



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ  
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ**

Постникова ул., д.27, Оренбург, 460000  
телефон: (3532) 77-44-41;  
телефакс: (3532) 77-95-36  
e-mail: [minobr@mail.orb.ru](mailto:minobr@mail.orb.ru)

02.10.2020 № 21-23/8452  
На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Г О проекте SOTKA  
(100-дневный воркаут)

Руководителям муниципальных  
органов, осуществляющих  
управление в сфере образования

Руководителям организаций,  
подведомственных министерству  
образования

Уважаемые коллеги!

Направляем Вам информацию о проекте «Образовательно-тренировочная программа «100-дневный воркаут», победителе национальной премии «Гражданская инициатива» в номинации «Здоровье нации» в 2018 году, в целях оказания содействия в информационной поддержке.

Просим довести информацию до сведения заинтересованных лиц.

Приложение: на 1 л. в 1 экз.

Первый заместитель министра

Н.А. Гордеева

Воронина Ю.В.  
Чернова Н.Н.  
(3532) 342609

Информация о проекте  
«Образовательно-тренировочная программа «100-дневный воркаут»

С целью укрепления здоровья граждан, развития физической культуры и, в частности, воркаута реализуется онлайн-образовательно-тренировочная программа SOTKA (100-дневный воркаут), в ходе которой участники получают практические навыки и теоретические знания о процессе тренировок, правильном питании, мотивации и социальной активности.

Проект бесплатен и доступен для всех желающих по ссылке <https://100.workout.su/>. Участие в проекте индивидуальное.

Программа - победитель национальной премии «Гражданская инициатива» в номинации «Здоровье нации» в 2018 году. Мобильное приложение к программе «WorkOut: Фитнесс Городских Улиц» вошло в список лауреатов II степени на премию Губернатора Московской области «Наше Подмосковье» в 2015 году, проект «100-дневный для ANDROID» стал лауреатом I степени вышеназванной премии в 2018 году.

Организаторы просят оказать содействие в информационной поддержке программы и разместить новость о ней на официальных сайтах, страницах сообществ, групп в социальных сетях, СМИ, в структурных подразделениях, организациях, на информационных стендах, уличных спортивных площадках и др.

По всем вопросам можно обратиться к организаторам, а также получить у них образцы промо-материалов в электронной форме:

Кучумов Антон Дмитриевич, [anton@workout.su](mailto:anton@workout.su), +7 905 528 1515

Калдоркин Михаил Сергеевич, [mikhael@workout.su](mailto:mikhael@workout.su), +7985 194 5128