

## ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ REPUBLIC COACH #ДРУГОЙТЫ

Описание: Республиканский проект длительностью 3 месяца для тренеров Казахстана и их Атлетов. Проект направлен на оздоровление с помощью систематической физической активности, сбалансированного питания под руководством тренера и достижение фитнес-результатов (сброс веса), а также на выявление талантливых тренеров по Казахстану. По окончании проекта по результатам Финального замера выявляется победитель среди Мужчин-атлетов и Женщин-атлетов, а также их тренеров. В рамках проекта фитнес-тренеры Казахстана получают узнаваемость Республиканского масштаба. В течение всего проекта Тренеры-участники будут делиться опытом, мотивацией и рекомендациями со всем Казахстаном.

\* Формат проекта: онлайн.

\* Участие в проекте: бесплатно.

Организатор: KRIDA Fitness Club (г. Алматы, ул. Наурызбай Батыра, д. 89)

### Регистрация:

1. Для участия в проекте Тренеру необходимо написать по номеру +7 701 306 55 62
2. Тренеру-участнику необходимо заполнить бланк Заявки (предоставляется после п. 1)
3. Атлету-участнику необходимо подписать Расписку (предоставляется после п. 1)
4. После завершения регистрации, тренеры будут добавлены в чат проекта.

### Правила участия:

5. Участие Атлета допустимо только под кураторством специалиста (далее – Тренера-участника).
6. Регистрация считается завершенной после получения организаторами всей информации по «Заявке» и «Расписке» (п. 2 и 3).

### Выявление победителей:

7. Победители проекта выявляются по итогам финальных результатов, вес в кг/балл.

### Подсчёты по проекту пример:

$2\text{й замер} * 100 \text{ балл} = ?$ $? / 1 \text{ замер} = ?$ $100 \text{ бал} - ? = ? \text{ его результат}$	Эта формула помогает оценить, насколько человек похудел относительно своего изначального веса.
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>Пример: Стартовый замер – 80 кг Финальный замер – 75 кг</p> <p>75 кг * 100 балл = 7500 7500 / 80 кг = 93,75 100 балл – 93,75 = 6,3 балл</p> <p>Итого 6,3 балл набрано за сброс веса.</p>	<p>1. Сначала вычисляем, сколько баллов имеет его итоговый результат (финальный замер).</p> <p>2. Затем сравниваем этот результат с изначальным весом (стартовый замер), чтобы понять, сколько он “проиграл” в баллах.</p> <p>3. Чем больше разница, тем выше набранные баллы за снижение веса.</p> <p>Итого, чем сильнее человек похудел, тем меньше его текущий вес в пересчёте на 100 баллов, а разница между 100 баллами и этим числом показывает прогресс.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

8. Победители определяется среди мужчин и женщин (независимо от возраста)

**Награждение Тренеров-участников:**

Тренер «Атлета-участника» награждается:

- бесплатным билетом на FitFest #ДругойТы 2025 (международная фитнес-конвенция, г/ Алматы)
- 1 бесплатное обучение в рамках FitFest #ДругойТы 2025 (по выбору самого тренера-победителя)
- призы от партнеров.

**Этапы проекта:**

Этап регистрации	20 января - 02 февраля (включительно)		
Старт проекта		3 февраля (добавление тренеров в чат, детальный разбор условий проекта)	
Финальные результаты			21 апреля - 27 апреля (включительно)