

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ЗАБЕГ

**ДОСТИГАЯ
ЦЕЛИ!**

В ЧЕСТЬ ДНЯ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНИКА

ПАМЯТКА

ДЛЯ УЧАСТНИКОВ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОГО
ЗАБЕГА «ДОСТИГАЯ ЦЕЛИ!»
В РАМКАХ ПРАЗДНОВАНИЯ
ДНЯ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНИКА

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР



ОАО «РЖД»

ЧТО ТАКОЕ ОНЛАЙН ЗАБЕГ



В рамках онлайн забега не предусмотрено проведение массового мероприятия, участники самостоятельно регистрируются на сайте <https://rzdrun.ru/> и самостоятельно преодолевают выбранную дистанцию в удобное время. В качестве подтверждения преодоления дистанции участники загружают тренировку, зафиксированную в любом из бесплатных трекеров.

Дата проведения онлайн забега
1 августа 2021 года.

Участвовать в забеге можно в любое время и в любом месте. Дистанция онлайн забега должна быть равна или превышать выбранную при регистрации дистанцию. Данные забегов с результатами на меньшую дистанцию приниматься не будут.

Дистанции онлайн забега на сайте rzdrun.ru:

забег **на 10 км** (участники от 14 лет и старше)

забег **на 5 км** (участники от 14 лет и старше)

забег **на 1520 м** (участники от 11 лет и старше)

забег **на 500 м** (дети от 6 до 10 лет)

Соревнуясь в индивидуальном забеге, каждый участник может принять участие в Командном турнире «Беговой кубок Линии жизни 2021» и выступить за свою команду. По итогам забега пройдут награждения как в личных, так и в командных зачётах.

Для участия в забеге необходима регистрация

КАК ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ НА ЗАБЕГ

Для бесплатной регистрации сотрудников ОАО «РЖД» и их семей была разработана система промокодов.

Электронная регистрация проходит на сайте www.rzdrun.ru

**до 18:00 часов
31 июля 2021 года.**

Для получения промокода необходимо написать письмо на почту onlinerzd@rzdrun.ru. Указать ФИО, наименование подразделения, дистанцию.

Заявки на промокоды принимаются до 30 июля 2021 года.

Каждый промокод действует только один раз и только на определенную дистанцию.

Для каждого участника нужен отдельный промокод.

КАК ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ НА ЗАБЕГ

1. Зайдите на сайт www.rzdrun.ru.
2. Перейдите по ссылке для регистрации личного кабинета и регистрации на забег. Заполните форму регистрации. Ваши контактные данные нужны для оказания персональных услуг. Пожалуйста, укажите корректный номер телефона и личную электронную почту (внешнюю, не корпоративную).
3. После заполнения формы вам будет предложено выбрать дистанцию.
4. Укажите размер футболки.
5. Следующий шаг — добровольное пожертвование. Все средства, вырученные от участия в забеге, передаются в Благотворительный фонд спасения тяжелобольных детей «Линия жизни».
6. Далее вы увидите сводную информацию о своей регистрации. Проверьте свои данные, дистанцию и размер футболки.
7. Не забудьте ввести промокод в специальное поле, чтобы обнулить стоимость!
8. Финальный пункт — оплата (в том случае, если вы решили сделать добровольное пожертвование).

После успешного прохождения регистрации вы получите письмо на указанную при регистрации электронную почту.

КАК ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ В КОМАНДНОМ ТУРНИРЕ

Соревнуясь в индивидуальном забеге, каждый участник может принять участие в Командном турнире «Беговой кубок Линии жизни 2021» и выступить за свою команду.

Минимальный состав команды — 10 человек. Участие более чем в одной команде не допускается.

Данные по командам будут автоматически привязаны к вашему промокоду. Для этого при оформлении заявки onlinerzd@rzdrun.ru необходимо указать название команды. Заявки принимаются до 30 июля 2021 года.

КАК ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬ РЕБЁНКА НА ДЕТСКИЙ ЗАБЕГ

Для бесплатной регистрации сотрудников ОАО «РЖД» и их семей была разработана система промокодов.

Электронная регистрация проходит на сайте

www.rzdrun.ru

до 18:00 часов

31 июля 2021 года.

Регистрация детей в возрасте от 6 до 10 лет на дистанцию **500 м** производится родителями.

Дети в возрасте от **11 до 17 лет** регистрируются на дистанцию **1520 м**, самостоятельно (*подробнее смотрите раздел «Как зарегистрироваться на забег»*).

Дети в возрасте от **14 до 17 лет** регистрируются на дистанцию **5 км** самостоятельно (*подробнее смотрите раздел «Как зарегистрироваться на забег»*).

Дети в возрасте от **14 до 17 лет** регистрируются на дистанцию **10 км** самостоятельно (*подробнее смотрите раздел «Как зарегистрироваться на забег»*).

Для получения промокода необходимо написать письмо на почту onlinerzd@rzdrun.ru. Указать ФИО, наименование подразделения, дистанцию. Заявки принимаются до 30 июля 2021 года.

Обратите внимание: каждый промокод действует только один раз и только на определенную дистанцию. Для каждого ребёнка нужен отдельный промокод.

КАК ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬ РЕБЁНКА НА ДЕТСКИЙ ЗАБЕГ

1. Зайдите на сайт www.rzdrun.ru
2. Перейдите по ссылке для регистрации на забег. Для регистрации ребенка Вам нужно быть авторизованным на сайте.
3. Выберите дистанцию и заполните форму регистрации в разделе «Зарегистрировать друга». Контактные данные нужны для оказания персональных услуг. Пожалуйста, укажите корректный номер телефона и личную электронную почту, ОТЛИЧАЮЩУЮСЯ от электронной почты, которую вы указали при своей регистрации (внешнюю, не корпоративную).
4. Укажите размер футболки.
5. Следующий шаг — добровольное пожертвование. Все средства, вырученные от участия в забеге, передаются в Благотворительный фонд спасения тяжелобольных детей «Линия жизни».
6. Далее вы увидите сводную информацию о своей регистрации. Проверьте данные ребенка, дистанцию и размер футболки.
7. Не забудьте ввести промокод в специальное поле, чтобы обнулить стоимость!
8. Финальный пункт — оплата (в том случае, если вы решили сделать добровольное пожертвование).

После успешного прохождения регистрации вы получите письмо на указанную при регистрации электронную почту.

КАК ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ В ЗАБЕГЕ

Принять участие в забеге можно 01.08.2021. Время и место вы определяете самостоятельно.

Дистанция онлайн забега должна быть равна дистанции, выбранной вами при регистрации. Допускается разница в длине дистанции +/- в 10%, но не более.

Перед участием в забеге необходимо скачать на свой смартфон любой бесплатный беговой трекер (Strava, Polar, Garmin, Suunto).

После установки трекер нужно привязать к личному кабинету, перейдя по ссылке:

<https://russiarunning.com/MyAccount/Training>

Свой результат необходимо зафиксировать с помощью приложения начало и завершение своего забега, нажатием соответствующих кнопок в мобильном приложении.

Результаты прохождения дистанции подгружаются в личный кабинет и в зачет Соревнования автоматически после преодоления дистанции. В случае, если забег не отражается в личном кабинете, следует нажать колесико обновления, находящееся в верху страницы в разделе «Тренировки» личного кабинета. После отображения забега в личном кабинете, он будет учтен в Соревновании.

После формирования итогового протокола вы получите смс со ссылкой на скачивание онлайн сертификата финишера.

НАГРАЖДЕНИЕ И ОКОНЧАНИЕ ЗАБЕГА

После загрузки результатов прохождения дистанции в личном кабинете и подведения итогов забега, каждый участник Соревнования, получит памятную медаль и футболку. Доставка медали и футболки осуществляется Почтой России, в отделение связи, соответствующее адресу, указанному при регистрации.

По итогам забегов на 500 м, 1520 м, 5 км и 10 км будут награждены спортсмены в абсолютном зачёте среди мужчин и женщин, а также призёры в нескольких возрастных категориях.

По итогам **Командного турнира «Беговой кубок Линии жизни 2021»**, будут награждены:

- Команда-победитель, набравшая наибольшее число баллов;
- Самая активная команда;
- Самая выносливая команда.