



КОМИТЕТ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ  
И СПОРТУ

510.run

# ЗАБЕГ #ПРОСТО\_БЕГ

ПОДДЕРЖИ СВОЙ РАЙОН

СТАРТ 1 МАЯ  
ФИНИШ 30 ИЮНЯ  
2022 ГОДА

ОНЛАЙН





По данным сервиса wordstat ежемесячно в Санкт-Петербурге более 1000 человек ищет информацию о том как начать бегать.

Все новоначальные бегуны разные по физиологическим характеристикам, возрасту, возможностям, выносливости и скорости.

Они бегают в ближайших парках, вокруг дворов и по набережным.

Они не занимаются с тренером, не состоят в клубах и командах и, иногда, не имеют для этого ресурсов.

У них нет профессиональной экипировки и обуви, но есть много вопросов и сомнений.

Многие приходят на S10.run и находят здесь сообщество, которому можно задавать вопросы, необходимую информацию. Для повышения интереса к бегу на S10 проводятся еженедельные бесплатные онлайн соревнования.

## Цели проекта

Мотивировать тех, кто вышел на первую пробежку к регулярному занятию бегом путем привлечения в проект авторитетных партнеров.

Сделать спортивные непрофессиональные соревнования доступными и интересными для как можно большего количества жителей Санкт-Петербурга.

Наглядно продемонстрировать, что государству и обществу важны все занимающиеся спортом люди, а не только профессиональные спортсмены и уже увлеченные бегом.

Повысить информированность "парковых бегунов" о государственных программах и мероприятиях в области занятия физической культурой и спорта.

Соревнование среди районов Санкт-Петербурга #Просто\_бег:

Каждый участник выбирает район, который хочет поддержать. Результаты всех его тренировок и соревнований пойдут в зачет команде, выбранного района.

Для участия необходимо зарегистрироваться на платформе S10.run.

Участники могут бегать в любом месте в любое время в рамках стартового окна.

За все время соревнования будут применяться разные формулы для забегов.

Платформа сама соберет данные с носимых устройств участника или из приложения Polar Flow.

Побеждают районы, участники которых заняли первые места рейтинга забега  
#ПРОСТО\_БЕГ



КОМИТЕТ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ  
И СПОРТУ

**S10.run**

# All runners matter

На S10 самый справедливый и  
инклюзивный рейтинг в мире

**РЕЙТИНГ ОПРЕДЕЛЯЕТ МЕСТО "ПО ЖИЗНИ ХОРОШЕГО БЕГУНА" .  
ОН УЧИТЫВАЕТ ПОЛ, ВОЗРАСТ, ПРОГРЕСС, АБСОЛЮТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ,  
ПРИЗОВЫЕ МЕСТА И РЕГУЛЯРНОСТЬ.**

**ПОБЕЖДАЮТ НЕ САМЫЕ БЫСТРЫЕ, А САМЫЕ РЕГУЛЯРНЫЕ УЧАСТНИКИ.**

Подробнее, как считается рейтинг написано тут: [https://s10.run/math\\_of\\_rating](https://s10.run/math_of_rating)



КОМИТЕТ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ  
И СПОРТУ

**S10.run**

# Мы рады, каждому новому бегуну!

"Бегающие люди выносливы, спокойны, мудры и креативны. Чем больше бегающих людей, тем мудрее, спокойнее, креативнее и выносливее страна. Людей нельзя заставить бегать. Их можно увлечь за собой."

(с) Юрий Строфилов - чемпион мира в марафонском беге в возрастной категории.

Готова ответить на все вопросы,

Валентина Смолова

тел.+7(921)930-01-97, e-mail: [smolova@s10.run](mailto:smolova@s10.run)

Директор по маркетингу и развитию проекта S10.run