



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Добровольный  
Физкультурный  
Союз



Федерация  
спортивного  
туризма  
России

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ

**СЕВЕРНАЯ**  
**ХОДЬБА** →  
НОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

**СПОРТ →**  
**НОРМА**  
**ЖИЗНИ**

ДЕМОГРАФИЯ  
НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ

Проект «Северная ходьба – новый образ жизни» реализуется при грантовой поддержке Минспорта России в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография».

ОАО «РЖЛ»  
№ВХ-175/ЦСР  
07.06.2021 на 1 л. прил. 9

# ИНИЦИАТОР

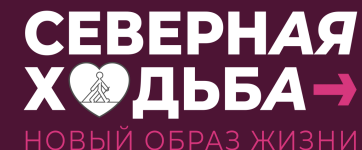


Добровольный  
Физкультурный  
Союз



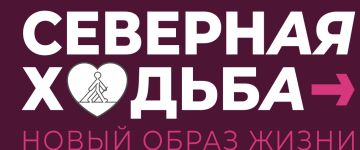
- Объединяет граждан и организации развивающих физическую культуру и массовый спорт на территории Российской Федерации.
- Председатель Президиума многократная чемпионка мира и Европы, призёр Олимпийских игр по фигурному катанию Ирина Слуцкая.
- Сайт: [www.dobrofiz.ru](http://www.dobrofiz.ru)

## ЦЕЛИ ПРОЕКТА



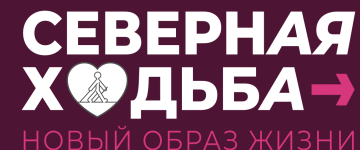
- ▶ Повышение доли работающих граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом.
- ▶ Выработка у работающего населения необходимых навыков и умений по ведению здорового образа жизни.
- ▶ Активизация спортивно-массовой работы с работающим населением, развитие и популяризация северной ходьбы в субъектах Российской Федерации.

## ЗАДАЧИ ПРОЕКТА 2021



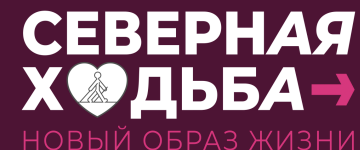
- ▶ Приобщить к систематическим занятиям физической культурой и массовым спортом, в частности к занятиям северной ходьбой, не менее 10000 сотрудников предприятий и организаций в возрасте 18-59 лет более чем из 43 субъектов РФ.
- ▶ Активизировать спортивно-массовую работу и создание клубов, секций, групп по северной ходьбе по месту работы и жительства граждан более чем в 43 субъектах РФ.
- ▶ Подготовить инструкторов по северной ходьбе для проведения тренировок в клубах, секциях, группах по месту работы и жительства граждан более чем в 43 субъектах РФ.

## ЭТАПЫ ПРОЕКТА 2021



- **Приём заявок от предприятий и организаций для участия в проекте до 1 июля 2021 года.**
- ✓ Открытые уроки для ознакомления сотрудников со спортивной дисциплиной «северная ходьба».
- ✓ Соревнования среди корпоративных команд и подготовительные тренировки.
- **Проведение ознакомительных открытых уроков с 1 июля 2021 года по 15 августа 2021 года.**
- **Проведение подготовительных тренировок с 1 августа 2021 года по 25 сентября 2021 года.**
- **Проведение соревнований по северной ходьбе среди команд предприятий и организаций 25-26 сентября 2021 года.**

# ГЕОГРАФИЯ ПРОЕКТА 2021



## Центральный федеральный округ

- Белгородская область
- Брянская область
- Владимирская область
- Воронежская область
- Калужская область
- Костромская область
- Липецкая область
- Московская область
- Орловская область
- Рязанская область
- Смоленская область
- Тульская область
- Москва

## Северо-Западный федеральный округ

- Вологодская область
- Ленинградская область
- Новгородская область
- Псковская область
- Санкт-Петербург

## Южный федеральный округ

- Волгоградская область
- Краснодарский край
- Республика Крым
- Ростовская область
- Севастополь

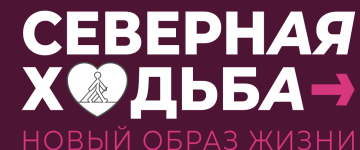
## Северо-Кавказский федеральный округ

- Ставропольский край

## Приволжский федеральный округ

- Кировская область
- Нижегородская область
- Пермский край
- Республика Башкортостан
- Республика Марий Эл
- Республика Татарстан
- Самарская область
- Саратовская область
- Удмуртская Республика

## ГЕОГРАФИЯ ПРОЕКТА 2021



### Уральский федеральный округ

Свердловская область

Тюменская область

Челябинская область

Ханты-Мансийский автономный округ — Югра

### Сибирский федеральный округ

- Алтайский край

- Иркутская область

- Красноярский край

- Новосибирская область

- Омская область

- Республика Алтай

- Томская область

### Дальневосточный федеральный округ

- Амурская область

- Приморский край

- Республика Бурятия

- Республика Саха (Якутия)

- Сахалинская область

- Хабаровский край

## ПРИЁМ ЗАЯВОК 2021

### Вас заинтересовало участие в проекте?

- Оставьте предварительную заявку на сайте <https://dobrofiz.ru/newlifestyle2021>
- В течение дня с Вами свяжется наш специалист, проконсультирует по всем вопросам участия в проекте и вышлет необходимые формы заявок.
- ✓ Подробные материалы, положение о соревнованиях, информация о том, как был реализован проект в 2020 году вы можете найти на сайте <https://dobrofiz.ru/newlifestyle2021>



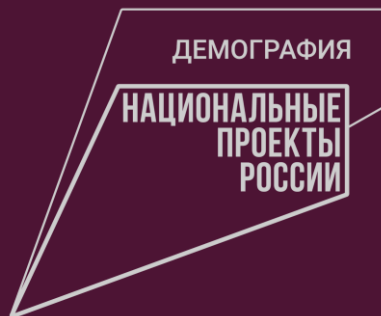


Добровольный  
Физкультурный  
Союз

8 (499) 3947302

E-MAIL: [INFO@DOBROFIZ.RU](mailto:INFO@DOBROFIZ.RU)

[WWW.DOBROFIZ.RU](http://WWW.DOBROFIZ.RU)



**СПОРТ →  
НОРМА  
ЖИЗНИ**

**СЕВЕРНАЯ  
ХОДЬБА →**  
НОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ