



УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор
Общероссийской молодёжной
общественной организации
«Ассоциация студенческих
спортивных клубов России»


О.С. Ломакина
«17» ноября 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении Всероссийского студенческого
спортивного онлайн-челленджа АССК России
«Зимний пульс России»

Москва, 2023 г.

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Всероссийский студенческий спортивный онлайн-челлендж «Зимний пульс России» (далее – Зимний пульс России, Турнир) проводится в целях привлечения студенческой молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом на свежем воздухе в зимний период.

1.2. Основными задачами проведения Турнира являются:

- популяризация бега, хайкинга, катания на велосипеде, катания на беговых и горных лыжах, сноуборде, коньках, как главных форм физической активности в осенне-зимний период для укрепления здоровья;

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок;

- формирование рейтинг-листов и определение победителей в личном и командном зачете.

II. ОРГАНИЗАТОР

2.1. Организатором Зимнего пульса России является Общероссийская молодежная общественная организация «Ассоциация студенческих спортивных клубов России» (далее – АССК России, Организатор).

III. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

3.1. Турнир проводится в период с 00:00 27 ноября 2023 г. до 23:59 10 декабря 2023 г. (время – московское).

3.2. Публикация итоговых результатов осуществляется Организатором 13 декабря 2023 г. на официальной странице АССК России в социальной сети ВКонтакте - <https://vk.com/asscrf>.

3.3. Обязательным условием учета результатов является фиксация активностей в мобильном приложении ADIDAS RUNNING или Relive и сохранение скриншотов активностей в личные папки на Яндекс.Диск <https://disk.yandex.ru>.

3.4. Место проведения Турнира: участники совершают физические активности в любое свободное время в пределах срока, указанного в п. III, в удобном месте, где возможна запись GPS-трека.

IV. УЧАСТНИКИ

4.1. В Турнире могут принять участие молодые люди (мужчины и женщины) в возрасте от 14 до 35 лет (включительно).

4.2. Общее число участников неограниченно.

4.3. Турнир проводится в следующих зачетах:

Личный - рейтинг Участников среди мужчин и женщин, набравших баллы по любым видам активностей за весь период проведения Турнира.

Командный - рейтинг студенческих спортивных клубов (далее - ССК)

по сумме баллов Участников команды. В зачет команды ССК принимаются только те Участники, которые выполнили все условия регистрация и требования настоящего Положения. Для участия в данной номинации необходимо выполнить минимальный показатель по количеству Участников от команды ССК - не менее 10 человек.

Итоги в данной номинации подводятся отдельно в двух подгруппах:

- Команды, представляющие образовательные организации высшего образования;
- Команды, представляющие профессиональные образовательные организации.

V. РЕГЛАМЕНТ

5.1. Турнир проводится в личном и командном зачетах среди мужчин и женщин по следующим видам физической активности:

- бег;
- хайкинг/ходьба;
- катание на велосипеде;
- катание на беговых лыжах;
- катание на горных лыжах или сноуборде;
- катание на коньках.

5.2. Участник имеет право принимать участие в одном или нескольких видах физической активности. Количество активностей в период проведения Турнира неограниченно. Начало и окончание периода Турнира определяются в соответствии с п. III настоящего Положения.

5.3. Турнир проводится в 2 тура:

1 тур – с 27 ноября по 3 декабря 2023 г.;

2 тур – с 3 по 10 декабря 2023 г.

Регистрация на Турнир открывается 20 ноября 2023 г. на Национальном портале студенческого спорта <https://rosstudsport.ru/meet/1297>.

5.4. По итогам каждого тура публикуются результаты рейтингов личных и командных зачетов среди участников на официальной странице АССК России в социальной сети ВКонтакте - <https://vk.com/asscrf>.

5.5. Обязательным условием учета результатов является фиксация активностей в мобильном приложении ADIDAS RUNNING или Relive и сохранение скриншотов активностей на личную папку на Яндекс.Диск <https://disk.yandex.ru>.

5.6. Требования по видам физической активности:

5.6.1. Требования к БЕГУ для принятия результатов в зачет:

- средний темп не более **9:00 мин/км**;
- дальность одной пробежки от (не менее) **3 км**;
- наличие GPS-трека (маршрута) – не принимаются активности, совершенные на беговых дорожках и в помещениях.

5.6.2. Требования к **ХАЙКИНГУ / ХОДЬБЕ** для принятия результатов в зачет:

- средний темп не более **12:50 мин/км**;
- набор высоты не менее **50 м**;
- дальность активности от (не менее) **3 км**;
- наличие GPS-трека (маршрута) - не принимаются активности, совершенные на беговых дорожках и в помещениях.

5.6.3. Требования к **КАТАНИЮ НА ВЕЛОСИПЕДЕ** для принятия результатов в зачет:

- средняя скорость не менее **12 км/ч**;
- дальность катания от (не менее) **3 км**;
- наличие GPS-трека (маршрута) – не принимаются катания на велосипеде, совершенные на велотренажерах).

5.6.4. Требования к **КАТАНИЮ НА БЕГОВЫХ ЛЫЖАХ** для принятия результатов в зачет:

- средний темп не более **10:00 мин/км**;
- дальность одной пробежки от (не менее) **2 км**;
- наличие GPS-трека (маршрута) – не принимаются заезды, совершенные в помещениях.

5.6.5. Требования к **КАТАНИЮ НА ГОРНЫХ ЛЫЖАХ ИЛИ СНОУБОРДЕ** для принятия результатов в зачет:

- дальность катания от (не менее) **1 км**;
- наличие GPS-трека (маршрута), подтверждающее выполнение активности на горнолыжном склоне

5.6.6. Требования к **КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ** для принятия результатов в зачет:

- дальность катания от (не менее) **400 метров**;
- наличие GPS-трека (маршрута), подтверждающее выполнение активности на катке.

5.7. Не принимаются в зачет физические активности:

- в которых Участник был добавлен к тренировке другого пользователя (тренировка не записана самостоятельно);
- в которых присутствуют признаки корректировок результатов, скриншотов или имитация физической активности;
- совершенные на беговых дорожках, велотренажерах и в помещениях (отсутствует GPS-трек);
- в которых Участник использовал транспортные средства;
- в которых тренировка была записана с перерывами (прерывистый GPS-трек).

5.8. В случае если участник зарегистрировался в Турнире после его начала,

в зачет принимаются физические активности, совершенные ранее в даты, соответствующие периоду проведения Турнира, зафиксированные в мобильном приложении ADIDAS RUNNING или Relive.

5.9. По итогам выполнения физических активностей Участники за **каждые сутки** получают рейтинговые очки (далее – РО). РО рассчитываются согласно Таблице №1.

Таблица №1

Физическая активность (ФА)	1 балл	3 балла	5 баллов	7 баллов	9 баллов	10 баллов
БЕГ (ФА1)	Баллы за «БЕГ» (ФА1) рассчитываются по системе 1 км – 1 балл, (т.е. 100 м – 0,1 балл)					
ХАЙКИНГ/ ХОДЬБА (ФА3)	3 – 5 км	5,1-7 км	7,1 – 10 км	10,1 – 15 км	15,1 км и более	–
КАТАНИЕ НА ВЕЛОСИПЕДЕ (ФА2)	3 – 5 км	5,1 – 7 км	7,1 – 10 км	10,1 – 15 км	15,1 – 20 км	20,1 км и более
КАТАНИЕ НА БЕГОВЫХ ЛЫЖАХ (ФА4)	–	2,1 – 3 км	3,1 – 5 км	5,1 – 7 км	7,1 – 10 км	10,1 км и более
КАТАНИЕ НА ГОРНЫХ ЛЫЖАХ ИЛИ СНОУБОРДЕ (ФА5)	1 – 2 км	2,1 – 3 км	3,1 – 5 км	5,1 – 7 км	7,1 – 10 км	10,1 км и более
КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ (ФА6)	0,4 – 1 км	1,1 – 2 км	2,1 – 3 км	3,1 – 4 км	4,1 км и более	–

Расчёт Рейтинговых очков (РО) Участника за одни сутки складывается следующим образом:

$$\text{Рейтинговые очки (РО) за сутки} = \text{Б ФА1} + \text{Б ФА2} + \text{Б ФА3} + \text{Б ФА4} + \text{Б ФА5} + \text{Б ФА6}$$

где РО за день-рейтинговые очки, Б ФА1 – баллы за бег (ФА1) + Б ФА2 – баллы за катание на велосипеде (ФА2), Б ФА6 – баллы за катание на коньках (ФА6) и т.д.

Расчёт Рейтинговых очков (РО) Участника за период Турнира складывается

следующим образом:

Рейтинговые очки (РО) за Турнир = РО за день 1 + РО за день 2 +.....+ РО за день 14,

где РО за Турнир (рейтинговые очки участника за Турнир), РО за день 1 – сумма баллов Участника за 1 день, РО за день 2 – сумма баллов Участника за 2 день, РО за день 14 – сумма баллов Участника за 14 день и т.д.

Рейтинговые очки в командном зачете формируются путем суммирования баллов каждого Участника ССК, согласно регистрации Участников.

5.10. В случае равенства очков у двух или более команд при подведении итогов командного зачета, места распределяются по дополнительным показателям в следующей последовательности:

- количество Участников команды;
- количество дней участия в Турнире всех Участников команды;

5.11. В случае равенства баллов у двух или более Участников при подведении итогов личного зачета, места распределяются по дополнительным показателям в следующей последовательности:

- количество дней участия в Турнире;
- количество видов активностей, в которых приняли участие;
- количество опубликованных постов в социальных сетях с информацией об участии в Турнире.

5.12. Дистанция в зачет Турнира (км) округляется до 1 знака после запятой, с округлением в меньшую сторону, то есть вторая цифра после запятой отбрасывается.

5.13. Участник Турнира обязуется самостоятельно отслеживать корректность предоставления данных через мобильные приложение, включая запись и точность трека, точность выполнения тренировки.

5.14. Участник Турнира обязуется самостоятельно отслеживать корректность сохранение скриншотов активностей на личную папку на Яндекс.Диск, указанную при регистрации.

5.15. Подсчет итоговых результатов начинается 11 декабря 2023 г. в 00:00 (время – московское). Все скриншоты активностей должны быть отправлены до указанной выше даты.

5.16. Ответственность за своевременное предоставление скриншотов физических активностей лежит на Участнике.

5.17. Организатор вправе признать недействительными и/или аннулировать действия Участника, в том числе аннулировать признание Участника Победителем, в случае если Организатором будет установлено, что Участником совершены или совершаются действия, направленные на фальсификацию результатов Турнира, в том

числе с помощью транспортных средств, специального оборудования, программ или другими недобросовестными способами, которые могут/могли повлиять на результаты Турнира. Участник может быть отстранен от Турнира за неэтичное поведение в Турнире или предоставление недостоверной информации о себе.

5.18. Для исключения Участника достаточно однократного нарушения вышеуказанных правил и ограничений, при этом Организатор вправе исключить Участника на любом этапе, в том числе, после подведения его итогов, в случаях выявления нарушения со стороны Участника вышеуказанных правил и ограничений.

5.19. Организатор также имеют право запросить историю стартов (протоколы стартов, где принимал участие Участник) для решения спорных ситуаций.

5.20. Протесты и претензии, влияющие на распределение призовых мест, принимаются в письменной форме посредством направления письма на электронную почту kiramuraveva@asskr.ru в срок до (не позднее) **16:00 12 декабря 2023 г.** (время – московское). Протесты и претензии, направленные позднее указанного срока, не рассматриваются.

VI. ПОРЯДОК ПОДАЧИ ЗАЯВОК И УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ

6.1. Для участия в Турнире необходимо зарегистрироваться на Национальном портале студенческого спорта <https://rosstudsport.ru> (далее – НПСС) и подать заявку на событие «Зимний пульс России 2023» <https://rosstudsport.ru/meet/1297>, где указать следующие данные:

- Ф.И.О.;
- пол;
- мобильный телефон;
- адрес электронной почты;
- ссылка на профиль в мобильном приложении ADIDAS RUNNING или ник пользователя в Relive (необходимо пройти регистрацию в приложении);
- ссылка на личную папку на Яндекс.Диск (необходимо открыть доступ по ссылке);
- ссылка на аккаунт в ВКонтакте.

6.2. В случае, если принимает участие в Турнире несовершеннолетний, заявку на участие обязуется заполнить его законный представитель. Если данное требование не будет исполнено, Организатор вправе не допустить участника к Турниру.

6.3. **Только после регистрации на событие «Зимний пульс России 2023»** спортсмен попадает в список Участников Турнира. На указанный e-mail приходит подтверждение регистрации.

Указанный состав персональных данных запрашивается также в целях заполнения и передачи в органы исполнительной власти, контролирующие органы, организации и иные уполномоченные организации требуемых форм отчетности.

6.4. Перед проведением физической активности необходимо включить мобильное приложение ADIDAS RUNNING или Relive и выбрать тип активности «бег», «хайкинг»/«ходьба», «велосипед», «беговые лыжи», «горные лыжи», «сноуборд», «катание на коньках»/«коньки».

6.5. После выполнения активности сделать скриншот из приложения ADIDAS RUNNING или Relive, где обязательно должны быть указаны:

- фамилия и имя пользователя (должно совпадать с фамилией и именем, указанным при регистрации);

- тип активности;

- дата и время;

- темп / средняя скорость;

- длительность, дистанция, набор высоты (для хайкинга);

- GPS-трек (маршрут).

Если все данные невозможно разместить на один скриншот, участник может отправить несколько скриншотов по одной активности. Если по активности нет всех необходимых данных, то активность не засчитывается.

6.6. Необходимо сохранить скриншоты активностей в личные папки на Яндекс.Диск указанные при регистрации.

Правила загрузки скриншота:

- создать папку на Яндекс.Диск;

- назвать папку в формате «ФИО. Зимний пульс России 2023»;

- загрузить скриншоты, включающие информацию, указанную в пункте 6.4.

6.7. Оценка скриншотов активностей производится судьями согласно условиям Турнира (пункт 5.9.), статистику набранных баллов Участники могут проверить по итогам каждого тура (пункт 5.3.) на официальной странице АССК России в социальной сети ВКонтакте - <https://vk.com/asscrf>.

6.8. Количество активностей в день неограниченно.

6.9. Участник может присоединиться к участию в Турнире в любой момент в период проведения Турнира. В зачет принимаются все активности, совершенные ранее в даты, соответствующие периоду проведения Турнира.

6.10. Информирование Участников о ходе проведения Турнира производится по электронной почте и в социальных сетях АССК России (ВКонтакте - vk.com/asscrf). Ответственность за корректность адреса электронной почты Участника и своевременное ознакомление с электронными письмами полностью возлагается на Участника.

VII. ПОЛУЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ БАЛЛОВ

7.1. За публикацию постов о совершенных активностях в личный аккаунт в социальной сети ВКонтакте начисляются **дополнительные баллы – по 1 баллу**

за 1 публикацию.

7.2. Требования к постам:

- в публикациях необходимо отметить аккаунт АССК России - vk.com/asscrf;
- указать официальный хэштег Турнира #ЗимнийпульсРоссии, и хештеги АССК России #АССК, #студенческийспорт.

- добавить любое фото с проведенной активности;

- добавить скриншот активности из мобильного приложения;

- открыть личный профиль ВКонтакте.

7.3. За одну активность можно получить не более 1 дополнительного балла за пост. Пост должен быть размещен в день совершения активности. Количество постов – не более 2 в сутки.

7.4. Загрузить скриншот публикации необходимо в личную папку на Яндекс.Диск, указанную при регистрации.

7.5. Оценка постов Участников производится судьями согласно условиям Турнира (пункт 7.2.), статистику набранных баллов Участники могут проверить по итогам каждого тура (пункт 5.3.) на официальной странице АССК России в социальной сети ВКонтакте – <https://vk.com/asscrf>.

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

8.1. Все участники Турнира, выполнившие требования настоящего Положения и набравшие минимум 3 балла, получают электронные сертификаты участников. Сертификаты направляются по электронной почте, указанной при регистрации.

8.2. Участники, занявшие призовые места (1-3 место) среди мужчин и среди женщин по итогам личного зачета, награждаются медалями, дипломами и кубками. Участники, занявшие места (4-10 место) среди мужчин и среди женщин по итогам личного зачета, награждаются дипломами.

8.3. Команды ССК среди образовательных организаций высшего образования, занявшие призовые места (1-3 место) по итогам Турнира в командном зачёте, награждаются кубками и дипломами.

8.4. Команды ССК среди профессиональных образовательных организаций, занявшие призовые места (1-3 место) по итогам Турнира в командном зачёте, награждаются кубками и дипломами.

IX. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ УЧАСТНИКОВ

9.1 Отправляя заявку на участие в Турнире, Участник или его законный представитель понимает и соглашается, что Организаторы не несут перед ними ответственности за возможные травмы, увечья, иные повреждения здоровья

или смерть Участника во время выполнения физических упражнений в рамках Турнира. Ответственность за возможный вред здоровью или смерть несет исключительно Участник или его законный представитель.

9.2 Участник обязуется предварительно проконсультироваться в амбулаторно-поликлиническом учреждении с врачом-терапевтом или врачом общей практики; с врачами-специалистами: травматолог-ортопед, хирург, невролог, оториноларинголог, офтальмолог, кардиолог и других врачей-специалистов в соответствии с медицинскими показаниями на предмет возможности участия в Турнире и наличия противопоказаний для участия.

9.3 По результатам медицинского осмотра (обследования) врачом-терапевтом (общей практики) амбулаторно-поликлинического учреждения Участник должен получить врачебное заключение, включающее оценку состояния здоровья на предмет возможности участия в Турнире.

9.4 На основании выданного заключения Участник самостоятельно и на свой страх и риск принимает решение об участии в Турнире.

9.5 Участники при совершении физических активностей должны строго соблюдать правила дорожного движения и выбирать безопасные маршруты.

9.6 Участникам настоятельно рекомендуется заблаговременно зарядить, сменить батарейки на необходимых для Турнира устройствах: телефон, фитнес-трекер или часы.

9.7 Участники должны быть полностью подготовлены к физическим активностям в погодных условиях и иметь соответствующую одежду.

Х. СОГЛАСИЕ НА ПОЛУЧЕНИЕ РЕКЛАМНОЙ И ИНФОРМАЦИОННОЙ РАССЫЛКИ И ОБРАБОТКУ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ

10.1. Регистрируясь на Турнир, Участник соглашается с тем, что его данные, оставленные в анкете, могут использоваться Организатором в порядке и целях, изложенных в Политике в отношении обработки персональных данных. Полный текст Политики расположен по адресу <http://ssca.ru/privacy/> .

10.2. Проставляя соответствующую отметку в чек-боксе при регистрации на Турнир, Участник, действуя свободно, своей волей и в своём интересе, а также подтверждая свою дееспособность, даёт согласие на получение рекламной и информационной рассылки с помощью коротких текстовых сообщений (SMS), e-mail рассылки.

10.3. Участник может отказаться от такой рассылки, сообщив об этом по электронной почте: info@asskr.ru .

XI. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФОТО- И ВИДЕОИЗОБРАЖЕНИЙ.

11.1. Организатор вправе осуществлять фото-видеосъемку Турнира. Участник дает согласие на использование своих изображений (фото и видео) в рекламных, информационных и иных материалах, размещаемых на наружных и внутренних стендах, в печатных изданиях, в сети Интернет без выплаты вознаграждения. Изображения могут быть получены в результате проведения Турнира, предоставлены самим участником, или полученных из общедоступных источников, соцсетей.

11.2. Участник предоставляет Организатору право обнародовать и в дальнейшем использовать его изображения полностью или фрагментарно: воспроизводить, распространять путем продажи или иного отчуждения оригиналов изображений (фото, видео) или их экземпляров, осуществлять публичный показ, импортировать оригиналы или экземпляры изображений в целях распространения, предоставлять оригиналы или экземпляры изображений, сообщать в эфир и по кабелю, перерабатывать, доводить до всеобщего сведения.

11.3. Изображения нельзя использовать способами, порочащими честь, достоинство и деловую репутацию Участника.

XII. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

12.1. Участник Турнира соглашается, что настоящее Положение может быть изменено Организаторами без какого-либо специального уведомления. Любые изменения вступают в силу с момента опубликования новой редакции на официальной странице АССК России в социальной сети «ВКонтакте» – <https://vk.com/asscrf>.

12.2. Организаторы, а также уполномоченные ими лица не несут ответственности за некорректность данных Участника Турнира; за технические сбои в сети Internet-провайдера, к которой подключен Участник Турнира; за действия/бездействие оператора сотовой и Internet-связи, к которой подключен Участник Турнира и прочих лиц, задействованных в процессе направления, передачи, поступления информации и совершении действий, необходимых для участия в Турнире; за неознакомление Участников с результатами проведения Турнира; по вине организаций связи или по иным, не зависящим от Организаторов причинам, а также за неисполнение (несвоевременное исполнение) Участниками обязанностей, предусмотренных настоящим Положением.

12.3. Все Участники Турнира самостоятельно оплачивают все расходы, понесенные ими в связи с участием в Турнире (в том числе, без ограничений, расходы, связанные с доступом в Интернет).

12.4. Организаторы не несут ответственности за нарушение Участником Турнира прав третьих лиц.

ХIII. КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Контактное лицо: Муравьёва Кира Олеговна, менеджер проектов АССК России, тел.: +7 (986) 625 44-36, эл.почта: kiramuraveva@asskr.ru.