

SWIM STAR

SOCHI SIRIUS
2023



5-6.10.2023

SWIMSTAR SOCHI SIRIUS 2023

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ

WWW.IRON-STAR.COM



@SWIMSTAR_SWIMMING

#SWIMSTAR

| | |
|--|----|
| ▪ ПРИВЕТСТВИЕ | 3 |
| ▪ ИНФОРМАЦИЯ ОБ УЧАСТИИ | 5 |
| ▪ СТАРТОВЫЙ ГОРОДОК | 6 |
| ▪ ЭКСПО | 7 |
| ▪ КАРТА ПЕРЕКРЫТИЙ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ | 10 |
| ▪ ОПИСАНИЕ ПЕРЕКРЫТИЙ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ | 11 |
| ▪ РАСПИСАНИЕ | 14 |
| ▪ РЕЙТИНГ ALL STARS | 15 |
| ▪ ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ АКЦИЯ | 16 |
| ▪ ОТКРЫТАЯ ТРЕНИРОВКА ПО ПЛАВАНИЮ | 17 |
| ▪ PUBLIC TALK «ГИД УСПЕШНОЙ ЖЕЩИНЫ» | 18 |
| ▪ ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ | 20 |
| ▪ ОБРАЗЦЫ ДОКУМЕНТОВ | 22 |
| ▪ ЗАПЛЫВ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ SWIMSTAR | 24 |
| ▪ КАРТА ЗАПЛЫВА SWIMSTAR | 25 |
| ▪ НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ ПЕРЕД СТАРТОМ | 26 |
| ▪ ПРЕДСТАРТОВЫЙ ЧЕК-ЛИСТ | 28 |
| ▪ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПЕРЕД СТАРТОМ | 29 |
| ▪ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ | 30 |
| ▪ ХРОНОМЕТРАЖ И ЛИМИТЫ ВРЕМЕНИ | 32 |
| ▪ ФАНЗОНЫ ДЛЯ БОЛЕЛЬЩИКОВ | 33 |
| ▪ ТАТУИРОВКА IRONSTAR | 34 |
| ▪ ЗАКРЫТИЕ ФИНИША IRONSTAR 226 | 35 |
| ▪ ВЕЧЕРИНКА ФИНИШЕРА | 37 |
| ▪ СКИДКИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ И БОЛЕЛЬЩИКОВ | 39 |
| ▪ IRONSTAR TEAM | 44 |
| ▪ ПАРТНЕРЫ СОРЕВНОВАНИЯ | 45 |

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА SWIMSTAR SOCHI SIRIUS 2023

Дорогие друзья, приветствуем вас в Сириусе! Здесь в рамках заключительного фестиваля спорта IRONSTAR в сезоне 2023 пройдут соревнования по плаванию на открытой воде SWIMSTAR.

В программе соревнований:

- SWIMSTAR ONE MILE на дистанцию 1 морская миля или 1852 м
- SWIMSTAR DOUBLE MILE на дистанцию 2 морские мили или 3704 м

Вас ждёт комфортная трасса в акватории Имеретинского порта Черного моря, защищенного от волн и течений двумя молами. Болельщики смогут наблюдать за вами и поддерживать на протяжении всей дистанции. Оргкомитет соревнования, органы власти, волонтеры и наши партнёры проделали огромную работу, чтобы это мероприятие состоялось. Насладитесь каждым моментом дистанции.

Пусть борьба будет честной, соблюдайте правила и ставьте личные рекорды!





**ГАЗПРОМБАНК
ПРЕМИУМ**



Занимайтесь спортом бесплатно вместе с Газпромбанк.Премиум

- Фитнес-абонемент
- Чекап здоровья
- Скидки на спортивное питание и другие товары



gazprombank.ru/premium

Премиальная карта — карта в пакете услуг «Газпромбанк. Премиум», Набор привилегий программы «Спорт» может меняться. Подробные условия и список клубов — в тарифах и в программе привилегий Банка ГПБ (АО) «Спорт» на gazprombank.ru/premium и по тел. **8-800-719-19-11** (бесплатный звонок на территории РФ). Абонемент доступен, если суммарный баланс на счетах не менее 4 млн рублей. World Class — ООО «Спорт Форум», 117420, г. Москва, ул. Наметкина, д. 6, корп. 1. Информация на 01.04.2023. Банк ГПБ (АО). Не оферта. Генеральная лицензия Банка России № 354. Реклама. ERID:2VTZQYXKJXF

ИНФОРМАЦИЯ ОБ УЧАСТИИ

РЕЗУЛЬТАТЫ

Официальный хронометраж соревнований осуществляет компания Russia Running. Результаты можно отслеживать онлайн в день старта по ссылке [👉](#) на сайте [Russia Running](#).

После финиша каждый участник получит SMS со своим результатом на номер телефона, указанный при регистрации.

ФОТОГРАФИИ С СОРЕВНОВАНИЙ

На дистанции для вас работают профессиональные фотографы. Обязательно улыбайтесь им! Фото можно будет приобрести по ссылке [👉](#) на сайте [IRONSTAR](#).

НАШИ КАНАЛЫ В СОЦ СЕТЯХ

Самая актуальная информация о соревнованиях, оперативные новости и важные объявления по ссылкам в [👉 telegram](#) и [👉 instagram*](#)

*Meta Platforms Inc. признана экстремистской организацией на территории РФ

ФИРМЕННЫЙ МЕРЧ СОРЕВНОВАНИЙ

Все самое необходимое для старта: от плавательной шапочки до фирменного мерча by SWIMSTAR Больше выбора для себя и близких по ссылке [👉 @ironstar_shop](#)

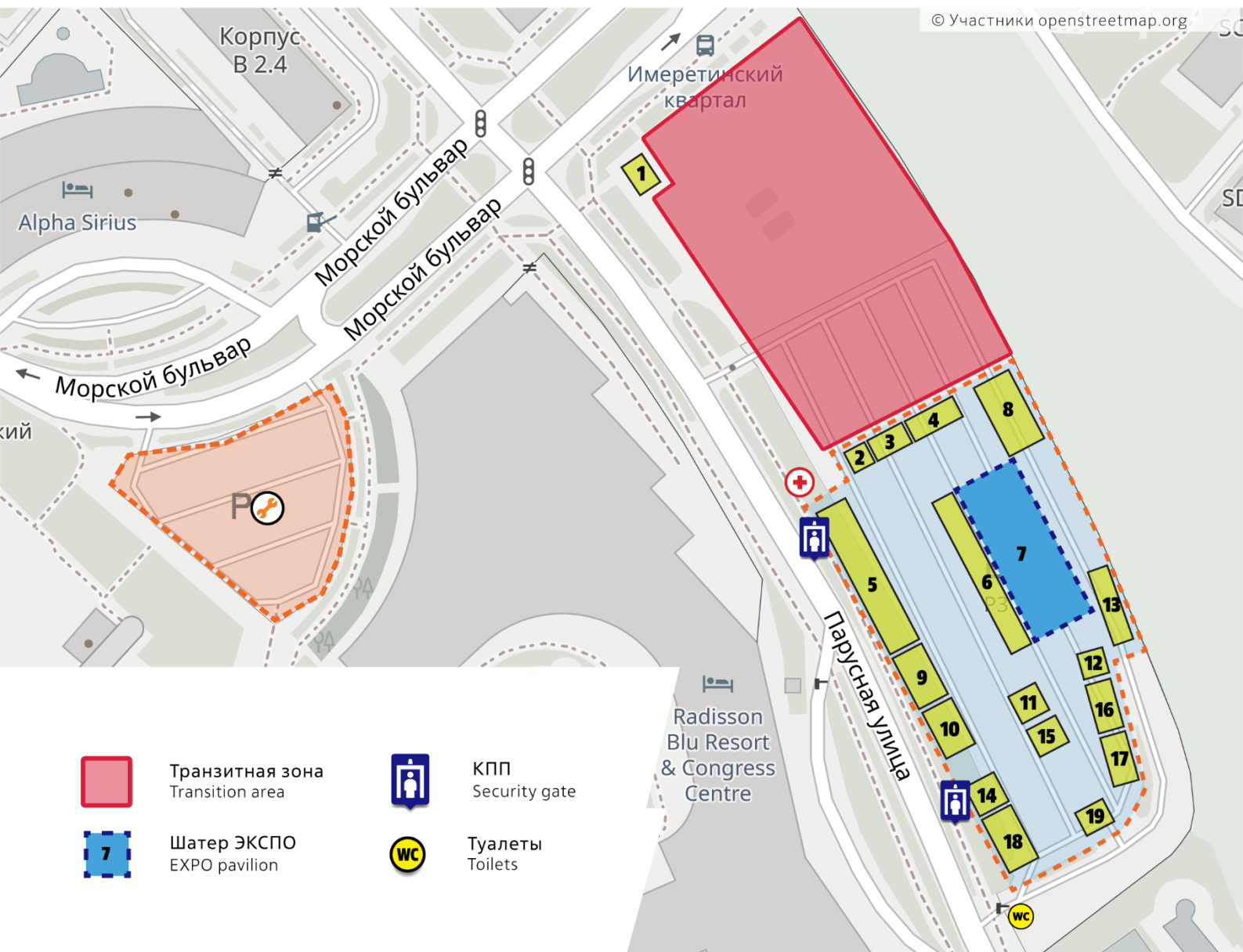


СТАРТОВЫЙ ГОРОДОК IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023



- | | | | |
|---|---|---|--|
|  | Стартовый понтон Starting pontoon |  | Стартовый накопитель Start zone |
|  | Плавание Swim |  | Раздевалки и камера хранения Cloakroom & lockers |
|  | К транзитной зоне To transition area |  | Выход из воды Exit off water |
|  | Велогонка Bike |  | Транзитная зона Transition area |
|  | Бег Run |  | Штрафная площадка Penalty box |
|  | КПП Security gate |  | Финишная зона Finish zone |
|  | Скорая помощь First aid |  | Велосервисы Bike service |
|  | Туалеты Toilets |  | ЭКСПО Expo |
|  | Старт Start |  | Зона восстановления Recovery zone |
|  | Финиш Finish |  | Стартовый накопитель IRONLADY/STARKIDS Start zone IRONLADY/STARKIDS |
| | |  | Коридор Tele2 Tele2 line |

ЭКСПО IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023



Транзитная зона
Transition area



КПП
Security gate



Шатер ЭКСПО
EXPO pavilion



Туалеты
Toilets



Велосервисы
Bike service



Зона ЭКСПО
EXPO area

- ВЕЛОСПОРТ (Москва + Самара)
- VOLGA UNION (Москва)
- SPORT PROJECT (Москва)
- BIKE FAMILY (Самара)
- КРЫЛО (Крыло)
- RENTSTATION (Москва)
- ТРИАТЛОН СТУДИЯ (СПБ)
- VELODY (Москва)
- SEND MY BIKE (СПБ)

- 1 ФК "СОЧИ"
- 2 ЭКОМОБИЛЬ SYNERGETIC
- 3 IRONSTAR SHOP
- 4, 5, 6 шатры уличного ЭКСПО
- 7 шатер регистрации + ЭКСПО
- 8 шатры регистрации SWIMSTAR, IRONLADY, STARKIDS (до 6.10)
- 8 зона восстановления + гравировка (после 6.10)
- 9 ГАЗПРОМБАНК ПРЕМИУМ
- 10 СБП (система быстрых платежей)

- 11 фотозона IRONSTAR
- 12, 13 корпоративные шатры (ГАЗПРОМ, РЖД, САМОЛЕТ, РОСНЕФТЬ)
- 14 SURF COFFEE
- 15 Tele2
- 16 FAHRENHEIT
- 17 STOY BAR PASTA PARTY
- 18 AVA GROUP
- 19 Сцена

ЭКСПО IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023

НА УЛИЦЕ

ЭКИПИРОВКА И АКСЕССУАРЫ

- ✓ IRONSTAR SHOP
- ✓ VOLGA UNION
- ✓ CEP
- ✓ БЕЛОСПОРТ
- ✓ BLIZ
- ✓ NOMADASTATE
- ✓ ALTRA
- ✓ SPINE
- ✓ ASSOS
- ✓ UGLOW
- ✓ GARMIN
- ✓ RIKKIR SPORT
- ✓ ANTA
- ✓ STARBIKE
- ✓ ЭНЕРГИЯ СПОРТА
- ✓ BIKE 215/MIB
- ✓ VETER

СПОРТИВНОЕ ПИТАНИЕ

- ✓ SPORTFERMA
- ✓ RIKKIR SPORT
- ✓ ЭНЕРГИЯ СПОРТА

ВОССТАНОВЛЕНИЕ

- ✓ YAMAGUCHI
- ✓ HYPERICE

ВНУТРИ ШАТРА

ЭКИПИРОВКА, АКСЕССУАРЫ, ПИТАНИЕ

- ✓ MAD WAVE
- ✓ ВЫСШАЯ ЛИГА
- ✓ LEO CITY BIKE
- ✓ TUKITUK
- ✓ TRIATHLON BOUTIQUE
- ✓ ARGON 18
- ✓ ТРИСПОРТ
- ✓ TYR
- ✓ Gel4U

ВОССТАНОВЛЕНИЕ

- ✓ SPORTMED
- ✓ Вдоль и Поперек
- ✓ PHITEN
- ✓ МАКСТРЕЙД (МАССАЖ)

ПАРТНЕРЫ

- ✓ ГАЗПРОМБАНК ПРЕМИУМ
- ✓ FAHRENHEIT
- ✓ AVA GROUP
- ✓ RAW LIFE
- ✓ GEL4U
- ✓ TELE 2
- ✓ СБП

● SIRIUS HOTELS

#SIRIUSLOVE

Бронируйте **круглый год**
проживание в сети Sirius Hotels
по промокоду SIRIUSLOVE
на официальном сайте

8 800 350 44 00 | siriushotels.ru



[siriushotels](https://siriushotels.ru)

РЕКЛАМА
ERID:2VTZQXMBWN9
[HTTPS://SIRIUSHOTELS.RU](https://siriushotels.ru)

КАРТА ПЕРЕКРЫТИЙ И ВРЕМЕННАЯ СХЕМА ОРГАНИЗАЦИИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ В ДНИ ПРОВЕДЕНИЯ IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023



- ПЕРЕКРЫТИЕ АКВАТОРИИ**
 - 6.10 → 10:30-11:55/ 12:25-14:55
 - 7.10 → 7:00-11:00
 - 8.10 → 8:00-9:30/ 12:15-13:30
- БЕГ, ПЕРЕКРЫТИЕ**
 - 6.10 → 14:30-18:30
 - 7.10 → 6:00-23:59
 - 8.10 → 7:00-16:00
- ВЕЛОЭТАП, ПЕРЕКРЫТИЕ**
 - 7.10 → 6:00-17:45
 - 8.10 → 7:00-15:00

ДЕТАЛЬНОЕ ОПИСАНИЕ ПЕРЕКРЫТИЙ ДОРОГ В ДНИ ПРОВЕДЕНИЯ IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023

Проезд и парковка ограничены:

С 00:10 30 СЕНТЯБРЯ ДО 23:00 10 ОКТЯБРЯ

На территории парковки РЗ по адресу ул. Голубая дом №1А.

С 08:00 04 ОКТЯБРЯ ДО 12:00 09 ОКТЯБРЯ

На территории парковки между отелем Radisson Blu Resort & Congress Centre Sochi и отелем «Альфа Сириус».

С 00:01 06 ОКТЯБРЯ ДО 16:00 08 ОКТЯБРЯ

По ул. Голубая от дома №1 по ул. Морской бульвар до дома №1Ж по ул. Голубая.

С 08:00 03 ОКТЯБРЯ ДО 22:00 08 ОКТЯБРЯ

В связи с формированием финишной зоны и арки будет прекращено движение транспортных средств по ул. Морской бульвар на участке км 0+000 – км 0+098 напротив дома №1 по ул. Морской бульвар, а также на территории парковки перед отелем «Альфа Сириус» (местный проезд).

6 ОКТЯБРЯ

- ✓ С 14:30 до 18:30 — по ул. Морской бульвар от дома №1 до пересечения с ул. Триумфальной
- ✓ С 16:30 до 18:30 — по ул. Голубая от дома №1Ж до дома №16Б, а также по ул. Перспективная от пересечения с ул. Триумфальной до пересечения с ул. Голубая

Схема перекрытия дорожного движения по ссылке [📄](#) в [Яндекс.Картах](#)

7 ОКТЯБРЯ

- ✓ С 6:00 до 23:59 — по ул. Морской бульвар от дома №1 до пересечения с ул. Триумфальной
- ✓ С 6:00 до 23:59 — по ул. Голубая от дома №1Ж до дома №16Б, а также по ул. Перспективная от пересечения с ул. Триумфальной до пересечения с ул. Голубая
- ✓ С 6:00 до 15:00 — по ул. Триумфальная от дома №24 (въезд на территорию «Сочи Автодром» не ограничивается) до пересечения с Олимпийским проспектом
- ✓ С 6:00 до 17:45 — по ул. Триумфальная от пересечения с Олимпийским проспектом (круговое движение не ограничивается) до ул. Энергетиков
- ✓ С 6:00 до 18:30 — на скоростном направлении федеральной трассы А-149 Адлер-Красная Поляна (Новое Краснополянское шоссе) на участках км 0+000 – км 6+000 (обратный ход), км 6+000 – км 41+000 (крайняя точка - пересечение с ул. Защитников Кавказа)

Схема перекрытия дорожного движения по ссылке [📄](#) в [Яндекс.Картах](#)

ДЕТАЛЬНОЕ ОПИСАНИЕ ПЕРЕКРЫТИЙ ДОРОГ В ДНИ ПРОВЕДЕНИЯ IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023

Проезд и парковка ограничены:

8 ОКТЯБРЯ

- ✓ С 7:00 до 16:00 — по ул. Морской бульвар от дома №1 до пересечения с ул. Триумфальной
- ✓ С 7:00 до 16:00 — по ул. Голубая от дома №1Ж до дома №16Б, а также по ул. Перспективная от пересечения с ул. Триумфальной до пересечения с ул. Голубая
- ✓ С 7:00 до 15:00 — по ул. Триумфальная от дома №24 (въезд на территорию «Сочи Автодром» не ограничивается) до пересечения с Олимпийским проспектом
- ✓ С 7:00 до 15:00 — по ул. Триумфальная от пересечения с Олимпийским проспектом (круговое движение не ограничивается) до ул. Энергетиков
- ✓ С 7:00 до 15:00 — на скоростном направлении федеральной трассы А-149 Адлер-Красная Поляна (Новое Краснополянское шоссе) на участке км 0+000 – км 6+000 (обратный ход)
- ✓ С 7:00 до 11:30 — на скоростном направлении федеральной трассы А-149 Адлер-Красная Поляна (Новое Краснополянское шоссе) на участке км 6+000 – км 32+000

Схема перекрытия дорожного движения по ссылке [📄](#) в [Яндекс.Картах](#)

Учитывайте схемы ограничения движения и парковок при построении маршрута. Для удобства пользуйтесь навигатором в 2ГИС или Яндекс.Картах.

В связи с подготовкой и проведением заплывов временно будет ограничено движение плавсредств в акватории порта Имеретинский:

6 ОКТЯБРЯ

С 10:30 до 11:55
С 12:25 до 14:55

7 ОКТЯБРЯ

С 07:00 до 11:00

8 ОКТЯБРЯ

С 8:00 до 9:30
С 12:15 до 13:30

РЕКЛАМА
ERID:2VTZQWWW3S
[HTTPS://AVAGROUP.RU](https://avagroup.ru)



AVA

Всем
участникам
дарим до

8.44 м²

при покупке
квартиры

ЧТ, 5 ОКТ.

| | | | |
|-------------|--------------|------------------------------------|--|
| 9:00 | 21:00 | Работа ЭКСПО и инфостойки IRONSTAR | Зона ЭКСПО (Парковка РЗ напротив отеля Radisson Blu, ул.Морской бульвар,1а) |
| | | Выдача стартовых пакетов | |

ПТ, 6 ОКТ.

| | | | |
|--------------|--------------|---|--|
| 8:00 | 11:30 | Выдача стартовых пакетов | Зона ЭКСПО (Парковка РЗ напротив отеля Radisson Blu, ул.Морской бульвар,1а) |
| | 21:00 | Работа ЭКСПО и инфостойки IRONSTAR | |
| 8:00 | 9:00 | Утренняя пробежка для всех желающих | Зона ЭКСПО (Парковка РЗ напротив отеля Radisson Blu, ул.Морской бульвар,1а) |
| 9:00 | 9:40 | Йога-заминка после пробежки у сцены | |
| 9:30 | 18:30 | Работа раздевалок и камеры хранения | Имеретинский яхтенный порт |
| 10:30 | | Старт заплыва SWIMSTAR ONE MILE (темп < 1:20 мин. на 100 метров) | Имеретинский яхтенный порт, причал напротив памятника "Святая Виктория" |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR ONE MILE (темп 1:20-1:40 мин. на 100 метров) | |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR ONE MILE (темп 1:40-2:00 мин. на 100 метров) | |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR ONE MILE темп 2:00-2:20 мин. на 100 метров) | |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR ONE MILE (темп > 2:20 мин. на 100 метров) | |
| 10:55 | | Финиш лидеров SWIMSTAR ONE MILE | Имеретинский яхтенный порт, возле парусного клуба "PROyachting Сочи" |
| 11:00 | 20:00 | Гравировка медалей финишера | Зона ЭКСПО (Парковка РЗ напротив отеля Radisson Blu, ул.Морской бульвар,1а) |
| 11:55 | | Закрытие финиша SWIMSTAR ONE MILE | Имеретинский яхтенный порт, возле парусного клуба "PROyachting Сочи" |
| 12:25 | | Старт заплыва SWIMSTAR DOUBLE MILE (темп < 1:20 мин. на 100 метров) | Имеретинский яхтенный порт, причал напротив памятника "Святая Виктория" |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR DOUBLE MILE (темп 1:20-1:40 мин. на 100 метров) | |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR DOUBLE MILE (темп 1:40-2:00 мин. на 100 метров) | |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR DOUBLE MILE (темп 2:00-2:20 мин. на 100 метров) | |
| | | Старт заплыва SWIMSTAR DOUBLE MILE (темп > 2:20 мин. на 100 метров) | |
| 13:10 | | Финиш лидеров SWIMSTAR DOUBLE MILE | Имеретинский яхтенный порт, возле парусного клуба "PROyachting Сочи" |
| 14:55 | | Закрытие финиша SWIMSTAR DOUBLE MILE | Имеретинский яхтенный порт, возле парусного клуба "PROyachting Сочи" |
| 15:30 | 16:00 | Церемония награждения | Зона ЭКСПО (Парковка РЗ напротив отеля Radisson Blu, ул.Морской бульвар,1а) |

СТАТЬ ЗВЕЗДОЙ IRONSTAR МОЖЕТ КАЖДЫЙ!

Участвуйте во всех соревнованиях IRONSTAR и получайте баллы за каждую гонку. По итогам года мы узнаем имена лучших из лучших среди мужчин и женщин — в абсолюте и возрастных группах. Победители и призеры получают особые привилегии и знаки отличия на наших стартах!

В категории «Плавание» учитываются баллы участников SWIMSTAR и участников эстафетных команд IRONSTAR на плавательном этапе.

ЧТО ПОЛУЧАЮТ ПРИЗЁРЫ И ПОБЕДИТЕЛИ ALL STARS:

- ★ Особая плавательная шапочка с отличительным знаком
- ★ Пометка на стартовом номере
- ★ Приоритетная выдача стартового пакета
- ★ Старт в отдельной волне

УСЛОВИЯ РЕЙТИНГА ALL STARS:

- ★ Баллы присваиваются ЗА ВСЕ наши соревнования.
- ★ Участники эстафетных команд тоже получают баллы рейтинга.
- ★ Механика расчета рейтинга: лидеры в абсолюте (мужчины и женщины) получают максимальное количество баллов для данной дистанции. А баллы остальных участников рассчитываются по специальной формуле, в которой учитывается время отставания от лидера. Что касается эстафетных команд, то они соревнуются исключительно между собой — «пловцы с пловцами», «велосипедисты с велосипедистами», «бегуны с бегунами».
- ★ Минимального количества баллов за дистанцию нет. Получить 0 баллов можно лишь в случае, если финишное время участника более чем в 2 раза превышает время лидера.

В КОНЦЕ СЕЗОНА ПОБЕДИТЕЛИ И ПРИЗЁРЫ В АБСОЛЮТЕ И В ВОЗРАСТНЫХ ГРУППАХ РЕЙТИНГА ALL STARS СРЕДИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН ПОЛУЧАТ КРУТЫЕ ПРИЗЫ ОТ НАШИХ ПАРТНЕРОВ!



Друзья!

Возможно вы уже заметили, нам не безразлична тема экологии. Надеемся, что и вам тоже!

Рядом с зоной ЭКСПО будет стоять экомобиль SYNERGETIC для раздельного сбора мусора, куда можно сдать пластиковые бутылки.

Собранный пластик маркировки PET 1 переработает наш партнер РОСЭКО: в результате из него получатся новые бутылки и синтетическое волокно. Синтетическое волокно используют для изготовления геотекстиля, шумоизоляции и как основу напольных покрытий. Часть средств, полученных в результате переработки, идет на благотворительность.

Куратор и промоутер экомобиля расскажут про раздельный сбор и выдают подарки в виде образцов средств для стирки!

По итогам прошедших стартов мы собрали:

- Лужники: 8 кг пластика
- Анапа: 16 кг пластика
- Геленджик: 52 кг пластика
- Самара: 40 кг пластика
- Завидово: 16 кг пластика
- Екатеринбург: 13 кг пластика
- Нижнем Новгороде: 72 кг пластика!
- Крылатское: 48 кг пластика



ОТКРЫТАЯ ТРЕНИРОВКА ПО ПЛАВАНИЮ

Приглашаем на тренировку по плаванию в открытом бассейне.

Тренировку проводит Екатерина Сугрובה:

- фитнес –тренер
- тренер по плаванию и функциональной подготовке триатлетов
- многократный победитель и призёр соревнований SWIMSTAR и IRONSTAR

5 ОКТЯБРЯ, ЧЕТВЕРГ

С 19:00 ДО 20:20

CROCUS FITNESS (Сириус, Олимпийский проспект 36, стр 2)

С 18:40 ДО 19:00 – сбор участников у входа

Участие в тренировке бесплатное. Количество мест ограничено. Всего доступно 24 места.

Перейдите по ссылке для  [регистрации на тренировку.](#)



PUBLIC TALK «ГИД УСПЕШНОЙ ЖЕНЩИНЫ»

6 октября состоится public talk для женщин

Тема «Гид успешной женщины»

11:00 - 13:00, ресторан "Библиотека", отель Alpha Sirius

Обсудим:

- Создание личного бренда и как в этом помогает спорт расскажет главный спортивный блогер России и триатлет Анастасия Тукмачева
- Как правильно и эффективно выстроить режим тренировок и в плавании, и в фитнесе, поделится КМС по плаванию, фитнес-тренер Екатерина Сугрובה
- Про авторскую систему управления женским здоровьем «Тело. Триатлон. Девушка» расскажет нутрициолог-триатлет Анастасия Жукова

Участие бесплатное, количество мест ограничено.

Перейдите по ссылке для  [регистрации на мероприятие.](#)



16+

РЕКЛАМА
ERID:2VTZQVNVJGV
HTTPS://INNOFOODFORUM.RU



inno
food.

МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ФОРУМ ИННОВАЦИЙ
В FOODTECH И AGRITECH

НИЧЕГО

ОБЫЧНОГО

9-10 ОКТЯБРЯ 2023

Сочи, Федеральная территория Сириус
RADISSON BLU RESORT & CONGRESS CENTRE

БЕСПЛАТНАЯ РЕГИСТРАЦИЯ
НА САЙТЕ [INNOFOODFORUM.RU](https://innofoodforum.ru)

ОРГАНИЗАТОРЫ



Минпромторг
России



БИОТЕХ
2030

ОПЕРАТОР

business event
ГРУППА КОМПАНИЙ FORMIKA

СТАРТОВЫЕ ПАКЕТЫ НА ГОНКУ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ СТРОГО ПО РАСПИСАНИЮ. ДЛЯ КАЖДОЙ ГОНКИ И ДИСТАНЦИИ ПРЕДУСМОТРЕН ОТДЕЛЬНЫЙ ШАТЕР.

5 ОКТЯБРЯ, ЧЕТВЕРГ

- 09:00-21:00 — шатер с табличкой SWIMSTAR

6 ОКТЯБРЯ, ПЯТНИЦА

- 08:00- 11:30 — шатер с табличкой SWIMSTAR

Если вы зарегистрированы на дистанции, которые выдаются в разные дни, то свои стартовые пакеты вы получаете:

- В разные дни согласно расписанию
- В разных шатрах для каждой дистанции
- Получить ВСЕ дистанции в одном месте и у одного волонтера нельзя



ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ

ДОКУМЕНТЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ДОПУСКА К СТАРТУ

- ПАСПОРТ (удостоверение личности).
- МЕДИЦИНСКАЯ СПРАВКА, которая включает в себя:
 1. Заключение, что вы допущены к соревнованиям по плаванию на дистанцию не меньше той, которую собираетесь преодолеть (обратите внимание, что дистанция должна быть чётко прописана, плавание — X км).
 2. Дату выдачи (должна действовать в течение 6 месяцев, если в ней не указано иное)
 3. Полные ФИО
 4. Группу здоровья
 5. Печать медицинского учреждения
 6. Подпись и печать врача
 7. При получении стартового пакета необходимо обязательно показать **ОРИГИНАЛ** справки (документ остается у вас)

Оформите справку заранее и самостоятельно. На ЭКСПО услуги оформления справок нет.

▪ СТРАХОВОЙ ПОЛИС

Договор страхования жизни и здоровья от несчастных случаев с включенными рисками «плавание» и покрытием не менее 350 000 руб. (можно оформить по ссылке [🔗 в личном кабинете IRONSTAR](#)).

Если у вас есть лицензия Федерации триатлона России, страховка не нужна. Страховой полис включен в лицензию ФТР (оформление лицензии по ссылке [🔗 на сайте ФТР](#))

- РАСПИСКА ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ (подписывается на месте)
- РАЗРЕШЕНИЕ ОТ РОДИТЕЛЕЙ (распечатайте [🔗 образец по ссылке](#) и заполните разрешение заранее, чтобы быстрее получить стартовый пакет) **И КОПИЯ ПАСПОРТА РОДИТЕЛЯ** для участников младше 18 лет.
- ДОВЕРЕННОСТЬ на случай, если вы поручили забрать свой стартовый пакет третьему лицу. Оформите электронную доверенность [🔗 в личном кабинете](#) или распечатайте [🔗 образец по ссылке](#)

СТАРТОВОМ ПАКЕТЕ УЧАСТНИКИ SWIMSTAR ПОЛУЧАТ:

- Рюкзак
- Чип хронометража (обязательно проверьте его наличие на месте получения стартового пакета)
- Официальную плавательную шапочку
- Переводные наклейки с номером участника
- Подарки от спонсоров и партнёров
- Браслет участника

- Голубой — заплыв SWIMSTAR ONE MILE
- Аква — заплыв SWIMSTAR DOUBLE MILE
- Синий — камера хранения

МЕДИЦИНСКАЯ СПРАВКА

Приложение № 2
к приказу Министерства здравоохранения
Российской Федерации
от 23 октября 2020 г. № 1144н

Название медицинской организации, штамп

Телефон, электронная почта

Медицинское заключение о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях (тренировочных мероприятиях и спортивных соревнованиях), мероприятиях по оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Реестровый номер заключения _____

Фамилия _____

Имя _____

Отчество (при наличии) _____

Дата рождения _____

Реестровый номер лица (физкультурника, спортсмена) _____

Дата выдачи, название выдавшего органа _____

Название мероприятия _____

Вид спорта (при наличии) _____

Спортивная дисциплина (при наличии) _____

Этап спортивной подготовки (при наличии) _____

По результатам медицинского осмотра, углубленного медицинского обследования

ДОПУЩЕН
комиссией (вычеркнуть лишнее)

- к тренировочным мероприятиям
- к участию в спортивных соревнованиях
- к участию в физкультурных мероприятиях
- к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО

Ограничения, в том числе физических нагрузок, сроки ограничений: (ДА/НЕТ)

Описать: _____

Дата выдачи медицинского заключения _____

Медицинское заключение действительно до (указать дату) _____

Ответственное лицо медицинской организации _____ / _____ /
Подпись Фамилия, инициалы

Печать медицинской организации



РЕКЛАМА
ERID:2VTZQV5FJZF
[HTTPS://RAWLIFEBAR.RU](https://rawlifebar.ru)

Вкус и энергия жизни!

R.A.W. LIFE - натуральные протеиновые батончики для любителей драйва, соревнований и максимально активного образа жизни!

В основе лучшие источники растительного белка: изолят горохового протеина, белок семян конопли и белок семян чиа. Батончики обладают идеальным витаминно-минеральным составом, соотношением белков, жиров, углеводов и клетчатки для заряда энергии и роста мышечной массы.

R.A.W. LIFE



ЗАПЛЫВ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ SWIMSTAR

SWIMSTAR – СЕРИЯ ЗАПЛЫВОВ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ В РАМКАХ ФЕСТИВАЛЯ СПОРТА IRONSTAR. К УЧАСТИЮ ПРИГЛАШАЮТСЯ ВСЕ ЖЕЛАЮЩИЕ, ПРОФЕССИОНАЛЫ И ЛЮБИТЕЛИ ОТ 16 ЛЕТ.

ДИСТАНЦИЯ ONE MILE — 1.852 км ЛИМИТ ВРЕМЕНИ — 1 час 10 минут

ДИСТАНЦИЯ DOUBLE MILE — 3.704 км ЛИМИТ ВРЕМЕНИ — 2 часа 15 минут

Участники стартуют по системе rolling-start (по очереди). Все стартующие собираются в стартовом кластере, далее по команде судьи выходят на дистанцию. Время участника индивидуально и начинается после пересечения мата хронометража.

- Выдача стартовых пакетов проходит в шатре SWIMSTAR. Если вы участвуете в в других гонках, то стартовые пакеты на них необходимо получить в отдельных шатрах.
- Старт по очереди (система rolling start) с понтона, по сигналу судьи.
- Отсчёт времени начинается после прохождения контрольной точки на входе в воду
- Участники ONE MILE делают 1 круг против часовой стрелки
- Участники DOUBLE MILE делают 2 круга, проплывая через арку, где будет контрольная точка
- Буи оплываются справа и остаются по левую руку

ЛИЧНЫЕ БУИ РАЗРЕШЕНЫ. ОРГАНИЗАТОРАМИ БУИ НЕ ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ!

ГИДРОКОСТЮМЫ ОБЯЗАТЕЛЬНЫ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ ВОДЫ НИЖЕ 15.9°C.

ГИДРОКОСТЮМЫ ЗАПРЕЩЕНЫ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ ВОДЫ ВЫШЕ 24.6°C.

Финальное решение по гидрокостюмам остаётся за главным судьей и будет принято за 1 час до старта. Об этом мы расскажем в нашем Telegram-канале по ссылке [@ironstar_official](#) и напомним из уст ведущих.

ВЫ МОЖЕТЕ ВЫБРАТЬ МЕСТО В СТАРТОВОМ НАКОПИТЕЛЕ ПО ТЕМПУ ПЛАВАНИЯ

- Быстрее 1:20 на 100 метров
- 1:20-1:40
- 1:40-2:00
- 2:00-2:20
- Более 2:20 на 100 метров

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ЗАПЛЫВАМ SWIMSTAR

На заплывах SWIMSTAR использование буй остается на ваше усмотрение. Вы можете использовать буй и даже прикрепить к нему питание, либо не использовать. Это никак не отразится на результате в итоговом протоколе.

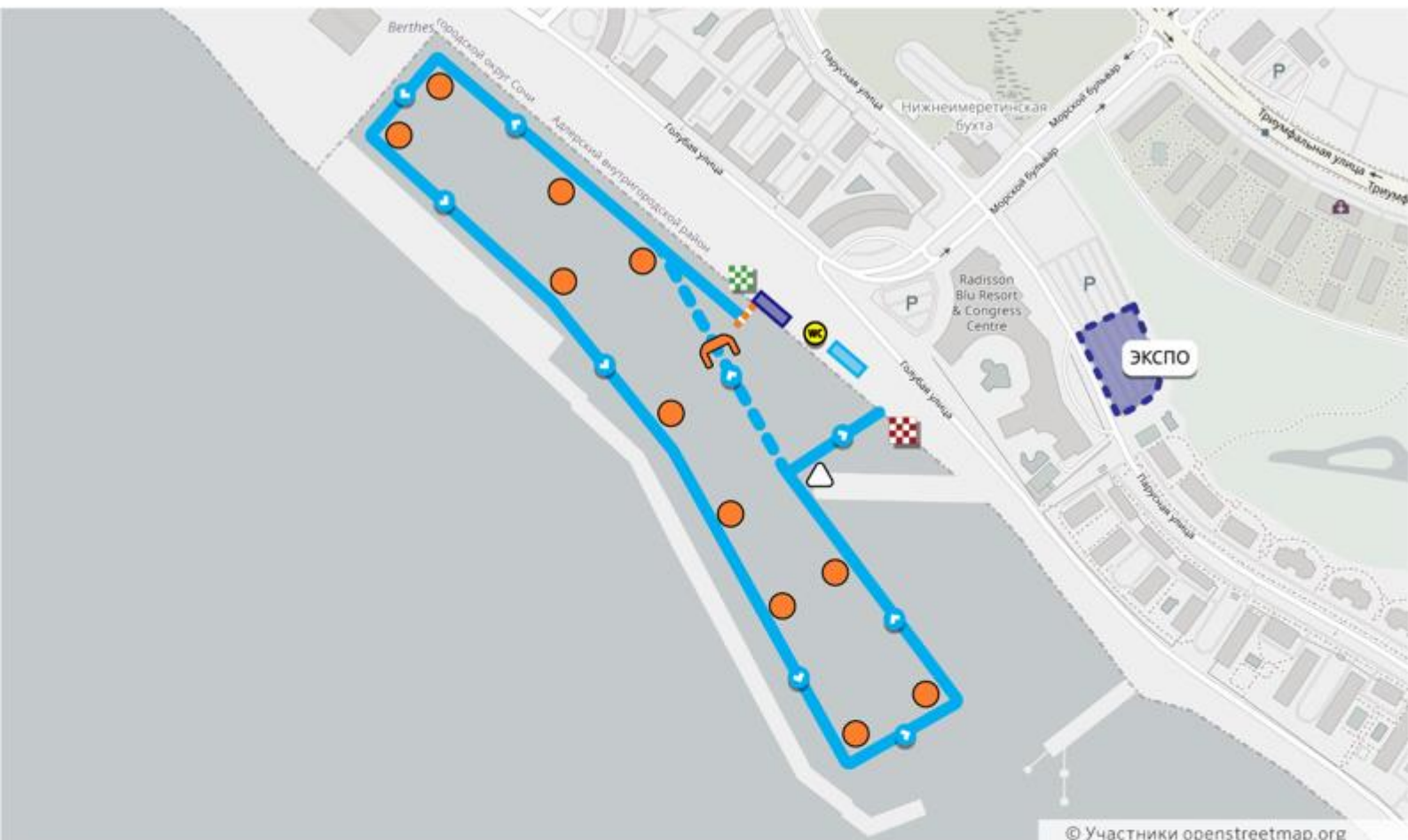
Если вы не уверены в своих силах и хотите плыть в гидрокостюме при температуре воды, превышающей данные лимиты, то вы можете использовать его на старте.

При этом вы не претендуете на призовые места, а в итоговом протоколе будете отмечены статусом NC (Not Classified), но с финишным временем.

Если вы решите использовать гидрокостюм (при температурах, превышающих указанные лимиты), то вы должны сообщить об этом за 5 дней до старта на почту info@iron-star.com. В теме письма указать «Плавание NC _ город».

КАРТА ЗАПЛЫВА НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ

SWIMSTAR ONE & DOUBLE MILE SOCHI SIRIUS 2023



© Участники openstreetmap.org

- | | | | |
|--|---|--|---------------------------|
| | SWIMSTAR ONE MILE 1,85 км (1 круг) SWIMSTAR ONE MILE 1.85 km (1 lap) | | Старт Start |
| | SWIMSTAR DOUBLE MILE 3,7 км (2 круга по 1,85 км) SWIMSTAR DOUBLE MILE 3.7 km (2 laps x 1.85 km) | | Финиш Finish |
| | DOUBLE MILE на второй круг DOUBLE MILE for second lap | | Буй Buoy |
| | Стартовый понтон Starting pontoon | | Арка Arc |
| | Стартовый накопитель Starting queue | | Буй Buoy |
| | Раздевалки и камера хранения Dressing rooms and lockers | | Туалеты Toilets |

НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ ПЕРЕД СТАРТОМ

SWIMSTAR

- Обязательно прочитайте инфокаталог и посмотрите онлайн-брифинг.
- Наденьте чип сразу после его получения и не снимайте до старта. Так вы убережете себя от того, что случайно забудете его.
- Соберите все вещи с вечера.
- Выспитесь (7-8 часов), рассчитав время на сон, с учетом раннего подъема.
- Позавтракайте. Даже если он будет в 4:00 утра, привычная каша, яичница или бутерброд должны быть. Заранее и внимательно продумайте всё, что вы будете есть на завтрак.
- Уберите из предстартового рациона всё, на что реагирует ваш кишечник + продукты с высоким содержанием клетчатки + постарайтесь исключить кофе за несколько часов до старта, он ускоряет работу кишечника.
- Проверьте наличие чипа на своей ноге.
- Проверьте «переводилки» на руках.
- Проверьте, что официальная стартовая шапочка тоже с вами.
- Сделайте предстартовую разминку, чтобы разогреть мышцы.
- Заранее продумайте свой маршрут до старта, чтобы успеть сдать вещи в камеру хранения, размяться и занять место в кластере.
- Старайтесь держать ровный темп, чтобы правильно распределить силы на весь заплыв.



ОФИЦИАЛЬНЫЙ СТРАХОВОЙ ПАРТНЕР:

- ✓ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ SWIMSTAR 2023
- ✓ ФЕСТИВАЛЯ БЕГА «МИР ROSA RUN 2023»

МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ «VSK СТРАХОВАНИЕ»

**СКИДКА 20%
ПО КОДУ**

IRONSTAR



отсканируйте QR-код



Каско
онлайн-покупка
и урегулирование



**Страхование
квартиры**
от пожара, затопления
и других рисков



Телемедицина
врач 24/7 не выходя
из дома



**Страхование
от несчастных
случаев**
защита от вирусов,
болезней и травм



Антиклещ
медицинская помощь
при укусе клеща

*** 7575 8 800 775 15 75 www.ironstar.vsk.ru**

Скидка распространяется на следующие продукты в приложении: Каско, Телемедицина, Антиклещ, Медицина без границ, страхование путешественников, квартиры, от несчастного случая. ЗАО «VSK», лицензия Банка России от 11.09.2015: СЛ № 0621, СИ № 0621, ОС № 0621-03, ОС № 0621-04, ОС № 0621-05, ПС № 0621. Имеются ограничения. Подробности на www.vsk.ru, в офисах компании или у агентов. App Store является знаком обслуживания Apple Inc. Google Play и логотип Google Play являются товарными знаками Google LLC. Действительно до 31.12.2020 г. Не является офертой. Реклама. ERID:2VTZQW/NWZY



Газпромбанк. Премиум

Кешбэк 20% по премиальной карте за покупку слотов



Акция с 20.04.2022 по 31.12.2022 на оплату электронной регистрации Участника в мероприятиях.
Подробнее на gazprombank.ru. Банк ГПБ (АО). Ген. лицензия ЦБ РФ №354. Реклама. ERID:2VTZQYXKJXF

ПРЕДСТАРТОВЫЙ ЧЕК-ЛИСТ

ПЛАВАНИЕ

- Гидрокостюм
- Купальник / плавки
- Официальная шапочка соревнования, выданная вам в стартовом пакете
- Очки для плавания и антифог для них
- Мазь от натираний и крем от загара
- Зажимы для носа и беруши для плавания, если вы ими пользуетесь
- Одноразовые тапочки, чтобы дойти до места старта

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

- Паспорт, медицинская справка
- Страховой полис
- Часы + нагрудный датчик + зарядка
- Сменная и тренировочная одежда
- Личная аптечка (сорбент, антидиарейное, мазь от натираний)
- Личное питание на завтрак, если вы привыкли есть что-то особенное
- Пауэрбанк, зарядные устройства от всех гаджетов
- Чёрный маркер, чтобы обвести переводные татуировки
- Изолента для укрепления чипа

РЕКЛАМА
ERID:2VTZQXATJSR
[HTTPS://BIONIQ.RU](https://bioniq.ru)

bioiq

Система управления
здоровьем

КАК ЭТО РАБОТАЕТ



Шаг 1
Анализ крови по 50
параметрам и консультация
нутрициолога



Шаг 2
Персональный витаминно-
минеральный комплекс –
до 53 элементов в формуле



Шаг 3
Отслеживайте показатели
здоровья организма
в удобном приложении



bioiq.ru



ОБЯЗАТЕЛЬНО ПЕРЕД СТАРТОМ!

- **НАДЕЖНО ЗАКРЕПИТЕ ЧИП НА ЛЕВОЙ ЛОДЫЖКЕ**
- **НАНЕСИТЕ НА ТЫЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ЛАДОНЕЙ ПЕРЕВОДНЫЕ ТАТУИРОВКИ С ВАШИМ СТАРТОВЫМ НОМЕРОМ**
- **НАДЕНЬТЕ ОФИЦИАЛЬНУЮ ПЛАВАТЕЛЬНУЮ ШАПОЧКУ СОРЕВНОВАНИЯ**
- **ВНИМАТЕЛЬНО ИЗУЧИТЕ ЗОНУ СТАРТА И СХЕМУ МАРШРУТА ЗАПЛЫВА**

НЕСКОЛЬКО ВАЖНЫХ ДЕТАЛЕЙ:

- Нет чипа — нет финишного времени
- Без официальной плавательной шапочки вас не допустят на старт
- Перед стартом вы можете сдать одежду в камеру хранения
- Чтобы избежать раздражения глаз, будьте особо осторожны, промывая очки любыми средствами от запотевания накануне старта.
- Изучите схему заплыва, внимательно прочитайте инфокаталог и прослушайте брифинг
- Проведите 15-минутную разминку на берегу перед стартом
- Изучите ориентиры на дистанции, расположение буёв
- Не начинайте заплыв слишком быстро. Сосредоточьтесь на дыхании, плывите в комфортном для вас темпе
- Следуйте обозначенному курсу
- Замедлите скорость, если почувствуете себя плохо.
- Если вам или участнику, находящемуся рядом, потребуется помощь, поднимите руку, чтобы привлечь внимание спасателей или судей
- Следите за своим состоянием! Если требуется немного передохнуть, отдышаться, вы можете замедлить скорость или перевернуться на спину. Вас не дисквалифицируют без необходимости
- На соревнованиях SWIMSTAR разрешается плыть любым удобным стилем

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Плавание на открытой воде — сложный вид спорта. Это большая физическая нагрузка, плюс открытая вода — непредсказуемая стихия. По этой причине кто-то не может решиться на свой первый заплыв. Паниковать не стоит, все критические ситуации уже происходили и правила поведения организаторов четко отработаны.

1. Если Вы стартуете в первый раз, встаньте в последний кластер, там будет меньше людей, тем самым вас никто не будет задевать.
2. Если вы почувствовали себя плохо, закружилась голова, схватило/сбилось дыхание, необходимо **поднять руку** для вызова спасателей. Рассказать четко, что у вас болит, спасатель сразу передаст информацию мед. работникам, которые будут ожидать вас на берегу и окажут вам своевременную помощь.
3. Если вы захлебнулись, **поднимите руку** вверх, подав сигнал спасателям. Пока до вас добираются, постарайтесь откашляться. Если состояние пришло в порядок и помощь вам не нужна, при этом вы не продвигались вперед по дистанции с помощью спасателя, можно продолжить гонку дальше.
4. Если вас притопили или ударили — постарайтесь сохранить спокойствие и оценить ситуацию. Если уверенность не вернулась, **поднимите руку**, к вам подойдет лодка со спасателями.
5. Если поднялась волна, начался шторм, пошел сильный дождь, гроза — оцените ситуацию. Перейдите на брасс, если уверены, что можете продолжить и организаторы не отменяют заплыв.
6. Если шторм поднялся очень сильный, тогда организаторы остановят гонку. К вам подплывет спасатель и эвакуирует на берег. Спасатели и каякеры будут сигнализировать свистком и руками о прекращении гонки. Постарайтесь не паниковать. Если есть силы, плывите к берегу.
7. Если слетели очки и они остались у вас, перевернитесь на спину. Используя только работу ног, наденьте очки и продолжайте плавание.
8. Если слетела шапочка, продолжайте плыть без нее. Потеря шапочки во время старта не считается нарушением.



РАЗДЕЛ «ЗДОРОВЬЕ»

Комьюнити и сервисы для мультиспортсменов.
Место для всех, кто хочет вести здоровый образ
жизни и занимается спортом.

Здесь спортсмены-любители ведут блоги
о своем пути в любительском спорте, а врачи,
тренеры и журналисты рассказывают о спорте
и медицине, основываясь на проверенных
научных данных.

Наша задача – поддержать вас на всем пути
от постановки цели и поиска тренера до участия
в первом соревновании, победы
или возвращения в спорт.

[ПЕРЕХОДИТЕ ПО ССЫЛКЕ](#)

ХРОНОМЕТРАЖ

Наденьте чип перед стартом и не снимайте до пересечения финишной черты.

ЕСЛИ ВЫ ПОТЕРЯЕТЕ ЧИП, МЫ НЕ СМОЖЕМ ЗАФИКСИРОВАТЬ ВАШ РЕЗУЛЬТАТ.

ШТРАФ ЗА УТЕРЮ ЧИПА — 6000 РУБЛЕЙ.

ПРОВЕРЬТЕ НАДЕЖНОСТЬ КРЕПЛЕНИЯ ЧИПА ПЕРЕД СТАРТОМ

Если вы решите сойти, пожалуйста, сообщите об этом организаторам и сдайте чип.

ЛИМИТЫ ВРЕМЕНИ

- **ДИСТАНЦИЯ ONE MILE — 1 час 10 минут**
- **ДИСТАНЦИЯ DOUBLE MILE — 2 часа 15 минут**

**ПОЖАЛУЙСТА, ОТНЕСИТЕСЬ ВНИМАТЕЛЬНО К ЭТОМУ РАЗДЕЛУ!
ЛИМИТЫ ВРЕМЕНИ СУЩЕСТВУЮТ В ТОМ ЧИСЛЕ И ДЛЯ ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ.**

По истечении лимита времени судьи будут вынуждены снять участников с дистанции.

Участники, снятые с дистанции, не смогут продолжить соревнование. В протоколе будет статус DNF.

Организаторы не несут ответственность за участников, решивших продолжить движение по истечении установленного времени.

ПРОТЕСТ

В соответствии с Регламентом протесты подаются главному судье с указанием нарушения пункта правил соревнований для рассмотрения апелляционным жюри не позднее, чем за 45 минут до награждения.

Протест должен быть подан в письменной форме на инфостойку зоны получения стартовых пакетов и сопровождаться денежным взносом.

Размер денежного взноса составляет 1500 рублей. В случае удовлетворения протеста сумма 1500 рублей возвращается заявителю. Если протест не удовлетворен, деньги не возвращаются.

НАХОДКИ И ПОТЕРЯННЫЕ ВЕЩИ

Найденные на дистанции и в стартовом городке забытые вещи будут находиться в транзитной зоне и инфостойке до окончания времени её работы, согласно расписанию. Если вы обнаружили пропажу на следующие дни и далее, просьба писать в нашу обратную связь. Всё найденное мы всегда возвращаем.

ФАНЗОНЫ ДЛЯ БОЛЕЛЬЩИКОВ ТРИАТЛОНА

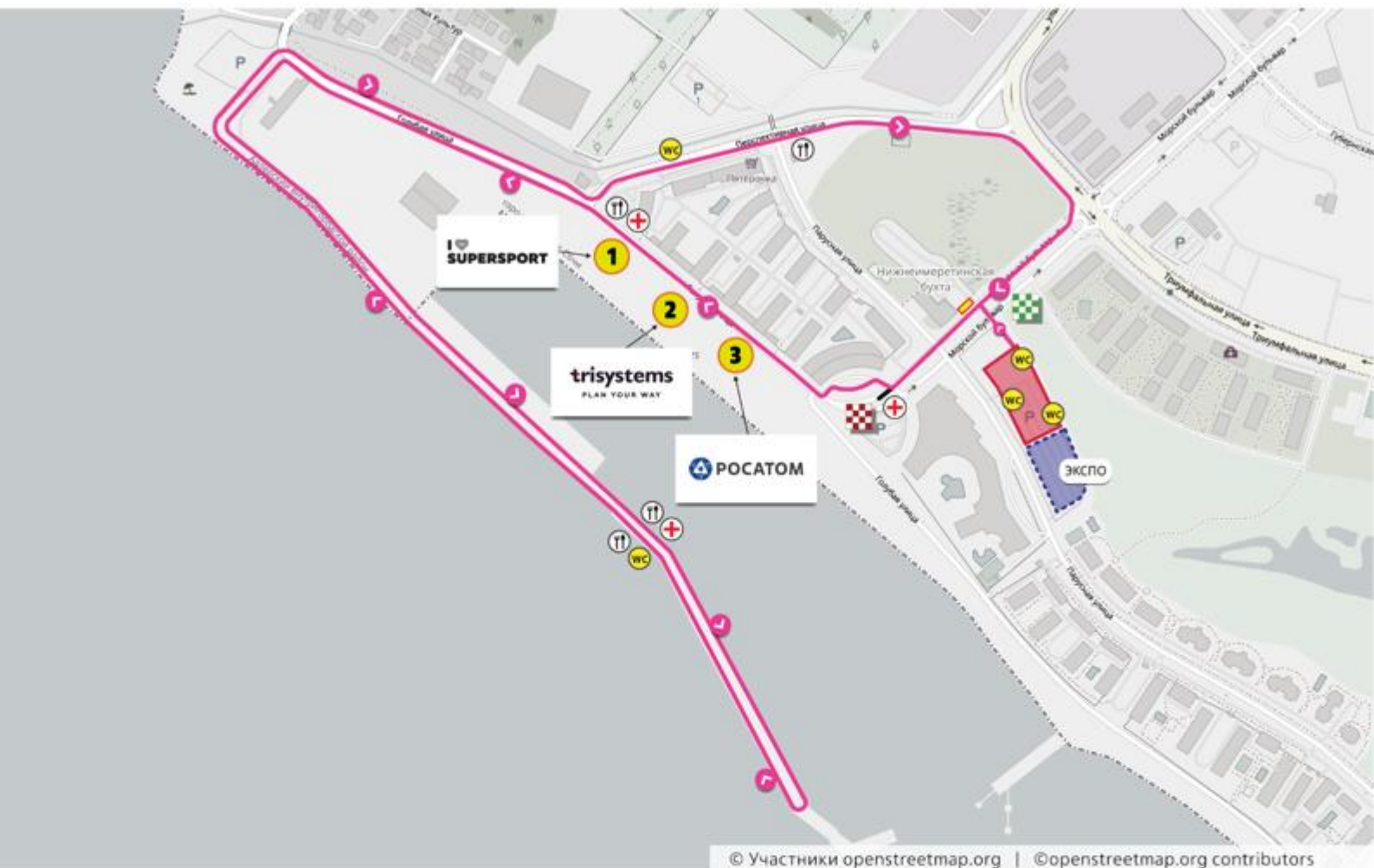
Приглашаем поддержать участников триатлона в специальных фанзонах на беговом этапе.

7 ОКТЯБРЯ, СУББОТА с 11:00 до 22:30 – дистанции 113 и 226

8 ОКТЯБРЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ с 9:00 до 15:00 – дистанции SPRINT и OLYMPIC

ПОДДЕРЖАТЬ УЧАСТНИКОВ ТРИАТЛОНА МОЖНО НА ЛЮБОЙ ИЗ ТРЕХ ФАНЗОН

1. I LOVE SUPERSPORT (ILSS)
2. TRISYSTEMS
3. РОСАТОМ



ЗОНЫ БОЛЕЛЬЩИКОВ | FANS ZONE

- | | | | | | |
|----------|--------------------------|----------|----------------|----------|------------------------------------|
| 1 | I LOVE SUPERSPORT | 2 | РОСАТОМ | 3 | trisystems PLAN YOUR WAY |
|----------|--------------------------|----------|----------------|----------|------------------------------------|

- | | | | |
|--------------|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------|
| Бер Run | Старт Start | Пункт питания Aid station | Скорая помощь First aid |
| Финиш Finish | Транзитная зона Transition area | Штрафная площадка Penalty box | Туалеты Toilets |



5-8.10.2023

ЗОНА ЭКСПО
IRONSTAR
SOCHI SIRIUS
2023



**ГРАНД-ФИНАЛ IRONSTAR
SOCHI SIRIUS 2023—
ЭТО НЕЧТО ОСОБЕННОЕ!**

Сохрани свои эмоции навсегда—
сделай татуировку прямо на
фестивале



ЗАПИСЬ НА ТАТУ

ЗАКРЫТИЕ ФИНИША IRONSTAR 226

Сделаем закрытие гонки IRONSTAR 226 незабываемым!

◆ **7 ОКТЯБРЯ (СУББОТА)**

◆ **С 23:00** финишный створ (напротив главного входа отеля Alpha Sirius)

Приглашаем всех участников и болельщиков IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023 для встречи последнего участника «железной» дистанции 226.

Вместе с нами создавать незабываемую атмосферу будет лучшая команда ведущих и диджеев IRONSTAR.

Звезда вечера — Кристина Винтаж, эстрадно-джазовая певица, победитель и лауреат краевых и международных конкурсов.

Готовьтесь зажигать!



Моя Звезда

BY NOVIKOV

Новая точка притяжения на гастрономической карте курорта –
ПРЕМЬЕРНЫЙ ПРОЕКТ «МОЯ ЗВЕЗДА BY NOVIKOV»

Домашняя гастрономия со всего мира

Уютная терраса с видом на море

Специалитеты и безукоризненный сервис

Входная терраса с винной комнатой,
где хранится коллекция эксклюзивных российских вин

Отдельный VIP-зал с возможностью
провести камерное мероприятие

ПГТ Сириус, Олимпийский проспект 36/6 | +7 (900) 009 69



ВЕЧЕРИНКА ФИНИШЕРА

Приглашаем всех участников и болельщиков на вечеринку MANDARIN & IRONSTAR FINISHER PARTY!

◆ **8 ОКТЯБРЯ (ВОСКРЕСЕНЬЕ)**

◆ **19:00 сбор гостей**

◆ **Ночной клуб MANDARIN (ул. Бестужева, 1/1)**

Мы подготовили для вас самую жаркую финишерскую вечеринку сезона в обители драйва, где кипит ночная жизнь сочинских тусовок!

В программе:

- яркое завершение триатлонного сезона
- отрыв под крутую музыку от DMC Lion и диджеев-резидентов MANDARIN
- лучший ведущий спортивных тусовок Макс Пархоменко и его знаменитые конкурсы
- выступление одной из лучших кавер-групп Юга
- спец-предложения от партнеров IRONSTAR

Ваш пропуск на самую крутую вечеринку — специальный браслет, который вы найдете в стартовом пакете! Если вы его не нашли в стартовом или потеряли, обратитесь на стойку информации — мы выдадим вам еще один.

Болельщики также могут получить браслет-пропуск на вечеринку на стойке информации в зоне Экспо.





Скачивайте приложение СБПэй для удобной оплаты смартфоном

▶ Платите по QR-коду СБП
или в одно касание

▶ Регистрируйтесь
на privetmir.ru



РЕКЛАМА
ERID:2VTZQVGP4HO
[HTTPS://PRIVETMIR.RU](https://privetmir.ru)




Скачайте
приложение СБПэй



СКИДКИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ И БОЛЕЛЬЩИКОВ

Сочи Автодром

- Скидка 10% на все услуги Сочи Автодрома со 2 по 10 октября по промокоду IRONSTAR при оплате в кассе и на  сайте sochiautodrom.ru
- С 10:00 до 20:00
- Сириус, Триумфальная ул, 26

Сочи Парк

- С 5 по 9 октября по браслету участника и болельщика при оплате в кассе через СБП цена билета 1600 рублей, вместо 2000 рублей.
- С 10:00 до 21:00
- Сириус, Олимпийский проспект, 21/2

Вкусные партнеры и скидки по браслету участника или болельщика при оплате через СБП с 5 по 9 октября сбп

Stoy Away Sochi Sirius

- Скидка 10% на меню в зоне ЭКСПО
- График работы зоны ЭКСПО
- Дополнительный бонус — скидка 15% по медали финишера с 9 по 15 октября в баре Beer mood по адресу Москва, Чистопрудный 21 и в баре Støy! Craft Bar по адресу Москва, Валовая, 30.

Гурман Турист

- Скидка 10% на меню и ранние завтраки в субботу с 07:00 утра и воскресенье с 08:00
- С 10:00 до 02:00
- Сириус, Парусная ул, 16
- К услугам гостей: велопарковка, веранда, dogs-friendly и возможность нарисовать плакат болельщика

Море и Виноград

- Скидка 10% на меню и ранние завтраки в субботу и воскресенье с 08:00
- С 09:00 до 23:00
- Сириус, Парусная ул, 11
- К услугам гостей: велопарковка, веранда, dogs-friendly и возможность нарисовать плакат болельщика

Байкал

- Скидка 10% на меню с 6 по 8 октября
- С 12:00 до 24:00
- Сириус, Олимпийский проспект, 2Б
- К услугам гостей: велопарковка, веранда, dogs-friendly и возможность нарисовать плакат болельщика

СКИДКИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ И БОЛЕЛЬЩИКОВ

SWIM
STAR

Вкусные партнеры и скидки по браслету участника или болельщика при оплате через СБП с 5 по 9 октября  сбп

Мята

- Скидка 10% на меню
- С 11:00 до 23:00
- Сириус, Парусная ул, 16
- К услугам гостей: велопарковка, веранда, dogs-friendly

Gastro Port

- Скидка 10% на меню
- С 10:00 до 22:00, в субботу до 23:00
- Адлер, Демократическая ул, 52
- К услугам гостей: велопарковка, веранда, dogs-friendly

Рыбус Бар

- Скидка 10% на меню
- С 10:00 до 23:00
- Сириус, Парусная ул, 27
- К услугам гостей: велопарковка, веранда

Бар Крылья

- Скидка 10% на меню
- С 12:00 до 24:00, в субботу до 23:00
- Сириус, Фигурная ул, 66/2
- К услугам гостей: веранда



СКИДКИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ И БОЛЕЛЬЩИКОВ



Вкусные партнеры и скидки по браслету участника или болельщика при оплате через СБП с 5 по 9 октября сбп

Сезоны

- Скидка 10% на меню и ранние завтраки в субботу и воскресенье с 7 утра
- С 08:00 до 21:00
- Сириус, Триумфальная ул, 10а
- К услугам гостей: велопарковка, веранда, dogs-friendly

Ровесники

- Комбо спортсмена за 1100 руб по промокоду «я с IRONSTAR». В комбо входит: сливочная паста с говядиной, большой зеленый салат, лимонад шиповник-мята.
- Комбо спортсмена с 12:00 до 22:00
- График работы с 08:00 до 22:00
- Адлер, Фигурная ул, 66/2
- К услугам гостей: веранда, dogs-friendly

Surf Coffee

- Спецпредложение — комбо (каша + напиток 0,3 + банан) за 489 рублей. Каша рисовая с кешью, яблоко, с сублимированными ягодами. Напиток на выбор: капучино, латте, американо, лет уайт или чай фирменный.
- Действует с 08:00 в кофейне на ЭКСПО, а также в кофейнях Сириуса и Адлера
- Сириус, Фигурная ул, 66/2
- Сириус Нижнеимеретинская ул, 173
- Адлер, Ленина ул, 15
- Адлер, Демократическая ул, 52
- Адлер, Бестужева ул, 1/1
- К услугам гостей: dogs-friendly



STØV! Away

КУХНЯ

| | |
|-----------------------|-----|
| КЕСАДИЛЬЯ С КУРИЦЕЙ | 300 |
| КЕСАДИЛЬЯ С ГОВЯДИНОЙ | 350 |
| ХОТ ДОГ / КУРИЦА | 350 |
| ХОТ ДОГ / ГОВЯДИНА | 400 |
| НАЧОС С СОУСОМ | 300 |

ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

| | |
|------------------------|-----|
| ЛИМОНАД В АССОРТИМЕНТЕ | 350 |
| МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА | 150 |

СЛАДКОЕ

| | |
|-----------------------|-----|
| МАФФИН | 150 |
| ТРУБОЧКИ СО СГУЩЕНКОЙ | 150 |
| ДОНАТ | 200 |

КОФЕ

| | |
|--------------------------------------|----------|
| ЭСПРЕССО | 150 |
| АМЕРИКАНО | 0,3 200 |
| ФИЛЬТР-КОФЕ | 250 |
| ЭСПРЕССО-ТОНИК | 350 |
| КАПУЧИНО | 0,25 300 |
| КАПУЧИНО НА АЛЬТЕРНАТИВНОМ МОЛОКЕ | 0,25 350 |
| ЧАЙ | 150 |



РЕКЛАМА
ERID:2VTZQXKJD7P
ООО "БИРМУД"

ЗАВЕДИ СВОИ ЭМОЦИИ

СОЧИ АВТОДРОМ



ГОНОЧНЫЕ ПРОГРАММЫ

АВТОМУЗЕЙ НИКА ПАНУЛИ

ЭКСКУРСИИ

КАРТИНГ

Для участников и гостей **IRONSTAR**
скидка* 10% на все услуги
СОЧИ АВТОДРОМА по промокоду

IRONSTAR

*Скидка действует в период с 2 по 10 октября 2023 г. при оплате в кассе и на сайте sochiautodrom.ru



IRONSTAR TEAM

| | |
|---------------------|--|
| ВЛАДИМИР ШЕЙКИН | Генеральный директор |
| СЕРГЕЙ МАКЕЕНКОВ | Заместитель генерального директора по взаимодействию с органами государственной власти |
| ДМИТРИЙ ОКИШЕВ | Спортивный директор |
| ВЕРА ОБНОСОВА | Консультант по маркетингу и продажам |
| МАРИЯ ЛОМАКИНА | Директор по маркетингу |
| КИРИЛЛ СУББОТИН | Директор по спонсорам и партнерам |
| ЛЕВ ГОРБАЧЕВ | Менеджер по продажам и развитию |
| ЕГОР КАРПЕНКО | Младший менеджер по продажам и развитию |
| ЕЛЕНА ЕРЕМИЧЕВА | Руководитель PR-направления |
| ЯНА КРЖИЖАНОВСКАЯ | Event-менеджер |
| ПОЛИНА СТЕПАНОВА | Менеджер по спонсорам и партнерам |
| АНТОНИНА ПЕТРОВСКАЯ | Руководитель зоны регистрации и награждения |
| ДМИТРИЙ ЮМИНОВ | Финансовый контролер |
| ЛЕОНИД ТЕРЯЕВ | Административный менеджер |
| АНАСТАСИЯ НЕЧАЕВА | Специалист по мерчандайзингу |
| ТАТЬЯНА БРУСОВА | Главный дизайнер |
| ИЛЬЯ ЗОРИН | Дизайнер |
| ЕЛИЗАВЕТА ВОЛЧКОВА | Менеджер обратной связи |
| ДМИТРИЙ КОЖЕВНИКОВ | Digital-менеджер |
| СВЕТЛАНА МАЛИНКИНА | SMM-менеджер |

ТИМЛИДЕРЫ ВСЕХ ЭТАПОВ СОРЕВНОВАНИЯ

| | |
|---|--|
| СЕРГЕЙ СЕМИН | Главный судья соревнования |
| ИРИНА САВОСТЬЯНОВА, ХАРЛАН ДАКЕЕВ | Служба безопасности |
| ЕЛЕНА САФАРОВА, МАРГАРИТА ДРАНИЧНИКОВА, АЛЕКСЕЙ ПЕТРОВ | Регистрация |
| ЛЕВ ГОРБАЧЕВ, ЕГОР КАРПЕНКО, ЕЛИЗАВЕТА ВОЛЧКОВА | Инфостойка IRONSTAR |
| ИЛЬЯ МАСЛОВ/ДМИТРИЙ ЮДИН, НИКОЛАЙ МУРЫЧЕВ | Камера хранения/Транзитная зона |
| ИГОРЬ ГОРОБЕЦ, НИКИТА БОЙЧЕНКО | Водный этап |
| ЮРИЙ ЕГОРОВ/АНТОН ОВЧИННИКОВ | Велосипедный этап/Беговой этап |
| ЭДИК ВОСКАНЯН, АЛЕНА СЕМЕНОВА | Зона финиша и восстановления |
| НАДЕЖДА МАНАКОВА, РОМАН СКОБКАРЕВ | Пункты питания |
| КАБАКОВ ФЕДОР/АНАСТАСИЯ ГУМЕН | Координатор волонтеров/Помощник координатора |
| АНАСТАСИЯ НЕЧАЕВА/ТАТЬЯНА СКОБЕЛЕВА | Оперативный штаб/Штаб волонтеров |
| АРИНА ДАНИЛОВА | Помощник спортивного директора |
| ЕКАТЕРИНА МИХАЙЛУСЕНКО, ИГОРЬ МОРДОВЕНКОВ | Show Team |
| АНАСТАСИЯ БЕРЕЗОВСКАЯ | Награждение |
| ДИЛЯРА БАЙБИКОВА, ВСЕВОЛОД СОЛОВЬЕВ, МАКСИМ ПАРХОМЕНКО, АЛЕКСЕЙ ПАТРИКИ | Ведущие соревнования |
| МАРИЯ ШОРЕЦ, АЛЕКСАНДР КУЗЬМИН | Ведущие прямой трансляции |
| EWAN JOHANSSON, DMC LION | DJ соревнования |

ПАРТНЕРЫ IRONSTAR SOCHI SIRIUS 2023





SWIM 
STAR

ДО ВСТРЕЧИ НА СТАРТЕ!

#SWIMSTARSOCHISIRIUS