



Slovenské ľadové medvede, občianske združenie, Bratislava

www.zimneplavanie.sk

Ľadová Morava 2019 - Propozície plávania

- Dátum a čas plávania: **Nedeľa 3.februára 2019 o 14.00hod.**
- Plavebné úseky: 500 m – čas pobytu vo vode cca 10 – 12 minút,
250 m čas cca 6 – 7 minút,
100 m čas cca 3 - 4 minúty.
- Prihlasovanie : Do štvrtka 30. januára 2019.
Uvedzte: zvolený úsek, rok narodenia, klub alebo sídlo.
- Registrácia: [Hotel Hradná brána - Devín](#), od 12.30 – 13.30 hod.
- Začiatok akcie: Od 13.30 hod. Organizačné pokyny k plávaniu a bezpečnostná Inštruktáž v mieste registrácie. Od 13.45 hod. odchod účastníkov na nástup k rieke.
- Podmienky účasti : Plávať môžu len prihlásení, ktorí sa zaregistrujú na mieste a majú uhradené štartovné prevodom na účet.
Každý účastník sa na podujatí zúčastňuje na vlastné riziko a nesie plnú zodpovednosť za svoju bezpečnosť a zdravotný stav.
- Požaduje sa: Dobrý zdravotný stav a otužovanie sa aspoň počas jednej otužileckej sezóny.
- Občerstvenie: Čaj a guláš sú v cene štartovného.
- Výstroj : povinná: čiapka, plavky a obuv do vody,
odporúčaná: plavecká bója.
- Účastnícky poplatok: členovia SĽM: 5 €
nečlenovia SĽM: 10 €

Štartovné uhradte prevodom na účet SĽM **najneskôr do 29.1.2019:**

IBAN **SK82 83300000 0023 0009 6373** (BIC: FIOZSKBA)
variabilný symbol (VS): **201902**

do poznámky uvedte svoje MENO resp. mená za viac účastníkov.

Počet účastníkov : najviac 50

Bezpečnosť plavcov: zdravotníci – záchranári

Teplota vody: Predpoklad: +0,5 až +2°C

Platbu možno vykonať aj pomocou QR-kódu cez mobilnú aplikáciu banky:



V Bratislave 9. januára 2019

Výbor SLM