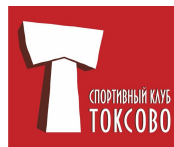




ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении соревнований
по плаванию на открытой воде,
«Хепо-SWIM»
19 июля 2026 года

п. Токсово
Ленинградская область



1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение регулирует вопросы, связанные с организацией и проведением открытых соревнований «Хепо-SWIM» (далее— Соревнование).

1.2. Соревнование является спортивно-массовым мероприятием и преследует следующие цели:

- выполнение Распоряжения Правительства РФ от 24 ноября 2020 года N 3081-р [Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года] о том, что спортом должно заниматься 70% населения;
- пропаганда физической культуры и спорта, вовлечение всех групп населения в систематические занятия спортом;
- определение сильнейших участников в различных возрастных группах;
- популяризация соревнований по плаванию на открытой воде;
- повышение спортивного мастерства участников;
- воспитание культуры активного времяпровождения на открытом воздухе у любителей и начинающих спортсменов;
- активизация борьбы с угрожающими здоровью населения привычками – курением, употреблением алкоголя, наркотиков;
- повышение качества и доступности услуг в сфере спорта для внутреннего и международного туризма в регионе.

1.3. Основные задачи:

- популяризация зоны отдыха на территории МО Токсово, Всеволожского р-на Ленинградской области;
- пропаганда физической культуры, спорта и здорового образа жизни в регионе;
- совершенствование мастерства и выявление сильнейших спортсменов России, Санкт-Петербурга и Ленинградской области;
- создание имиджа МО Токсово ориентированного на активное развитие массового спорта, соответствующего международным стандартам.

1.4. Регистрируясь на соревнования и оплачивая стартовый сбор участник гарантирует, что он/она ознакомлен с регламентом соревнований и правилами посещения объекта, на котором проходят соревнования.

Регистрируясь на соревнования и оплачивая стартовый сбор участник дает разрешение на размещение своей Фамилии Имени Отчества, года рождения и результата на сайте хронометража соревнований и официальном сайте соревнований.

Регистрируясь на соревнования, оплачивая стартовый взнос и заполняя расписку об отказе от претензий перед стартом, участник дает согласие на использование персональных данных исключительно в целях формирования стартового и финишного протокола, рассылки информации о стартах и мероприятиях «Спортклуба Токсово», а также на хранение всех вышеуказанных данных на электронных носителях. Также данным согласием я разрешаю сбор моих персональных данных, их хранение, систематизацию, обновление, а также



осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законом Российской Федерации.

2. Организаторы соревнований

2.1. Общее руководство подготовкой и проведением Соревнований осуществляет МОО «Спортклуб Токсово».

2.2. Соревнования проводятся при содействии администрации МО Токсово Всеволожского р-на Ленинградской области в лице Культурно-досугового центра Токсово.

2.3. Подготовкой и проведением соревнований занимается проводящая организация - "Спортивный клуб Токсово" (далее - Организатор).

Организатор отвечает за:

- подготовку документов и материалов;
- постановку трассы соревнований;
- информационное обеспечение участников;
- обеспечение судейства;
- предоставление призов для вручения победителям и призерам;
- организацию мер безопасности и медицинского обеспечения соревнований.

3. Обеспечение безопасности участников и зрителей

3.1. В стартовом городке соревнований имеется медицинский персонал. Заметив на трассе человека, попавшего в беду, непременно сообщите об этом медицинскому персоналу или организаторам.

3.2. Все участники обязаны плыть с персональным бумом безопасности, выданным организаторами. Можно использовать свой буй. Участники могут использовать свою шапочку.

3.3. Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии: 1) договора (оригинал) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, 2) медицинской справки (оригинал) которые представляется в мандатную комиссию на каждого участника соревнований и остаются в архиве Организатора, 3) расписки участника о собственной ответственности. Если участнику нужны оригиналы договора и справки, они вместе с ним предоставляют копию.

3.4. Организаторы обеспечивают:

- каждого участника индивидуальным бумом безопасности;
- хронометраж результатов участников;
- сопровождением участников заплывов на лодках, байдарках, каяках, SAP и моторных лодках;
- медицинской помощью участников.

4. Требования к участникам и условия допуска

4.1. К участию в соревновании на дистанции Swim 3000 допускаются спортсмены и любители, которым исполнилось 18 лет на день соревнования. На дистанцию Swim 1000 допускаются спортсмены с 16 лет и с письменного разрешения родителей и в их присутствии на месте мероприятия.

На дистанцию Swim 300 и эстафету допускаются спортсмены с 16 лет и с письменного разрешения родителей и в их присутствии на месте мероприятия (на 31 декабря текущего года) при соблюдении следующих условий:



4.1.1. Необходимо пройти медицинский осмотр в любом медицинском учреждении уполномоченном проводить такие осмотры — подтверждением является наличие справки-допуска к участию в соревнованиях по плаванию. В справке должно быть указано: **ДОПУЩЕН К СОРЕВНОВАНИЯМ ПО ПЛАВАНИЮ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ НА ДИСТАНЦИЮ....** (должна быть указана ваша или большая дистанция). Срок выдачи справки не менее 6 месяцев до даты проведения соревнований. Справку необходимо сдать организаторам во время получения стартового пакета. Если вам нужна эта справка, вы можете сделать её копию, которая остается у организаторов. Копия справки, без оригинала, не принимается!

4.1.2. Подать заявку на участие в Соревнованиях на сайте www.reg.o-time.ru и оплатить сбор за участие — подтверждение об оплате поступает на электронную почту, указанную при регистрации. Только оплаченный сбор является гарантией участия в соревнованиях.

4.1.3. Перед стартом необходимо подписать Расписку об отказе от претензий при участии в соревнованиях.

4.1.4. Предъявить (в бумажном или электронном виде) страховой полис от несчастных случаев с покрытием участия в соревнованиях по плаванию, действующего на день старта.

4.2. К участию в соревнованиях не допускаются:

4.2.1. Опоздавшие на старт Соревнований;

4.2.2. Не оплатившие стартовый взнос;

4.2.3. Не сдавшие медицинскую справку/допуск при получении стартового пакета;

4.2.4. Не подписавшие Расписку об отказе от претензий при участии в соревнованиях

4.2.5. Не предъявившие полис страхования.

4.3. К участию на льготной основе (далее скидка) допускаются спортивные, фитнес клубы и общественные объединения, имеющие договор с СК Токсово. Для заключения договора необходимо связаться с Председателем оргкомитета (контакт внизу Положения) .

4.4. Все участники несут персональную ответственность за соблюдение правил поведения в месте проведения очередного этапа, спортивную и общественную дисциплину во время проведения мероприятия, свое здоровье.

4.5. Участники должны корректно прикрепить электронный чип на ногу и носить его в течение всей гонки. При утере электронного чипа компенсировать его стоимость (5000 рублей).

4.6. Официальные представители команд несут персональную ответственность за соблюдение правил поведения, спортивную и общественную дисциплину участниками команды в период проведения Соревнований.

5. Место, сроки проведения.

5.1. **Место проведения:** Ленинградская область, Всеволожский район, МО «Токсовское городское поселение», ул. Офицерская д.27 «Биатлонное стрельбище ЦСКА».

5.2. **Дата:** 19 июля 2026 года.

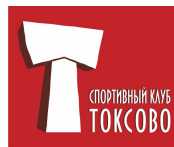
6. Дистанции

Плавание: озеро Хепоярви, залив Аунеланлахти.

На дистанциях 3000 и 1000 метров движение осуществляется против часовой стрелки. При плавании буи остаются по левую руку.

6.1. **Swim3000** (3000 метров) — 1 круг. Старт и финиш — пляж «Биатлонного стрельбища ЦСКА». Контрольное время — 2 ч 15 мин.

6.2. **Swim1000** (1000 метров) — 1 круг. Старт и финиш — пляж «Биатлонного стрельбища ЦСКА». С выбеганием на берег — пляж «Северный берег» (австралийская система). Контрольное время — 45 мин.



6.3. **Swim300** (300 метров) — из точки в точку (point-to-point). Старт — пляж «Северный берег» пляж биатлонного стрельбища ЦСКА. Финиш — пляж биатлонного стрельбища ЦСКА. Контрольное время - 30мин.

6.5. Эстафета 4х300 метров. Старт 1 и 3 этапа — пляж биатлонного стрельбища ЦСКА, финиш — пляж «Северный берег». Старт 2 и 4 этапа — пляж «Северный берег», финиш — пляж биатлонного стрельбища ЦСКА.

6.6. На каждой (за исключением эстафеты) дистанции осуществляется индивидуальный зачет, с учётом возрастных групп.

6.7. На дистанции 300 метров результаты подводятся только в абсолюте среди мужчин и женщин, вне зависимости от возраста.

6.8. Эстафета. Команда 4 человека, в команде должна быть минимум одна девушка, каждый член команды преодолевает только 1 этап. Передача эстафеты происходит путем передачи чипа в специально отведенном секторе - «Зона передачи эстафеты». Победителям считается команда, чей участник пересек линию финиша последнего этапа первым. Результаты подводятся только в абсолютном зачете, вне зависимости от гендерного состава и возраста.

Старт каждого зачета общий.

6.9. *При неблагоприятных погодных условиях дистанция плавания может быть сокращена.*

Схема дистанций: в приложении

7. Программа соревнований

Воскресенье 19 июля

8.00 -12.00	Выдача стартовых пакетов
9.30	Старт дистанции 3000 метров
11.00	Старт дистанции 1000 метров
12.00	Старт дистанции 300 метров
12.30	Старт эстафеты 4х300 метров
14.00	Награждение

8. Правила проведения соревнований

8.1. Лимиты времени для преодоления дистанций (базовые, могут меняться от этапа к этапу, в зависимости от длины дистанции):

Swim3000 — из расчета 45 мин / 1 км

Swim1000— из расчета 45 мин / 1 км

Swim300 — из расчета 30 мин/ 1км

«Эстафета» — 1 час

8.2. Дисквалификация:

Участники Соревнований, кто не уложился в указанный лимит, будут остановлены и дисквалифицированы;

8.3. Правила прохождения дистанции будут объявлены на брифинге перед каждым заплывом.

8.4. Питание на дистанции участник организует самостоятельно.

8.5. За выкидывание оберток, стаканов и другого мусора в воду по дистанции, участники Соревнований подлежат дисквалификации.



8.6. Оргкомитет имеет право внести изменения в формат проведения Соревнований за 2 (двое) суток до начала каждого этапа.

8.7. Старт участников Соревнований может даваться волнами. О количестве волн и времени их старта, Организатор объявляет на брифинге перед стартом каждой дистанции.

8.8. Если участник решил прервать соревнование, он должен проинформировать об этом судей на финише и сдать персональный чип. По требованию судей участник обязан прекратить участие в соревнованиях.

8.9. Получение стартового пакета участника. Одному участнику выдается один стартовый пакет и не зависит от количества дистанций, на которое участник зарегистрирован.

8.10. Температура воды и правила применения гидрокостюмов на всех дистанциях:

- При температуре воды 12.9 градусов Цельсия и ниже, соревнования не проводятся. Все регистрации переносятся на следующий год.
- При температуре воды 13-15.9 градусов Цельсия дистанции сокращаются, все участники обязаны плыть в неопреновых гидрокостюмах.
- При температуре 16.0 — 17.9 градусов Цельсия все участники обязаны плыть в неопреновых гидрокостюмах.
- При температуре 18.0 — 23.9 градусов Цельсия все участники могут плыть как неопреновых гидрокостюмах так и в обычных плавках или спидсьютах/трисьютах.
- При температуре 24.0 градуса и выше, неопреновые костюмы запрещены.

Измерение температуры воды проводится судьями, в день старта, в трёх местах дистанции, на глубине 60 см.

Оргкомитет имеет право внести изменения в формат проведения Соревнований за 2 часа до старта каждой дистанции.

9. Стартовые взносы и регистрация

9.1. Шаг 1. Заполнить форму на www.o-time.ru

9.2. Шаг 2. Он-лайн оплата банковской картой или Яндекс-Деньги.

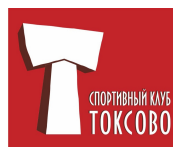
9.3. Чипы и номера все участники получают на старте в отведённое на регистрацию время (см. порядок проведения). Прием заявок завершается за 48 часов до старта, **17 и 18 июля заявка и оплата не принимаются! Предварительная заявка без оплаты не считается принятой! В день старта принятые и не оплаченные заявки аннулируются и требуют вторичного оформления! Стартовый взнос не возвращается.**

9.4. Передача заявки/слота другому лицу

Передача возможна в сроки не позднее окончания регистрации (т.е. все передачи возможны не менее чем за 48 часов до старта).

9.5. Изменение состава участников эстафетной команды

Изменить состав команды можно за 7 суток и больше до старта за 1000 рублей. Менее чем за 7 суток, но не позднее 48 часов до старта за 2000 рублей. Все изменения за менее чем 48 часов до старта — невозможны. Для изменения состава команды вам нужно:



Оплатить изменение <https://reg.o-time.ru/contact>

Написать заявление в свободной форме на mail@o-time.ru и указать номер заявки оплаты изменения.

После этого мы изменим вашу заявку.

9.6. Перерегистрация на месте соревнований – 2000р.

Стартовые взносы:

дифференцированы по количеству заявившихся суммарно на все дистанции

	с 1 по 20	с 21 по 50	с 51 по 100	При оплате в день старта
Swim3000	4500	5000	6000	7000
Swim1000	3000	4000	5000	6000
Swim300	2000	3000	4000	5000
Дистанция «Эстафета» 4 x300 метров	5000	6000	7000	9000

10. Награждение

10.1. В абсолютном зачете дистанций Swim3000, Swim1000, Swim300 участники награждаются медалями или аналогом. При этом в возрастных категориях эти участники не награждаются.

10.2. В эстафетных заплывах команды, занявшие 1, 2, 3 места награждаются медалями или аналогом.

10.3. В возрастных категориях дистанций Swim3000, Swim1000, Swim300 участники, занявшие 1, 2, 3 места награждаются медалями или аналогом.

10.4. Всем участникам, финишировавшим в отведенное время, выдаются медали финишера или аналог.

10.5. В заплывах с количеством участников менее 30 человек награждение проходит только в абсолютном зачете.

10.6. Осуществляя принцип спортивности и состязательности, если в возрастной группе менее 4 участников, она объединяется с соседней группой, с наименьшим количеством участников.

11. Категории участников

11.1. Личное первенство в абсолютном зачете Swim3000, Swim1000, Swim300 определяется среди мужчин и женщин по лучшему результату.

11.2. Личное первенство Swim3000, Swim1000, Swim300 определяется в следующих категориях (учитывается возраст участника Соревнований на 31 декабря текущего года):



Абсолютный зачет;

Участники в возрасте 18-29 лет;

Участники в возрасте 30-39 лет;

Участники в возрасте 40-49 лет;

Участники в возрасте 50-59 лет;

Участники в возрасте 60 и старше

Участник, занявший призовое место в личном Абсолютном зачете, повторно в своей возрастной категории не награждается.

11.4. Командное первенство в категории «Эстафета», определяется только в абсолютном зачете, вне зависимости от гендерного состава и возраста.

12. Организационный комитет

Председатель оргкомитета - Петров О.Л.
Электронный хронометраж О-Тайм

+79219405400
+78129707993

olpetrov@mail.ru
mail@o-time.ru