

### **Информационное письмо.**

3.11.2018 г. – в спорткомплексе «Арена Истра» состоятся открытые соревнования по плаванию.

В соревнованиях примут участие 185 пловцов из 9 городов Московской области.

Программа соревнований:

1.100 м к/пл: девочки, мальчики 2009 – 2011 г.р.

2. Награждение 2009 – 2011 г.р.

Спортсмены, принимающие участие в эстафетном плавании остаются до конца соревнований.

2. 200 м к/пл: девочки, мальчики 2003 – 2008 г.р. .

Эстафеты: 2007 – 2010; 2003 – 2006 г.р.

Награждение 2003 – 2006 г.р. и эстафетного плавания.

#### **Разминка:**

9.00 - 9.15 - разминка для мальчиков и девочек 2009 - 2011 г. р. (проход в бассейн в 8.45);

9.15 - 9.35 - разминка для девочек 2003 - 2008 г.р. и **мальчиков 2008 г.р.!!!** (проход в бассейн в 9.00);

9.35 – 9.55 - разминка для мальчиков 2003 - 2007 г.р. (проход в бассейн в 9.20)

Комплектование заплывов будет проходить на бортике бассейне, со стороны раздевалок, под балконом. Около раздевалок, будут вывешены предварительные протоколы для детей.

Во время соревнований дети находятся на бортике, на лавочках в **спортивных костюмах**. Спортсмены старшего возраста, во время 100 м к/пл могут находиться в холле бассейна на 1 этаже.

Родители на балконе в сменной обуви, **бахиллы запрещены**.