



УПРАВЛЕНИЕ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

241050, г. Брянск, бульвар Гагарина, 28, офис 1

Тел./ факс: (8-4832) 74-02-77

E-mail: 743161@sportbryansk32.ru

7.02.2019 № 112

На _____ от _____

Руководителям государственных и
муниципальных учреждений
физической культуры и спорта
Брянской области

Уважаемые коллеги!

В целях исполнения паспорта приоритетного проекта «Формирование Здорового Образа Жизни» утверждённого Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 26 июля 2017 г. № 8), развития доступной массовой физической культуры, пропаганды здорового образа жизни и популяризации бесплатных уличных тренировок, многостороннего развития личности, превентивной борьбы с табакокурением, распитием спиртных напитков, употребления наркотических средств, профилактики совершения правонарушений и преступлений среди подрастающего поколения и молодёжи **1 марта 2019 года** стартует весенний запуск бесплатной массовой онлайн-образовательно-тренировочной программы **SOTKA (100-дневный воркаут)**.

100-дневный воркаут - это глобальная **БЕСПЛАТНАЯ** онлайн-образовательно-тренировочная программа, в рамках которой участники получают практические навыки и теоретические знания о процессе тренировок, о правильном питании, мотивации и социальной активности. Проект представляет собой симбиоз уличных тренировок, социальной активности и личностного роста.

Принять участие в проекте может любой желающий в возрасте от 8 до 75 лет.

Целью программы является - помочь большему количеству людей привести себя в отличную форму и сформировать прочный фундамент из базовых знаний в области тренировок, питания, саморазвития, фитнеса, воркаута и смежных тем.

Задачи программы:

1. Пропаганда здорового образа жизни;
2. Привлечение молодежи к занятиям физической культурой;

3. Превентивная борьба с употреблением наркотических, психотропных и алкогольных веществ в молодежной среде;

4. Подготовка к сдаче норм ГТО;

5. Развитие социальной активности среди участников проекта.

Управление физической культуры и спорта Брянской области просит оказать содействие во внедрении бесплатной массовой онлайн-образовательно-тренировочной программы SOTKA (100-дневный воркаут) среди населения разместив информацию о программе на сайтах учреждений физической культуры и спорта.

Проект абсолютно бесплатен и доступен для всех желающих на новом сайте SOTKA (100-дневный воркаут). Запись на программу открывается 14 февраля 2019 года по ссылке – <https://100.workout.su/>.

Образцы промо-материалов в электронной форме можно запросить у следующих лиц по контактными данным:

- Кучумов Антон Дмитриевич – anton@workout.su – +7 905 528 15 15
- Калдоркин Михаил Сергеевич – mikhael@workout.su – +7 985 194 51 28

Начальник управления



В.В. Корнеев

исп. Рудникова П.Л.
тел. 74-01-81