



Спортивные выезды по плаванию в Сочи

Для детей разного уровня подготовки от 7 до 17 лет
с профессиональным тренером и программой активностей



Спортивно-гостиничный
комплекс «Лео-Арена»





Нам доверяют самое дорогое

10

лет проводим
детские выезды

4 129

ребят посетило
нас за 2024 год

70%

детей возвращаются
к нам снова

>15 000

детей посетили наши
программы за всё время



Что такое выезды по плаванию в Сочи?

4 часа спортивных занятий в день

Мы предлагаем разнообразные тренировки, которые помогут детям улучшить свои навыки, развить координацию, силу и выносливость.

В бассейне — на технику, скорость и выносливость, в зале — на ловкость и сплочение команды.

Ребёнка ждут веселые эстафеты и ОФП, а в финале — отчётные заплывы и вручение сертификатов участникам.





**НЕ ТОЛЬКО
ТРЕНИРОВКИ**

Чем наши спортивные выезды отличаются от обычных

Наша программа включает не только тренировки, но и мероприятия, которые сделают отдых детей насыщенным и интересным.

Мы организуем спортивные активности, игры и конкурсы, чтобы дети могли отдохнуть и ярко провести время.

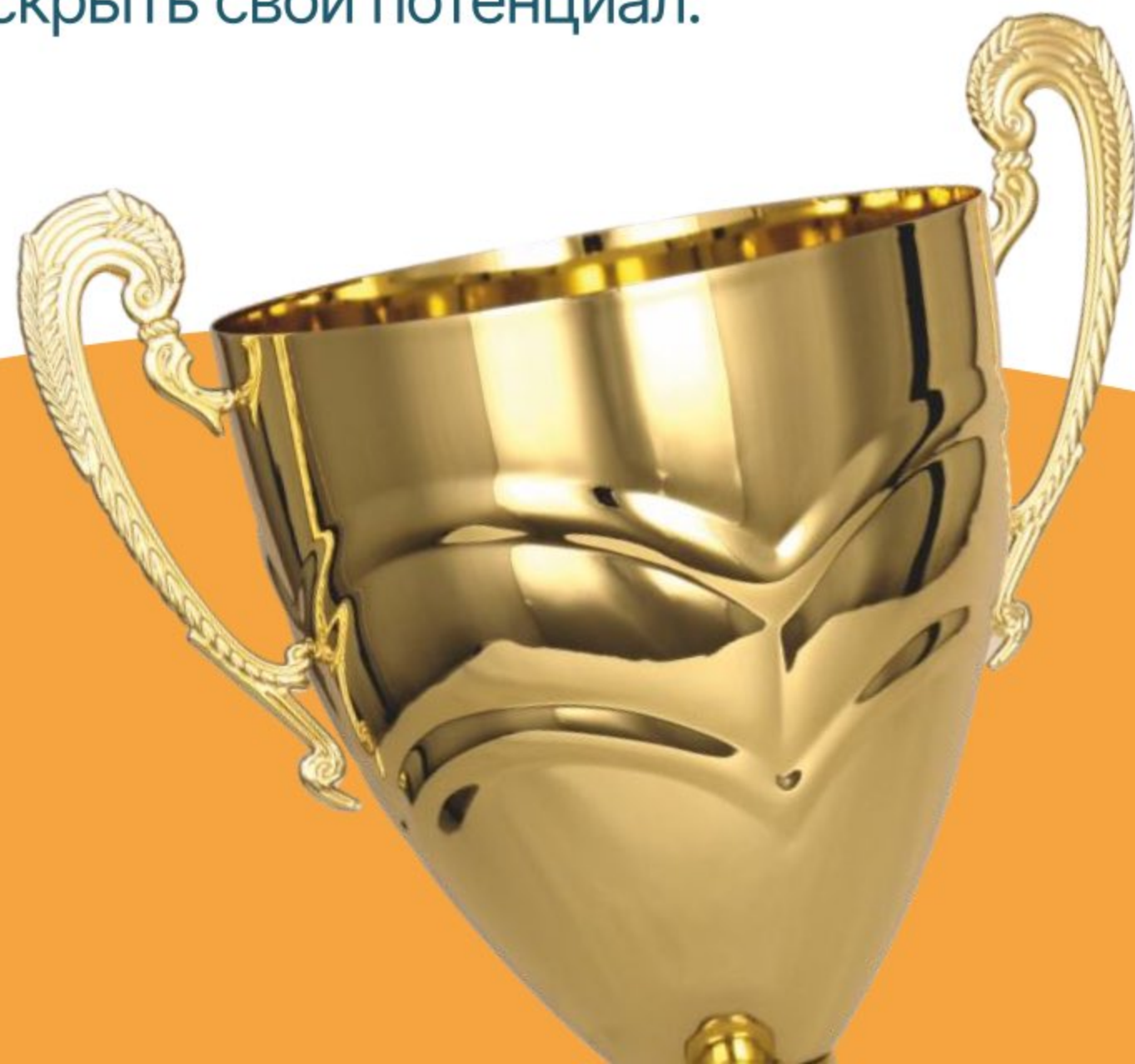
Профессиональный тренерский состав

Наши тренеры — настоящие профессионалы. Они постоянно совершенствуют свои навыки и знания и умеют найти подход к каждому ребёнку.

Мы учитываем возраст, уровень подготовки и цели юного пловца. Занятия в мини-группах позволяют тренеру уделить внимание каждому.

Наши наставники помогают детям не только освоить технику плавания, но и стать увереннее в себе.

Они создают комфортную атмосферу, в которой ребёнок может раскрыть свой потенциал.





Внимательный куратор у каждой группы

За каждой группой закреплён опытный куратор, который обеспечивает заботу о ребёнке вне тренировочного процесса, помогает детям в адаптации, следит за микроклиматом внутри коллектива и создаёт качественный досуг.

Руководитель выезда находится на связи с родителями, а куратор публикует видео с заезда в течение дня в ТГ-каналы каждой группы.



Программа подходит для ребят с любым уровнем подготовки

Занятия для групп с разным уровнем подготовки. Тренеры учитывают исходные спортивные навыки детей и отслеживают их прогресс в течение сборов.



Новички освоят новые стили плавания и значительно улучшат технику



Опытные ребята прокачают и усовершенствуют уже имеющиеся навыки



Проживание в спортивно-гостиничном комплексе «Лео-Арена»

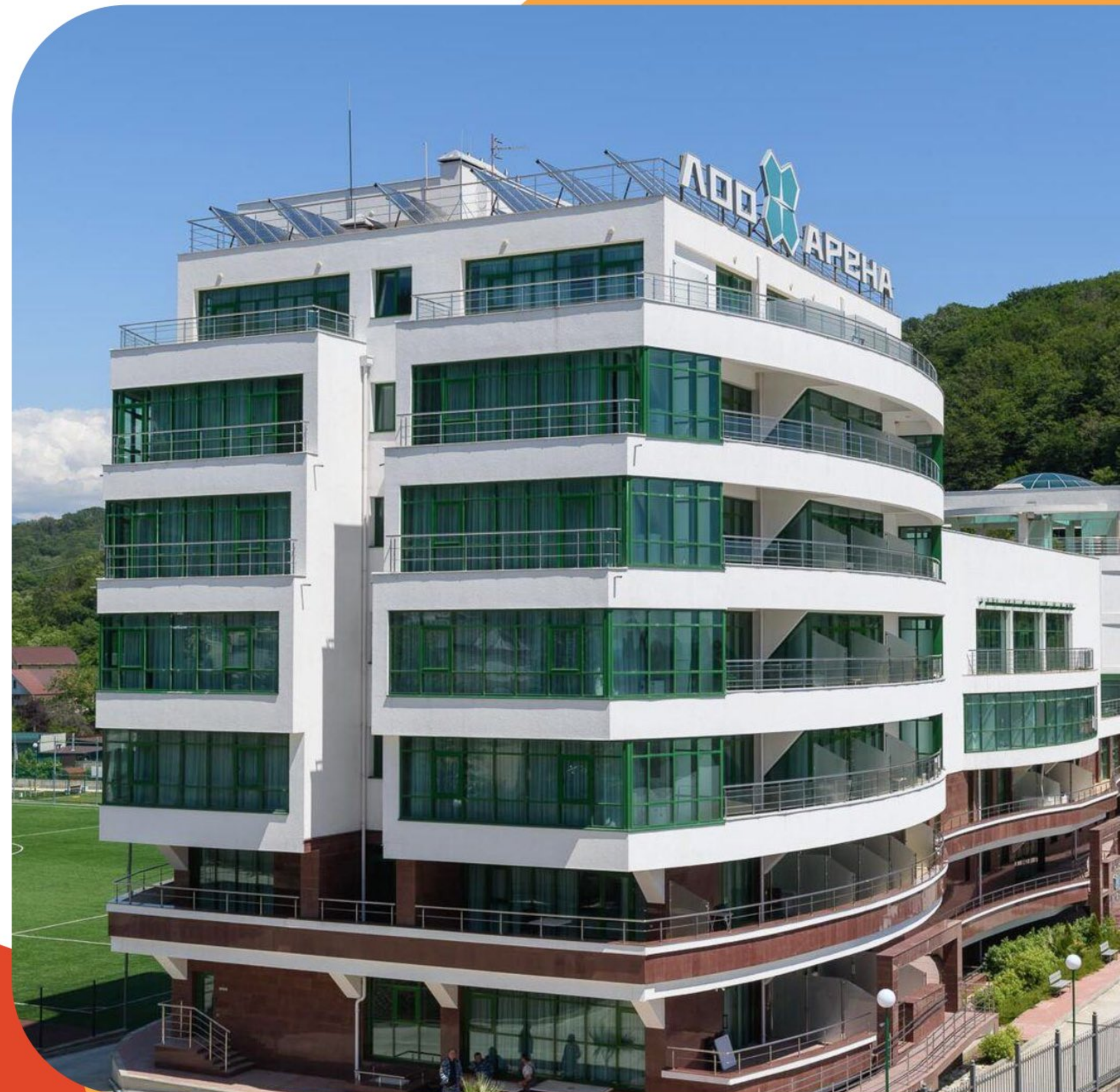
Территория комфорта

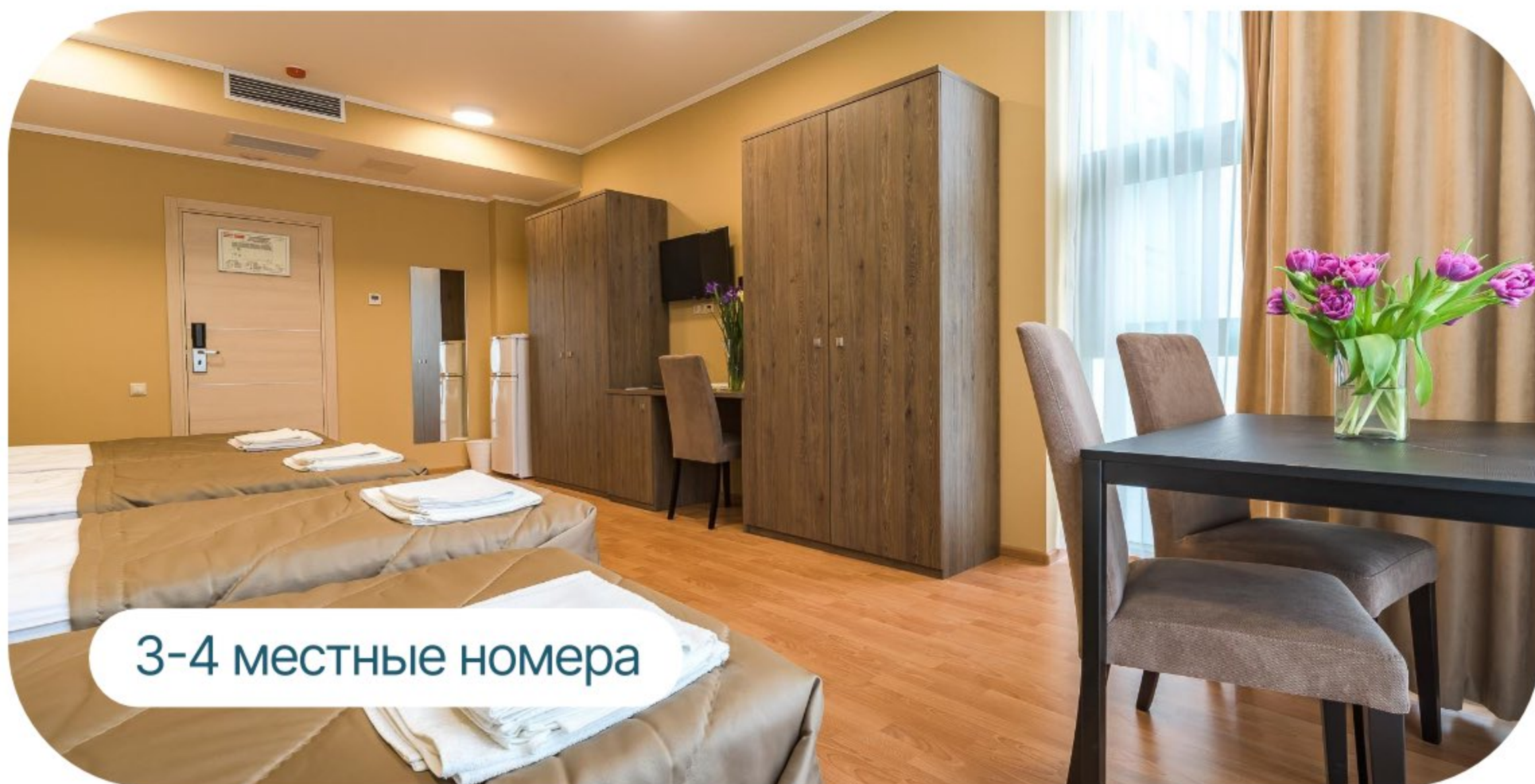
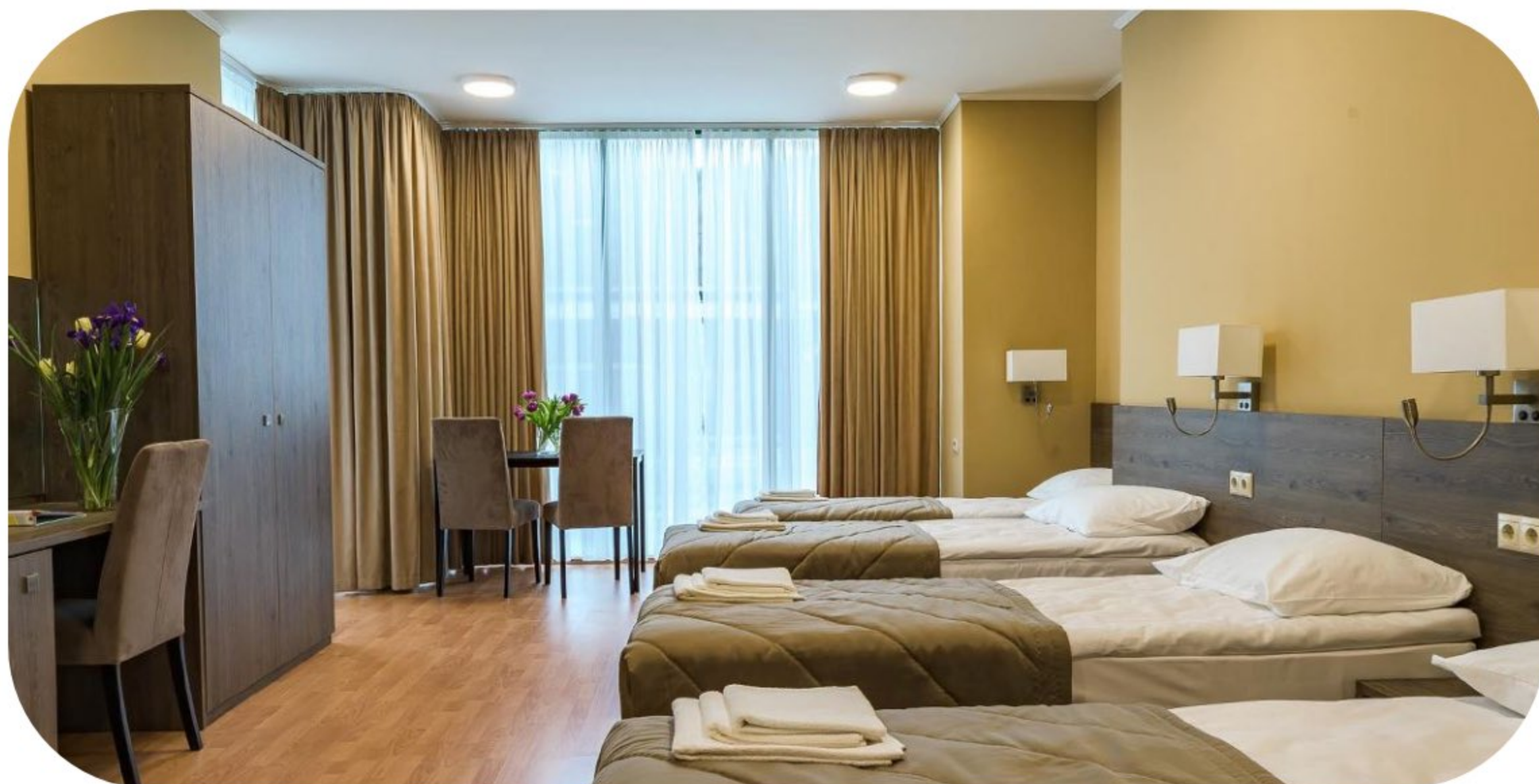
Комплекс расположен на территории Кавказского биосферного заповедника на берегу горной реки Лео в 17 км от Сочи.

3-4 местные номера с удобствами и 5-разовое питание по системе «шведский стол».

Всё для спорта и активного отдыха

Тренажёрный, спортивный и танцевальный зал, 100-метровое футбольное поле, бассейн, зал для выступлений.





3-4 местные номера

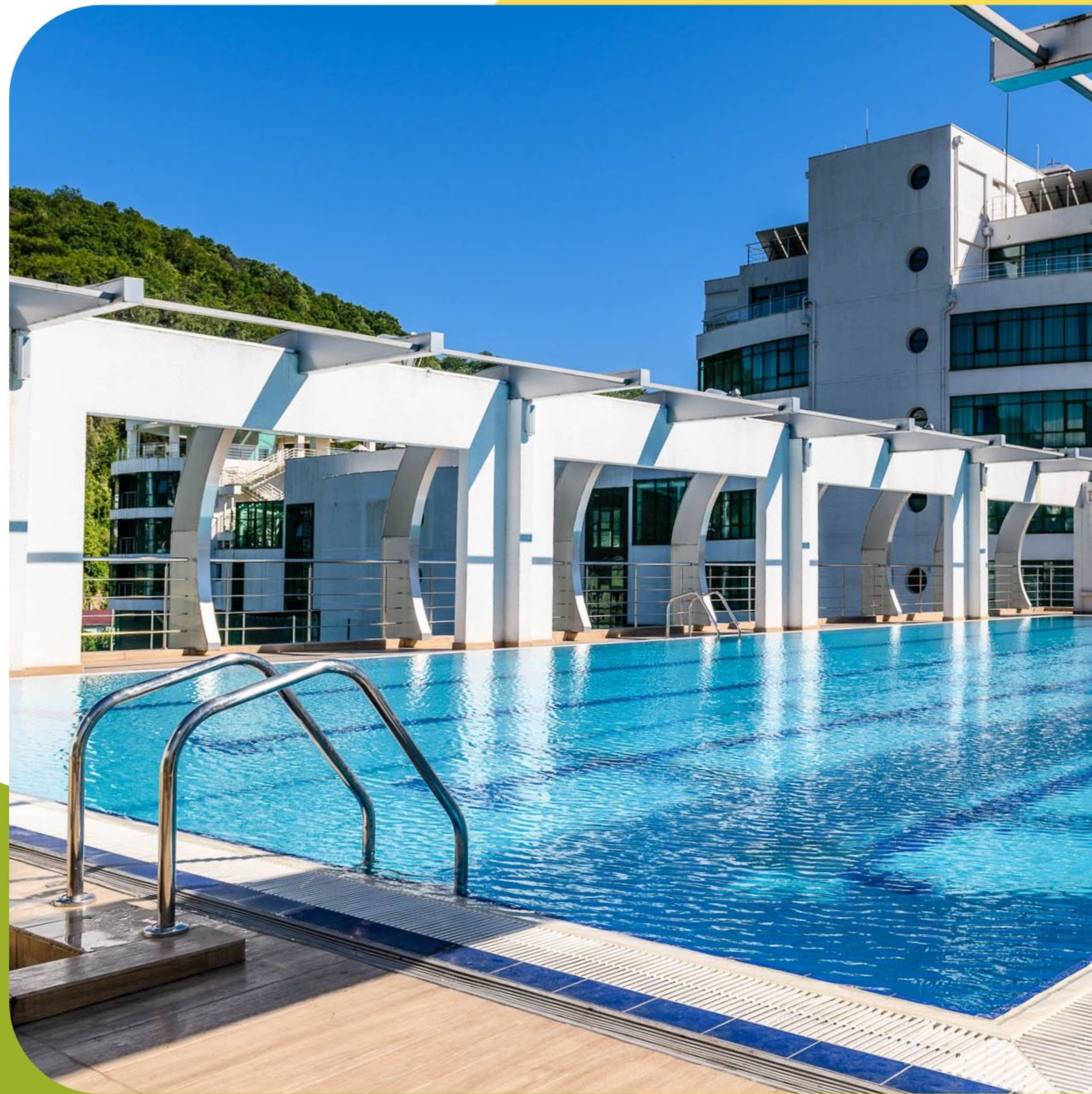


Ванная комната в номере

Открытый бассейн 25 м

Открытый бассейн полностью соответствует требованиям профессиональных спортсменов к эффективным тренировкам и соревнованиям по водным видам спорта

- Глубина от 1,2 до 1,8 м
- Температура воды в летнее время – 27-28 °С
- Современные раздевалки с локерами, душевыми, диспенсерами с мылом и шампунем, фенами





Многофункциональная спортивная площадка



Просторные раздевалки



Многофункциональный спортивный зал



Тренажёрный зал



Футбольное поле 100 x 65 м



Воркаут-площадка

5-разовое питание по системе «Шведский стол»

3-4 варианта супов, гарниров, основных блюд
и салатов – каждый найдёт блюдо по вкусу



Шведский стол с большим выбором блюд 3 раза
в день + полдник и сонник – порционно.



Каждый день дети получают
полезные овощи и фрукты.



Можно подобрать индивидуальное меню
для детей с особенностями питания.



Творческая программа и спортивные активности

Мы за разнообразный отдых ребёнка в течение дня

В перерывах между тренировками детей ждут развлечения, которые могут удивить и порадовать каждого.

- Плавание и игры в бассейне
- Водные битвы
- Квесты на свежем воздухе
- Квизы и викторины
- Игрушки из фетра
- Рисование стикеров
- Витраж
- Посещение пляжа
- Настольные игры
- Мегабол, Квиддич, Керлинг, Флорбол, Лапта
- Картины из эпоксидной смолы
- Фигуры из синельной проволоки
- Стринг арт







Расписание дня пловца

7:45

Подъём

7:50

Утренние режимные моменты / Инфосбор

8:20

Разминка / Зарядка

9:00

Завтрак

9:45

Тренировка №1

11:30

Восстановление / Активности

13:00

Обед

13:45

Тихое время — отдых

15:20

Полдник





15:30 Море / Бассейн

17:30 Тренировка №2

19:00 Ужин

19:45 Вечернее общее мероприятие /
Дополнительные курсы

21:00 Сонник

21:15 Рефлексия в группах

22:00 Время личной гигиены

22:30 Сон

Дополнительные курсы

Creative Writing

Ребята познакомятся с литературными жанрами и с помощью наставника создадут собственное произведение на английском языке: от рассказа и статьи до пьесы. Курс поможет развить творческое и критическое мышление и навыки устной речи — во время обсуждений и рефлексии.





Подарите ребёнку радость спортивных достижений и новые впечатления

Забронировать

8 (905) 530 00 99

baker_centra@bk.ru

