

# LIDO 2023

## Rozlúčka s otužileckou sezónou 2022 / 2023 plávaním v Dunaji



### Tyršovo nábrežie – Lod' Café

- Dátum a čas plávania:** Nedeľa 14. mája 2023 o 14:00 hod.
- Miesto plávania:** Pravá strana toku Dunaja od Aušpicu po Starý most (cieľ je označený bojkou).
- Podmienky účasti:** Plávania sa môžu zúčastniť len prihlásení účastníci, ktorí **sú členmi** niektorého otužileckého klubu.
- Požaduje sa:**
- dobrý zdravotný stav účastníka,
  - absolvovanie aspoň 1 otužileckej sezóny,
  - skúsenosť so zimným plávaním v rieke.
- Prihlasovanie:** elektronicky do 10.5.2023 (streda) na základe [prihlasovacieho formulára](#)
- Štartovné:**
- |                 |       |
|-----------------|-------|
| členovia SLM:   | 5 €,  |
| nečlenovia SLM: | 10 €, |
- platba na mieste nie je možná.

**Platba na bankový účet:** SK82 8330 0000 0023 0009 6373, BIC: FIOZSKBA, VS: 202304

V poznámke uveďte **meno** a **priezvisko**. Platba pomocou QR-kódu – vid' nižšie.

#### Harmonogram akcie:

- 12:30 – 13:15 hod.:** registrácia: [Tyršovo nábrežie – Lod' Café](#)
- 13:15 hod.:** privítanie účastníkov,  
organizačné pokyny a bezpečnostná inštrukcia v mieste registrácie,
- 13.30 hod.:** **nástup otužilcov** pred loďou „Lod' Café“,  
spoločný presun pešo na štart,
- 14:00 hod.:** **vstup do vody,**
- 14:30 hod.:** občerstvenie, vyhodnotenie a odovzdanie diplomov.

**Počet plavcov:** max. 60.  
**Plavecké úseky:** plávanie v toku, dĺžka úseku 1300 m.  
**Teplota vody:** 12 až 14 °C.

**Prepokladaný čas pobytu vo vode:** 1300 m úsek: cca 11 - 14 minút.

**Bezpečnosť:** Absolvovanie inštruktáže pred plávaním. Akciu zabezpečujú dva motorové záchranné člny s posádkou a dvaja zdravotníci.

**Výstroj:** **povinná:** plavky, plavecká bojka, obuv do vody,  
**odporúčaná:** čiapka.

**Nežadúce:** odev a doplnky znevažujúce účel a význam športového otužovania.

**QR-kód:** Zaplatiť môžete aj prostredníctvom mobilnej bankovej aplikácie a naskenovaním QR-kódu. **Doplňte príslušnú sumu a do poznámky svoje meno a priezvisko.**



**PAY** by square



Ak ste sa prihlásili, ale na akciu nemôžete prísť, odhláste sa prosím. Nakoľko je počet plavcov limitovaný, umožníte tak účasť ostatným záujemcom.

Na prihláške potvrdzujete prehlásenie, že plávate na vlastné nebezpečie.

V Bratislave, 3. mája 2023

Výbor SLM, o.z.