



Slovenské ľadové medvede, o. z.

11. ročník plávania v Dunaji Od Štúra k Štefánikovi Propozície plávania

Prezentácia účastníkov: Nedeľa 26. novembra od 12:30 do 13:15 hod.
[reštaurácia Umelka](#) na adrese Dostojevského rad 4533,
Bratislava

Dátum a čas plávania: Nedeľa 26. novembra o 14:00 hod.

Miesto plávania: [Ľavá strana toku Dunaja,
od námestia Ľ. Štúra po sochu M. R. Štefánika.](#)

Plavecké úseky: 1 000 m
400 m
Predpokladaný čas plávania je cca 13 resp. 7 minút.

Predpokladaná teplota vody: 6 až 8 °C.

Podmienky účasti:

- Plávania sa môžu zúčastniť len prihlásení účastníci, ktorí sú registrovaní v niektorom z otužileckých klubov.
- dobrý zdravotný stav účastníka,
- absolvovanie aspoň 1 otužileckej sezóny,
- skúsenosť so zimným plávaním v rieke.

Prihlasovanie: Cez prihlasovací formulár [TU](#)

Online prihlasovanie do: 22. novembra 2023 (streda)

Počet účastníkov: max. 70. Po dosiahnutí max. počtu sa prihlasovanie uzavrie.

Štartovné: 10€ členovia SLM platba prevodom,
15€ nečlenovia SLM platba prevodom.
Pri registrácii už nie je možné platiť v hotovosti!

Platba na bankový účet: **SK82 8330 0000 0023 0009 6373**, BIC: **FIOZSKBA**, VS: **202311**

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

Slovenské ľadové medvede, o. z.

Harmonogram akcie:

- 12:30 – 13:15 hod.:** Registrácia v reštaurácii Umelka, Dostojevského rad 4533, Bratislava
- 13:30 hod.:** Privítanie účastníkov, organizačné pokyny a prezlečenie sa do plaviek.
- 13:40 hod.:** Opustenie reštaurácie, nástup a privítanie otužilcov, inštruktáž o trati a bezpečnostné pokyny.
- 14:00 hod.:** Vstup do vody.
- 14:30 hod.:** Dopĺvanie do cieľa a spoločné fotenie pod sochou M. R. Štefánika.
- 14:45 hod.:** Občerstvenie (guláš/kapustnica) v reštaurácii Umelka.

Bezpečnosť: Každý účastník sa musí zúčastniť inštruktáže pred plávaním. Akciu zabezpečujú dva motorové záchranné člny s posádkou.

Výstroj:

- povinná:** plavky, **plavecká bojka**, obuv do vody,
- odporúčaná:** čiapka,
- nežadúce:** odev a doplnky znevažujúce účel a význam športového otužovania.

Organizátor si vyhradzuje právo:

- odmietnuť účastníka, ak je predpoklad, že nezvládne zaplávať daný úsek,
- zrušiť akciu, ak aktuálne obmedzenia nedovolia organizovať hromadné akcie. V takom prípade bude štartovné poslané naspäť na účet prihláseného.

QR-kód: Zaplatiť môžete aj prostredníctvom mobilnej bankovej aplikácie naskenovaním QR-kódu. Do poznámky **doplňte meno**. Doplňte sumu.



PAY by square



V Bratislave, 11. novembra 2023

Výbor SĽM, o.z.