. – **старт** суточного эстафетного марафонского заплыва

#### **10 декабря (воскресенье)**

12.00 ч. – **финиш** суточного эстафетного марафонского заплыва

13.00 ч. – торжественное награждение участников суточного заплыва

### 3.Руководство и организация соревнований:

Общее руководство проведением суточного заплыва осуществляет КРОО «Клуб закаливания и зимнего плавания «Снегири»».

К суточному заплыву допускаются члены Федераций и клубов зимнего плавания из Кемеровской области - Кузбасса, других регионов Российской

Федерации и Ближнего Зарубежья, получившие приглашения и имеющие заявку, заверенную врачом по месту жительства.

#### 4. Программа и условия проведения:

Участники плывут вольным стилем, по очередности в строгом соответствии с регистрационным протоколом. В соответствии с результатами, полученными во время эстафетного заплыва, определяются сильнейшие участники среди мужчин и женщин на одном из этапов и по сумме этапов, по наибольшей дистанции, преодоленной в ледяной воде.

Количество этапов ограничено очередностью.

Возраст участников не ограничен, с учетом допуска врача.

При регистрации участники оформляют расписку о несении личной ответственности за свою жизнь и здоровье в период проведения физкультурного мероприятия.

При регистрации на суточную эстафету отправлять командные заявки, заверенные капитаном команды.

Внутри команды очередность выступления участники устанавливают сами. Малочисленные команды могут быть объединены.

#### Питание:

На протяжении всего мероприятия для участников будет подготовлено трехразовое питание в режиме : Обед - ужин - завтрак, а также чай и кондитерские изделия

#### Отогрев:

На время проведения мероприятия баня будет работать только для участников суточного заплыва, для обеспечения комфортного размещения, также будет организован чан с теплой водой для отогрева участников после марафонских дистанций. За реабилитацию участников заплыва своих команд отвечают капитаны.

Ожидаемая температура: воды 0°C, воздуха от -10 °C до - 20 °C

#### 5. Награждение:

Все участники суточного эстафетного марафонского заплыва награждаются дипломом и памятной медалью.

Учреждены призы:

- участникам в мужской и женской номинации за самую длинную дистанцию, преодоленную в ледяной воде,
- команде, которая наберет наибольший суммарный результат по длине дистанции, преодоленной в ледяной воде.

#### 6. Финансирование:

Расходы, связанные с проведением суточного эстафетного заплыва несут:

Клуб закаливания и зимнего плавания «Снегири»

- Наградной фонд (дипломы, памятные медали)

- реабилитационный чан

- полевая кухня.

- восстановительный центр (баня)

- дополнительное освещение в вечернее и ночное время

- подготовка места проведения суточного эстафетного заплыва (прорубь)

Участники:

- самостоятельно несут все расходы, связанные с участием в соревнованиях (проезд к месту проведения соревнований и обратно, страхование, проживание).
- Стоимость участия: дети до 18 лет - 600 рублей, Взрослые - 1200 рублей.

Предварительные заявки на участие подаются до 30.11.2023 г.

Елизавета Пономарева +7 9043782913 [snegirikemerovo@mail.ru](mailto:snegirikemerovo@mail.ru)