

Положение

**О проведении Третьего Международного заплыва
на открытой воде X-WATERS KAZAKHSTAN 07-09 августа 2026**

1. Общая информация.

1.1. Исполнительный директор заплыва: Гордиенко Денис Геннадьевич.

1.2. Международный заплыв X-WATERS Kazakhstan проводится 07-09 августа 2026 года в Озере Боровое, п. Бурабай, Казахстан.

1.3. Дистанции и контрольное время прохождения (подробности на сайте x-waters.com):

- 500 м - 15 минут;
- 1 км - 30 минут;
- 4 км - 2 часа;
- 8 км - 4 часа;
- эстафета 3х500 м - 60 минут;
- X-KIDS 500 м - 15 минут.

1.4. Есть возможность зарегистрироваться и принять участие в нескольких дистанциях, допустимые сочетания: 1 км+ 4 км, 1 км + 8 км, эстафета + 4 км, эстафета + 8 км, 500 м + 4 км, 500 м + 8 км.

1.5. Максимальное количество Участников заплыва: 1195 человек. Организатор имеет право, но не обязан, увеличить или уменьшить количество Участников.

1.6. Награждению подлежат по 3 победителя в категориях «Мужчины» и «Женщины» в абсолютном зачёте на всех дистанциях. На дистанциях, где количество зарегистрированных Участников превышает 60 человек, вручаются дипломы в возрастных группах. Количество категорий для награждения может быть увеличено на усмотрение Организатора. В эстафете (если актуально в соответствии с п. 1.3.) награждению подлежат команды, занявшие первые 3 места в абсолютном зачете без деления на «Мужчины» или «Женщины» и возрастные группы.

1.7. Регистрация на заплыв производится на официальном сайте серии: x-waters.com.

1.8. Случаи, не рассмотренные в Положении, рассматриваются Оргкомитетом Организатора в текущем порядке.

2. Цели и задачи.

2.1. Популяризация здорового образа жизни и занятия плаванием.

2.2. Привлечение в регион туристов из числа любителей спорта.

2.3. Стимулирование роста спортивных достижений в заплывах на длинные дистанции.

3. Руководство.

3.1. Организатор заплыва: ИП «Limitless».

3.2. Руководство заплывом осуществляется Оргкомитетом Организатора (далее - Организатор).

4. Место и время проведения.

4.1. Расписание мероприятий заплыва публикуется на официальном сайте заплыва (п. 1.7.) одновременно с назначением времени старта.

4.2. Схема дистанции размещается на сайте заплыва (п. 1.7.).

4.3. Организатор имеет право изменить схемы дистанций и время старта, известив об этом Участников на сайте заплыва (п. 1.7.) и/или в официальном канале заплыва в Telegram. Решение об

изменении принимает Исполнительный директор заплыва, принимая во внимание погодные условия, температуру воды, а также распоряжений контрольных органов, служб обеспечения безопасности и прочих государственных органов.

5. Участники соревнований.

5.1. Возраст Участника для допуска к заплыву определяется по паспорту (или иному документу, удостоверяющему личность), на день проведения заплыва. Возрастное ограничение по дистанциям:

- 1 км, 4 км, эстафета 3х500 м - с 14 лет и старше;
- 500 м, 8 км - с 18 лет и старше;
- X-KIDS 500 м - с 7 до 17 лет.

5.2. Возрастная группа Участника для награждения определяется по количеству полных лет на 31 декабря года проведения заплыва. Данный пункт не отменяет требований п. 5.1.

5.3. Использование гидрокостюмов:

- при температуре воды выше 24 градусов - использование неопреновых гидрокостюмов запрещено на всех дистанциях;
- при температуре воды выше 18 градусов - использование гидрокостюмов разрешено на всех дистанциях;
- при температуре воды ниже 18 градусов - использование неопреновых гидрокостюмов обязательно, на дистанциях свыше 3 км использование полных неопреновых гидрокостюмов обязательно;
- при температуре воды ниже 16 градусов - использование неопреновых полных гидрокостюмов обязательно, возможны изменения дистанций вплоть до отмены;
- при температуре воды ниже 14 градусов - возможны изменения дистанций вплоть до отмены, использование неопреновых полных гидрокостюмов и неопреновых шлемов обязательно.

5.4. Количество Участников в эстафете (если актуально в соответствии с п. 1.3.) должно быть равным количеству этапов эстафеты.

6. Регистрация.

6.1. Регистрация производится онлайн на официальном сайте (п. 1.7.). После регистрации Участник получает письмо с подтверждением на указанную почту и слот на заплыв появляется в личном кабинете Участника на официальном сайте. В случае отсутствия письма на почте или слота в личном кабинете, необходимо связаться с Организатором по почте, указанной на официальном сайте заплыва.

6.2. При регистрации Участник обязан указывать персональные данные в соответствии с документом, удостоверяющим личность и дать согласие на обработку персональных данных.

6.3. Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму и оплатил регистрационный взнос - услугу по электронной регистрации в качестве Участника заплыва на выбранную дистанцию и присвоению слота в личном кабинете Участника заплыва на сайте.

6.4. Регистрационный взнос расходуется на организационные нужды. Размер взноса можно узнать на официальном сайте (п. 1.7.). Все финансовые вопросы регулируются договором-офертой, опубликованным на сайте.

6.5. Оплаченный регистрационный взнос не возвращается. Услуга считается оказанной с момента присвоения слота Участнику.

6.6. Регистрация Участника аннулируется, если Участником указаны ложные, неточные или неполные данные.

6.7. Вопросы передачи оплаченного участия другим лицам регулируются договором-офертой, размещенным на сайте.

6.8. Регистрируясь, Участник подтверждает своё согласие со всеми пунктами данного Положения и публичного договора-оферты.

7. Допуск к заплыву.

7.1. Для допуска к заплыву и получения стартового пакета Участникам необходимо предоставить:

- паспорт или иной документ, удостоверяющий личность (водительское удостоверение не является документом, удостоверяющим личность);
- заполненное и подписанное «Соглашение об отказе от претензий», в котором Участник снимает с Организатора ответственность за возможный ущерб жизни и здоровью, возникший в ходе заплыва (Приложение 1).

7.2. Для допуска к заплыву и получения стартового пакета на всех дистанциях X-KIDS (если актуально в соответствии с п. 1.3.), а также на дистанциях (в соответствии с п. 5.1.), где разрешено участие несовершеннолетних (лиц, не достигших 18-летнего возраста), Участникам необходимо предоставить:

- паспорт родителя или свидетельство о рождении ребенка;
- заполненное и подписанное «Соглашение об отказе от претензий», в котором Законный представитель Участника снимает с Организатора ответственность за возможный ущерб жизни и здоровью Участника, возникший в ходе заплыва (Приложение 1).

7.3. Стартовые пакеты выдаются только Участнику лично. Получение за других лиц и передача пакетов другим лицам запрещены. При выдаче стартового пакета, после проверки всех документов, Участнику на руку крепится браслет Участника. Снимать браслет до окончания соревнований запрещено. Отсутствие браслета у Участника на соревновании ведет к его дисквалификации.

7.4. Все Участники обязаны присутствовать на предстартовом брифинге. Точная информация о месте и времени проведения брифинга будет указана на сайте (п. 1.7.).

7.5. Все пункты данного раздела обязательны, невыполнение любого из них влечет отстранение Участника от заплыва без каких-либо возмещений денежных средств.

8. Стартовый пакет и чип.

8.1. На всех дистанциях производится замер времени.

8.2. В стартовый пакет входят:

- индивидуальная плавательная шапочка;
- информационные материалы.

8.3. Индивидуальный страховочный буй выдаётся вместе со стартовым пакетом или непосредственно на точке старта. Точная информация о получении индивидуального страховочного буя озвучивается

на предстартовом брифинге. На дистанциях свыше 9 км разрешено плыть со своим страховочным буйем оранжевого цвета без символики других плавательных стартов.

8.4. На старт заплыва допускаются Участники только с электронным чипом (при применении электронного хронометража), индивидуальным страховочным буйем (в надутом виде) и в плавательной шапочке, выданной Организатором. Чип и буй следует закрепить в соответствии с инструкциями Организатора. Неправильное закрепление чипа может сделать невозможным фиксацию индивидуального результата. По окончании заплыва чип и индивидуальный страховочный буй необходимо сдать Организатору.

9. Награждение.

9.1. Награждению подлежат Участники в соответствии с п. 1.6.

9.2. Возрастные группы (в соответствии с п. 1.6. награждение в возрастных группах производится на тех дистанциях, где количество зарегистрированных Участников превышает 60 человек):

Год рождения	Женщины	Мужчины	Возраст
2019-2018 г.р.	Ж8	М8	7-8 лет
2017-2016 г.р.	Ж10	М10	9-10 лет
2015-2013 г.р.	Ж13	М13	11-13 лет
2012-2011 г.р.	Ж15	М15	14-15 лет
2010-2009 г.р.	Ж17	М17	16-17 лет
1997-2008 г.р.	Ж18	М18	18-29 лет
1987-1996 г.р.	Ж30	М30	30-39 лет
1977-1986 г.р.	Ж40	М40	40-49 лет
1967-1976 г.р.	Ж50	М50	50-59 лет
1966 г.р. и старше	Ж60	М60	60 лет и старше

9.3. Всем финиширующим во временной лимит вручается медаль финишера.

9.4. Участники, занявшие призовое место в абсолютном зачете, не участвуют в награждении в возрастных группах. Награждение в возрастных группах происходит со сдвигом позиции на 1, 2 или 3 места, в зависимости от того, награждался ли кто-то из этой группы в абсолюте.

9.5. Победители в абсолютном зачете на всех дистанциях, кроме дистанции 4 км, определяются по принципу «гантайм» (первые три Участника, вышедшие из воды), победители в возрастных группах и на дистанциях 4 км определяются по принципу «чиптайм» (личное время чипа Участника).

10. Сход с дистанции.

10.1. В случае, если Участник решил прервать свое участие в заплыве, он должен проинформировать об этом Организатора и вернуть электронный чип и страховочный буй, это можно сделать в

стартовом городке или на точке старта. Точное расположение стартового городка и точки старта указаны на сайте (п. 1.7.).

10.2. Медицинский персонал, судьи и/или другие представители Организатора заплыва вправе снять Участника с дистанции в любой момент, если они сочтут это необходимым, в силу погодных и/или иных условий, препятствующих безопасному проведению данного заплыва.

10.3. Если на дистанции предусмотрено обязательное индивидуальное сопровождение и индивидуальный сопровождающий по любой причине не может продолжить прохождение дистанции, Участник подлежит снятию и дисквалификации, без возмещения регистрационного взноса за участие в заплыве.

11. Дисквалификация.

11.1. Организатор имеет право дисквалифицировать Участника, если у них есть обоснованные опасения за состояние его здоровья, если Участник не соблюдает правила заплыва и пункты данного Положения, мешает другим Участникам, иным образом препятствует проведению заплыва.

11.2. На всех дистанциях заплыва действует контрольное время (п. 1.3.). Участник может быть снят с заплыва в случае, если он не укладывается в отведенный лимит контрольного времени. Все участники, которые не уложились в отведенный лимит контрольного времени, получают дисквалификацию в финишных протоколах, очки для X-WATERS World Championship за данный заплыв не начисляются.

11.3. В случае если Участник не подчиняется требованию сопровождающих подняться на лодку, он дисквалифицируется, медаль финишера не вручается, всякая ответственность за его здоровье снимается с Организатора.

11.4. Участник снимается с заплыва, если не справляется с течением и оказывается ниже контрольных отметок (если они есть в п. 1.3.). Правила прохождения контрольных отметок Организатор объясняет на предстартовом брифинге.

11.5. Каждый Участник во время заплыва должен закрепить на поясе индивидуальный страховочный буй, предоставляемый Организатором. Участник, финиширующий со спущенным буюм, дисквалифицируется. Участник, финиширующий без буя дисквалифицируется и возмещает Организатору стоимость буя.

11.6. Применение специальных приспособлений, таких как ласты, лопатки, матрасы, перчатки с перепонками, трубки и т.п., за исключением индивидуальных спасательных буюв, гидрокостюмов, неопреновых перчаток, носков, шлемов, запрещено на всех дистанциях, кроме тех, где это разрешено и описано в п. 1.3.

11.7. Каждый Участник во время заплыва обязан надеть плавательную шапочку, выданную Организатором. Разрешено участие в плавательной шапочке TOP 100 X-WATERS World Championship, выданной Организатором. Участник, финиширующий в другой плавательной шапочке или без шапочки, может быть дисквалифицирован.

12. Обеспечение безопасности.

12.1. Общая ответственность за обеспечение безопасности проведения заплыва возлагается на Организатора.

12.2. В целях обеспечения безопасности Участников на воде организуется сопровождение катерами, лодками со спасательными группами и/или иными плавательными средствами.

12.3. Каждому Участнику на время прохождения заплыва выдается индивидуальный страховочный буй.

12.4. Медицинское обеспечение осуществляется бригадой или бригадами скорой медицинской помощи с необходимым оборудованием в соответствии с нормативно-правовыми актами, действующими на территории проведения заплыва.

12.5. Безопасность Участников заплыва и зрителей в месте проведения основных мероприятий заплыва на суше обеспечивает Организатор через найм частного охранного предприятия (ЧОП).

12.6. Организатор не несет ответственность за Участников, не выполняющих правила заплыва и инструкции Организатора.

13. Фото- и видеосъемка.

13.1. Организатор имеет право без каких-либо уведомлений, компенсации Участнику или ответственности производить фото- и видеofиксацию Участника во время заплыва, использовать фото-, аудио- и/или видеоматериалы с участием Участника заплыва в промо-, рекламных и прочих публикациях в полиграфии, на радио, телевидении, в Интернете и других источниках без ограничения сроков и мест использования данных материалов, а также право редактирования таких материалов и передачи их третьим лицам.

14. Персональные данные.

14.1. Совершение Участником заплыва действий по оплате стоимости регистрационного взноса автоматически означает полное и безоговорочное принятие (акцепт) Участником заплыва условий публичного договора-оферты, в том числе согласие на обработку своих персональных данных Организатором.

14.2. При заполнении регистрационной web-формы Участник заплыва предоставляет Организатору следующую информацию, являющуюся персональными данными Участника заплыва: фамилия, имя, отчество, пол, дата рождения, контактная информация (телефон, электронная почта, город), компания, клуб, телефон родственника, к которому можно обратиться в случае несчастного случая с Участником. При заполнении заявления об участии в заплыве, Участник предоставляет Организатору информацию о паспортных данных.

14.3. Под обработкой персональных данных понимается: сбор, систематизация, накопление, уточнение, обновление, изменение, использование, распространение, передача, в том числе трансграничная, обезличивание, блокирование, уничтожение, хранение, и любые другие действия (операции) с персональными данными. Обработка персональных данных Участника заплыва может осуществляться с помощью средств автоматизации и/или без использования средств автоматизации в соответствии с действующим законодательством на территории проведения заплыва.

14.4. Обработка персональных данных Участника заплыва осуществляется исключительно в целях исполнения условий настоящего публичного договора-оферты и Положения о заплыве, в том числе для регистрации Участника в заплыве, формирования стартовых и финишных протоколов, направления Участнику после заплыва e-mail сообщений и смс-уведомлений, содержащих информацию о заплыве и любую иную информацию, касающуюся Участника и самого заплыва.

14.5. Организатор принимает необходимые правовые, организационные и технические меры или обеспечивает их принятие для защиты персональных данных от неправомерного или случайного доступа к ним, уничтожения, изменения, блокирования, копирования, предоставления, распространения персональных данных, а также от иных неправомерных действий в отношении персональных данных, а также принимает на себя обязательство сохранения конфиденциальности персональных данных Участников заплыва. Организатор вправе привлекать для обработки персональных данных Участников заплыва субподрядчиков, а также вправе передавать персональные данные для обработки своим аффилированным лицам, обеспечивая при этом принятие такими субподрядчиками и аффилированными лицами соответствующих обязательств в части конфиденциальности персональных данных.

14.6. Датой выдачи согласия на обработку персональных данных Участника заплыва является совершение Участником заплыва действий по оплате стоимости регистрационного взноса. Согласие действует в течение 20 (двадцати) лет с момента передачи персональных данных.

14.7. Согласие на обработку персональных данных может быть отозвано Участником заплыва на основании письменного заявления в произвольной форме, адресованного Организатору и направленного ему по адресу: welcome@x-waters.com.

15. Протесты.

15.1. Претензии по результатам заплыва принимаются в течение дня заплыва и двух дней после заплыва.

15.2. В случае, если у Организатора имеются сомнения в обоснованности претензии, претензия разбирается после внесения залога 1000 рублей / 20 Евро. Залог возвращается в случае, если предположения, изложенные в претензии, подтверждаются.

15.3. Протоколы заплыва могут уточняться в течение трёх дней после заплыва, после этого считаются официальными и окончательными.

Настоящее Положение может быть изменено или прекращено Организаторами в одностороннем порядке без предварительного уведомления Участников и без выплаты какой-либо компенсации в связи с этим.

Настоящее Положение является официальным приглашением-вызовом для участия в заплыве.

СОГЛАШЕНИЕ ОБ ОТКАЗЕ ОТ ПРЕТЕНЗИЙ

Отказ от претензий/освобождение от ответственности для участников соревнований (18 лет и старше)

ФИО: _____

Адрес: _____

Мой номер телефона: _____ номер телефона доверенного лица _____

В связи с моим участием « » _____ г. в соревнованиях _____

я, нижеподписавшийся, подтверждаю, признаю и от своего имени соглашаюсь с нижеследующим:

1) Указанное мероприятие предполагает наличие существенных рисков получения травм. Несмотря на то, что соблюдение определённых правил, технических норм, использование специального оборудования и личная дисциплина могут снизить эти риски, опасность получения серьезных травм остаётся. Я подтверждаю, что моя физическая форма и подготовка соответствуют требованиям, предъявляемым к участникам данных соревнований. Я осознаю, что данные соревнования могут повлечь получение серьёзных травм.

2) Я сознательно и добровольно беру на себя ответственность за эти риски, как известные, так и неизвестные, в том числе риски, возникшие по причине халатности со стороны лиц, освобождённых от ответственности, или иных лиц, и принимаю на себя полную ответственность за мое участие в мероприятии.

3) Я добровольно соглашаюсь соблюдать все официально утверждённые и общепринятые требования, технические нормы и условия участия. Если во время моего присутствия или участия в мероприятии я обнаружу нестандартную существенную угрозу, я обязуюсь прекратить свое участие в таком мероприятии и незамедлительно довести информацию о такой угрозе до сведения должностного лица, находящегося в ближайшей доступности.

4) Я, от своего имени и имени своих наследников, правопреемников, личных представителей и ближайших родственников настоящим освобождаю от ответственности и судебного преследования организаторов мероприятия, их служащих, должностных лиц, агентов, и/или сотрудников, других участников, финансирующие организации, спонсоров, рекламодателей, в случае причинения любой травмы, нетрудоспособности, смерти, ущерба или повреждения, причиняемого лицу или имуществу, по причине халатности лиц, освобождённых от ответственности, или иной причине в полной мере, разрешённой законом.

5) Настоящим я даю согласие организаторам мероприятия на фотосъемку, запись моего голоса и выступлений, а также использование моих фотографий, силуэтных изображений и других материалов, предполагающих воспроизведение моего внешнего облика и голоса, для маркетинговых целей в рамках данных соревнований и соревнований, которые будут проводиться в последующие годы.

6) Я признаю, что может проводиться аудио-, видео-, кино- и/или фотосъемка моего выступления, и, давая согласие на фотосъемку и/или видеосъемку, я безвозмездно и бесплатно передаю права, перечисленные в п.5 выше, организаторам мероприятий.

С НАСТОЯЩИМ СОГЛАШЕНИЕМ ОБ ОТКАЗЕ ОТ ПРЕТЕНЗИЙ И ПРИНЯТИИ РИСКОВ ОЗНАКОМЛЕН. Я ПОЛНОСТЬЮ ПОНИМАЮ СМЫСЛ И ЗНАЧЕНИЕ ВСЕХ, ВЫШЕ УКАЗАННЫХ УСЛОВИЙ. Я ФИЗИЧЕСКИ ЗДОРОВ, ЗНАКОМ С ПОЛОЖЕНИЕМ. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СВОЮ ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ НЕСУ САМ. Я ПОДПИСЫВАЮ НАСТОЯЩИЙ ДОКУМЕНТ ДОБРОВОЛЬНО И БЕЗ КАКОГО-ЛИБО ПРИНУЖДЕНИЯ.

ФАМИЛИЯ _____ ПОДПИСЬ _____ ДАТА: _____

ШАҒЫМДАРДАН БАС ТАРТУ ТУРАЛЫ КЕЛІСІМ

Жарысқа қатысушылар үшін шағымдардан бас тарту/жауапкершіліктен босату (18 жас және одан жоғары)

Ата-анасының аты-жөні: _____

Баланың аты-жөні: _____

Мекен-жайы: _____

Менің телефон нөмірім: _____ жауапты адамның телефон нөмірі: _____

«_____» _____ ж өтетін _____ жарыстарына қатысуыма байланысты мен, төменде қол қоюшы, төменде көрсетілгендерді растаймын, мойындаймын және өз атымнан келісім беремін:

1. Аталған іс-шара жарақат алудың елеулі тәуекелдерінің болуын болжайды. Белгілі бір ережелерді, техникалық нормаларды сақтау, арнайы жабдықтарды пайдалану және жеке тәртіп осы тәуекелдерді төмендетуі мүмкін болғанымен, ауыр жарақат алу қаупі сақталады. Менің дене шынықтыру дайындығым осы жарыстарға қатысушыларға қойылатын талаптарға сәйкес келетінін растаймын. Бұл жарыстарда ауыр жарақат алатынымды түсінемін.

2. Мен осы белгілі және белгісіз тәуекелдер үшін, соның ішінде жауапкершіліктен босатылған адамдардың, басқа адамдардың әрекеттерінен туындаған тәуекелдер үшін жауапкершілікті саналы түрде және ерікті түрде өзіме аламын. Менің іс-шараға қатысқаным үшін толық жауапкершілікті өзіме қабылдаймын.

3. Мен барлық ресми бекітілген және жалпы қабылданған талаптарды, техникалық нормалар мен қатысу шарттарын сақтауға өз еркіммен келісемін. Егер мен іс-шараға қатысу кезінде стандартты емес елеулі қауіп-қатерді байқасам, өзімнің іс-шараға қатысуымды тоқтатуға және қауіп-қатер туралы ақпаратты жақын жердегі лауазымды адамның назарына дереу жеткізуге міндеттенемін.

4. Мен өз атымнан және өзімнің мұрагерлерімнің, құқық мирасқорларының, жеке өкілдерімнің және жақын туыстарымның атынан іс-шараны ұйымдастырушыларды, олардың қызметшілерін, лауазымды адамдарын, агенттерін және/немесе қызметкерлерін, басқа да қатысушыларды, қаржыландырушы ұйымдарды, демеушілерді, жарнама берушілерді, жауапкершіліктен босатылған адамдардың немқұрайлылығы себебінен немесе заңмен толық рұқсат етілген өзге де себеппен кез келген жарақат алу, еңбекке жарамсыздық, өлім адамға немесе мүлікке келтірілген зардап болған жағдайда жауапкершіліктен және сотпен қудалаудан босатамын.

5. Осымен мен іс-шараның ұйымдастырушыларына фотосуретке түсіруге, менің дауысым, сөйлеген сөздерімді жазуға, сондай-ақ келесі жылдары өткізілетін жарыстар шеңберінде маркетингтік мақсаттар үшін менің сыртқы келбетімді, дауысымды, менің фотосуреттерімді, силуеттік бейнелерімді және басқа да материалдарды пайдалануға келісім беремін.

6. Мен сөйлеген сөзімді аудио -, бейне -, кино - және/немесе фотоға түсіру жүргізілуі мүмкін екенін мойындаймын және фототүсірілімге және/немесе бейнетүсірілімге келісім бере отырып, жоғарыда 5-тармақта көрсетілген құқықтарды іс-шараларды ұйымдастырушыларға өтеусіз және тегін беремін.

ШАҒЫМДАРДАН БАС ТАРТУ ЖӘНЕ ТӘУЕКЕЛДЕРДІ ҚАБЫЛДАУ ТУРАЛЫ ОСЫ КЕЛІСІММЕН ТАНЫСТЫМ. МЕН ЖОҒАРЫДА КӨРСЕТІЛГЕН ТАЛАПТАРДЫҢ БАРЛЫҚ МАҒЫНАСЫ МЕН МАҢЫЗЫН ТОЛЫҚ ТҮСІНЕМІН. МЕНІҢ ДЕНІМ САУ, ШАРТТАРМЕН ТАНЫСТЫМ. МЕН ӨЗ ӨМІРІМ МЕН ДЕНСАУЛЫҒЫМ ҮШІН ЖАУАПТЫМЫН. МЕН ОСЫ ҚҰЖАТҚА ЕРІКТІ ТҮРДЕ ЖӘНЕ ЕШ МӘЖБҮРЛЕУСІЗ ҚОЛ ҚОЯМЫН.

Аты-жөні _____ колы _____ «_____» _____ 20 _____ ж