



МИНИСТЕРСТВО ЭНЕРГЕТИКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(МИНЭНЕРГО РОССИИ)

ул. Щепкина, д. 42, стр. 1, стр. 2,  
г. Москва, ГСП - 6, 107996  
Телефон (495) 631-98-58, факс (495) 631-83-64  
E-mail: minenergo@minenergo.gov.ru  
<http://www.minenergo.gov.ru>

15.07.2020 № СВ-59

На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

О достижении показателей,  
обозначенных Указом Президента РФ

Для достижения цели увеличения доли граждан, ведущих здоровый образ жизни, а также увеличения до 55 процентов доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, обозначенной в Указе Президента Российской Федерации № 204 от 7 мая 2018 года «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года», рабочей группой по координации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в топливно-энергетическом комплексе, совместно с ООО «Спорт-ТЭК», была разработана специализированная онлайн площадка – «Vmarafone», позволяющая организовать онлайн тренировки и соревнования по бегу (ходьбе), велоспорту и лыжным гонкам, проводить отраслевые и корпоративные спортивные мероприятия независимо от местонахождения участников, в том числе в условиях ограничений, связанных с пандемией COVID - 19.

По экспертной оценке, создание площадки позволит сотрудникам топливно-энергетического комплекса России и членам их семей стать вовлеченными в общепромышленное спортивно-оздоровительное движение, путем регулярных занятий наиболее доступными видами физической активности, независимо от опыта и уровня

Руководителям организаций  
(по списку)

подготовленности, с возможностью сравнения своих результатов и достижений как лично, так и командно (в составе организации).

В дальнейшем планируется добавление других видов физической активности, а также использование площадки, как спортивной социальной сети для коммуникации пользователей друг с другом.

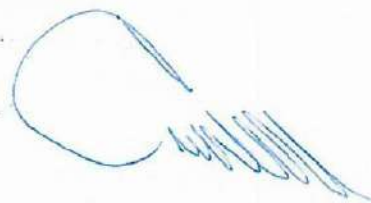
Минэнерго России планирует на регулярной основе проводить оценку достижения показателей, установленных Указом Президента и поощрять лучших на отраслевых мероприятиях.

Соревнования, приуроченные к 75-летию победы в Великой Отечественной войне и 100-летия со Дня утверждения плана ГОЭЛРО, пройдут в период с 1 сентября по 31 декабря 2020 года и будут проведены поэтапно: 1 сентября, 1 октября, 1 ноября, 1 декабря, с возможностью начала участия как лично, так и командно на любом из этапов. Положение по проведению онлайн тренировок и соревнований представлено в приложении.

Прошу Вас рассмотреть возможность участия в онлайн тренировках и соревнованиях, как в составе команды, так и индивидуально (сотрудников). Контакты для взаимодействия: Тиунов Андрей (куратор площадки) тел.: +7 (966) 028-85-40, Морозов Иван (прием заявок, допуск участников) тел.: +7 (925) 884-52-32, Смирнов Виталий (представитель Минэнерго России) тел.: + 7 (916) 558-59-58. E-mail: [info@sport-tek.ru](mailto:info@sport-tek.ru), [info@vmarafone.club](mailto:info@vmarafone.club).

Приложение: на 7 листов

Руководитель рабочей группы по  
координации физкультурно-оздоровительной  
и спортивно-массовой работы в  
топливно-энергетическом комплексе,  
помощник Министра



В.В. Смирнов

Утверждаю

Заместитель руководителя рабочей группы по координации  
физкультурно-оздоровительной и  
спортивно-массовой работы в топливно-энергетическом комплексе,



В. Ю. Кулик

Главный судья, руководитель проекта



А. В. Тиунов

«20» июля 2020 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ ПО ПРОВЕДЕНИЮ  
ОНЛАЙН ТРЕНИРОВОК И СОРЕВНОВАНИЙ ПО БЕГУ  
(ХОДЬБЕ), ВЕЛОСПОРТУ И ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ СРЕДИ  
ОРГАНИЗАЦИЙ (СОТРУДНИКОВ) ТЭК РОССИИ**

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СОРЕВНОВАНИЙ**

- 1.1 Популяризация и развитие физкультурно-массового движения в отрасли;
- 1.2 Привлечение работников отрасли к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- 1.3 Пропаганда здорового образа жизни;
- 1.4 Популяризация бега, ходьбы, велоспорта и лыжных гонок;
- 1.5 Повышение уровня физической культуры участников Сообщества.

## **2. РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАНИЯМИ**

- 2.1 Общее руководство подготовкой и проведением спортивно-оздоровительных мероприятий осуществляет ООО «Спорт-ТЭК» - далее Организатор.
- 2.2 Непосредственное руководство проведением спортивно-оздоровительных мероприятий, подсчёт результатов возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную Организатором. Главный судья – руководитель проекта Тиунов А.В.

## **3. УЧАСТНИКИ**

- 3.1 В проекте принимают участие организации ТЭК (штатные сотрудники), указанные в заявке, заполненной по форме Организатора, чья принадлежность к организации подтверждается копией трудовой книжки (по требованию), либо официальной справки на бланке компании, чей возраст на момент проведения спортивно-оздоровительных мероприятий составляет 18 лет и старше;
- 3.2 От одной организации разрешено включать в заявочный лист не более 100 (ста) человек (количество мужчин и женщин не регламентировано). Количество заявочных листов не регламентировано;
- 3.3 Форма заявки (Приложение №1 к Положению), заверенная печатью и подписью организации, предоставляется в электронном виде в период: с 15 августа 2020 года (вступить в сообщество можно в любой из дней проведения соревнований) электронной почтой на адреса: [info@vmarafone.club](mailto:info@vmarafone.club) и [info@sport-tek.ru](mailto:info@sport-tek.ru);
- 3.4 Все участники сообщества несут ответственность за свое здоровье самостоятельно.

## **4. СРОКИ, МЕСТО, УСЛОВИЯ И ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ**

- 4.1 Тренировки и соревнования заочные, место и время каждый из участников выбирает на свое усмотрение;
- 4.2 Тренировки и соревнования проходят с использованием платформы (сервиса) [www.vmarafone.club](http://www.vmarafone.club) (сайт работает в тестовом режиме, официальное открытие сайта – 15 августа 2020 года);
- 4.3 Тренировки и соревнования пройдут в период с 1 сентября по 31 декабря 2020 года. Этапы старта: 1 сентября, 1 октября, 1 ноября, 1 декабря, с возможностью начала участия на любом из этапов в любой день, после прохождения регистрации (т.е. возможно начать участие в челлендже в любой из дней текущего месяца).
- 4.4 Для участия в проекте в качестве Атлета необходимо:
  - Установить на свой смартфон или смартчасы БЕСПЛАТНУЮ ВЕРСИЮ приложения STRAVA (IOS, Android);
  - авторизоваться в системе [www.vmarafone.club](http://www.vmarafone.club) с использованием аккаунта сервиса Strava, предоставляя тем самым сервису доступ к своей спортивной статистике. Авторизация считается законченной, после проверки официальной заявки участника и утверждения авторизации Администратором проекта (авторизация будет доступна с 15 августа 2020 года).
- 4.5 Для просмотра проекта в качестве Зрителя необходимо:
  - авторизоваться в системе [www.vmarafone.club](http://www.vmarafone.club) с использованием Яндекс.Паспорт или Google OAuth API (авторизация будет доступна с 15 августа 2020 года).

**ВНИМАНИЕ:** для фиксации результатов участников Сообщества во время тренировки, необходимо обязательное ношение смарт-часов или смартфона со включенной записью тренировочной активности в программе STRAVA.

## **5. ЗАПУСК ПРИЛОЖЕНИЯ STRAVA, ВИДЫ АКТИВНОСТЕЙ**

Для того, чтобы запустить тренировку в STRAVA, необходимо:

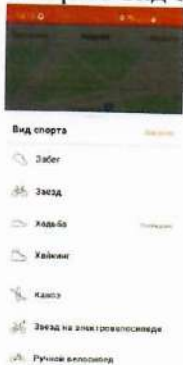
- 5.1 Войти в программу



5.2 Нажать кнопку «запись» и перейти в нижеследующее меню



5.3 Выбрать вид тренировочной активности\* и нажать кнопку «старт»



5.4 По окончании тренировки нажать кнопку «финиш» (запись тренировки произойдет автоматически)



\*В случае ошибочного выбора тренировочной активности, необходимо закончить и записать тренировку, после этого изменить тренировочную активность на необходимую.

## 6. ЧЕЛЛЕНДЖИ И СОРЕВНОВАНИЯ

6.1 Каждый месяц участникам сообщества предлагается возможность выбора челленджа (вид испытания). Выбор челленджа 3го уровня происходит автоматически.

6.2 Бег (выбрать активность «забег»)\*\*

Сентябрь:

- Челлендж 1-го уровня – пробежать за 1 тренировку не менее: 7 километров (женщины)

- 10 километров (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – пробежать за 3 тренировки не менее:  
21 километра (женщины)  
30 километров (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)

Сентябрь-октябрь:

- Бонусный челлендж – пробежать за 2 месяца не менее:
- 75 километров (женщины)
- 100 километров (мужчины)

Октябрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
8\*\*\* тренировок (женщины)  
8 тренировок (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – пробежать за 1 месяц не менее:  
42 километров за 5 тренировок (женщины)  
42 километров за 4 тренировки (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)

Ноябрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
8 тренировок (женщины)  
8 тренировок (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – пробежать за 1 тренировку не менее:  
10 километров (женщины)  
12 километров (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)

Декабрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
8 тренировок (женщины)  
8 тренировок (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – пробежать за 1 тренировку не менее:  
10 километров (женщины)  
12 километров (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)

### 6.3 Ходьба (выбрать активность «ходьба»)\*\*\*\*

Сентябрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6\*\*\* тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)

Сентябрь-ноябрь:

- Бонусный челлендж – пройти за 3 месяца не менее:
- 75 километров (женщины)
- 100 километров (мужчины)

Октябрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)

- 6 тренировок (мужчины)
  - Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)
- Ноябрь:
- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
  - Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)
- Декабрь:
- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
  - Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)
- 6.4 Велоспорт (выбрать активность «заезд»)
- Сентябрь:
- Челлендж 1-го уровня – провести за месяц не менее:  
6\*\*\* тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
  - Челлендж 2-го уровня – проехать за месяц не менее:  
75 километров (женщины)  
100 километров (мужчины)
  - Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)
- Октябрь:
- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
  - Челлендж 2-го уровня – проехать за 1 месяц не менее:  
75 километров (женщины)  
100 километров (мужчины)
  - Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)
- Ноябрь:
- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
  - Челлендж 2-го уровня – проехать за 1 месяц не менее:  
75 километров (женщины)  
100 километров (мужчины)
  - Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)
- Декабрь:
- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
  - Челлендж 2-го уровня – проехать за 1 месяц не менее:  
75 километров (женщины)  
100 километров (мужчины)
  - Соревновательный челлендж 3-го уровня:

Максимальное количество километров (мужчины)  
Максимальное количество километров (женщины)  
6.5 Лыжные гонки (беговые лыжи, лыжероллеры) (выбрать активность «лыжи»)

Сентябрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – проехать одну тренировку не менее:  
10 километров (женщины)  
15 километров (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)

Октябрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – проехать одну тренировку не менее:  
10 километров (женщины)  
15 километров (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (мужчины)  
Максимальное количество километров (женщины)

Ноябрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за 1 месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – проехать одну тренировку не менее:  
10 километров (женщины)  
15 километров (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (женщины)  
Максимальное количество километров (мужчины)

Декабрь:

- Челлендж 1-го уровня – провести за месяц не менее:  
6 тренировок (женщины)  
6 тренировок (мужчины)
- Челлендж 2-го уровня – проехать за месяц не менее:  
75 километров (женщины)  
100 километров (мужчины)
- Соревновательный челлендж 3-го уровня:  
Максимальное количество километров (мужчины)  
Максимальное количество километров (женщины)

\*\*Для попадания в зачет «Вызова» каждая беговая тренировка должна быть более 3 км со средним темпом выше 8 мин/км.

\*\*\*Время между тренировками не менее 30 минут

\*\*\*\*Для попадания в зачет «Вызова» каждая тренировка по ходьбе должна быть более 3км со средним темпом не выше 8 мин/км.

## 7. ПРИНЦИП ЧЕСТНОГО СОПЕРНИЧЕСТВА

7.1 Участие в проекте основано на принципе честного соперничества;

7.2 В случае возникновения подозрительных активностей на основании сигнала от системы платформы Umaphone.club, организатор оставляет за собой право запросить у участника доступ к GPS треку с подозрительной активностью. В ответ на данный запрос, участник обязан предоставить данный доступ.

7.3 Участники, которые будут уличены в умышленном изменении активности (пример: забег на заезд), будут дисквалифицированы, о чем будет сообщено кураторам команд.



## 8. СИСТЕМА МОТИВАЦИИ

- 8.1 Выполнение задания или победа в челлендже бонусируется виртуальными наградами, определенный набор которых гарантирует приз (соревновательные челленджи) или участие в розыгрыше тематических призов (челленджи 1-го и 2-го уровней);
- 8.2 Виды виртуальных наград:
- «Половина звезды» - награда за выполнение челленджей 1-го уровня;
  - «Звезда» - награда за выполнение челленджей 2-го уровня, дополнительная награда за попадание на подиум челленджа 3-го уровня;
  - «Кубок» - награда за выполнение челленджей 3-го уровня;
  - «Желтая майка лидера» - ежемесячная переходящая награда челленджей 3-го уровня;
- 8.3 В случае выбора и выполнения задания, участник получает виртуальную награду, соответствующую челленджу;
- 8.4 В случае выбора и невыполнения задания (челлендж 1го и 2го уровней), наградной фонд участника уменьшается на половину звезды (награду 1 уровня). Челлендж 3го уровня является соревновательным, выбирается автоматически. Участие в челлендже 3го уровня не несет за собой уменьшение наградного фонда участника.
- 8.5 В случае, если у участника отсутствуют награды\*\*\*\*\* и он не выполняет выбранное задание, то количество его наград остается неизменным – 0.
- 8.6 По итогам сезона Министерством энергетики будут учреждены специальные командные номинации. Компании-лауреаты будут отмечены памятными наградами.  
\*\*\*\*\* - награды 1 и 2 уровня

## 9. ВСТУПИТЕЛЬНЫЙ ВЗНОС

- 9.1 Финансирование проекта осуществляется за счет средств участвующих организаций. Вступительный взнос идет на оплату: обслуживания площадки «Vmarafone», судейства, приобретения кубков и призов, а также прочих услуг, связанных с организацией проекта.

## 10. ОСОБЫЕ СЛУЧАИ

- 10.1 Вопросы, не предусмотренные данным Положением, рассматриваются Организатором.

Приложение № 1  
к Положению

### ЗАЯВКА ДЛЯ УЧАСТИЯ В ОНЛАЙН ТРЕНИРОВКАХ И СОРЕВНОВАНИЯХ ПО БЕГУ (ХОДЬБЕ), ВЕЛОСПОРТУ И ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ СРЕДИ ОРГАНИЗАЦИЙ (СОТРУДНИКОВ) ТЭК РОССИИ

Название команды: \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИО участника (полностью)	Дата рождения	Должность
1			
....			
100			

№	ФИО (полностью)	Должность	e-mail	Контактный телефон
---	-----------------	-----------	--------	--------------------

1		Ответственный представитель		
---	--	--------------------------------	--	--

Состав команды утвержден руководством компании, в команде нет спортсменов, противоречащих п. 3.1 настоящего Положения.

Ответственный представитель: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / м.п.