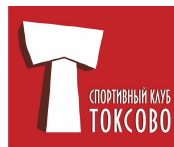




**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении соревнований**  
**по плаванию на открытой воде,**  
**«Хепо-SWIM»**  
**6 июля 2025 года**

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](http://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:** 6 июля 2025 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 6 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](http://www.o-time.ru)

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

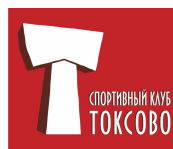
9.3. Чипы и номера все участники получают на старте в отведённое на регистрацию время (см. порядок проведения). Прием заявок завершается за 48 часов до старта, **4 и 5 июля заявка и оплата не принимаются! Предварительная заявка без оплаты не считается принятой! В день старта принятые и не оплаченные 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](mailto: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:

|                                       | При оплате до 01.05.25 | При оплате до 03.07.25 | При оплате в день старта |
|---------------------------------------|------------------------|------------------------|--------------------------|
| Swim3000                              | 4500                   | 5000                   | 7000                     |
| Swim1000                              | 3000                   | 4000                   | 5000                     |
| Swim300                               | 2000                   | 3000                   | 4000                     |
| Дистанция «Эстафета»<br>4 x300 метров | 5000                   | 6000                   | 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 5 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](mailto:olpetrov@mail.ru)

[mail@o-time.ru](mailto:mail@o-time.ru)