



Кому:

1. **Главе Республики Адыгея:**  
Кумпилову Мурату Каральбиевичу,
2. **Главе Республики Алтай:**  
Хорохордину Олегу Леонидовичу,
3. **Главе Республики Башкортостан:**  
Хабирову Радио Фаритовичу,
4. **Главе Республики Бурятия:** Цыденову  
Алексею Самбуевичу,
5. **Главе Республики Дагестан:**  
Васильеву Владимиру Абдуалиевичу,
6. **Главе Республики Ингушетия:**  
Калиматову Махмуд-Али Макшариповичу
7. **Главе Кабардино-Балкарской  
Республики:** Кокову Казбеку Валерьевичу,
8. **Главе Республики Калмыкия:**  
Хасикову Бату Сергеевичу
9. **Главе Карачаево-Черкесской  
Республики:** Темрезову Рашиду  
Бориспиевичу,
10. **Главе Республики Карелия:**  
Парфенчикову Артуру Олеговичу,
11. **Главе Республики Коми:** Гапликову  
Сергею Анатольевичу,
12. **Главе Республики Крым:** Аксёнову  
Сергею Валерьевичу,

13. **Главе Республики Марий Эл:**  
Евстифееву Александру Александровичу,
14. **Главе Республики Мордовия:**  
Волкову Владимиру Дмитриевичу,
15. **Главе Республики Якутия (Саха):**  
Николаеву Айсену Сергеевичу,
16. **Главе Республики Северная Осетия-Алания:** Битарову Вячеславу Зелимхановичу,
17. **Президенту Республики Татарстан:**  
Минниханову Рустаму Нургалиевичу,
18. **Главе Республики Тыва:** Кара-оолу Шолбану Валерьевичу,
19. **Главе Удмуртской Республики:**  
Бречалову Александру Владимировичу,
20. **Главе Республики Хакасия:**  
Коновалову Валентину Олеговичу,
21. **Главе Чеченской Республики:**  
Кадырову Рамзану Ахматовичу,
22. **Главе Чувашской Республики:**  
Игнатьеву Михаилу Васильевичу,
23. **Губернатору Алтайского края:**  
Томенко Виктору Петровичу,
24. **Губернатору Забайкальского края:**  
Осипову Александру Михайловичу,
25. **Губернатору Камчатского края:**  
Илюхину Владимиру Ивановичу,
26. **Главе администрации (губернатору) Краснодарского края:** Кондратьеву Вениамину Ивановичу,
27. **Губернатору Красноярского края:**  
Усс Александру Викторовичу,
28. **Губернатору Пермского края:**  
Решетникову Максиму Геннадьевичу,

29. **Губернатору Приморского края:**  
Кожемяко Олегу Николаевичу,
30. **Губернатору Ставропольского края:**  
Владимирову Владимиру Владимировичу,
31. **Губернатору Хабаровского края:**  
Фургалу Сергею Ивановичу,
32. **Губернатору Амурской области:**  
Орлову Василию Александровичу,
33. **Губернатору Архангельской области:**  
Орлову Игорю Анатольевичу,
34. **Губернатору Астраханской области:**  
Бабушкину Игорю Юрьевичу,
35. **Губернатор Белгородской области:**  
Савченко Евгению Степановичу,
36. **Губернатор Брянской области:**  
Богомаз Александру Васильевичу,
37. **Губернатору Владимирской области:**  
Сипягину Владимиру Владимировичу,
38. **Губернатору Волгоградской области:**  
Бочарову Андрею Ивановичу,
39. **Губернатору Вологодской области:**  
Кувшинникову Олегу Александровичу,
40. **Губернатору Воронежской области:**  
Гусеву Александру Викторовичу,
41. **Губернатору Ивановской области:**  
Воскресенскому Станиславу Сергеевичу,
42. **Губернатору Иркутской области:**  
Левченко Сергею Георгиевичу,
43. **Губернатору Калининградской области:** Алиханову Антону Андреевичу,
44. **Губернатору Калужской области:**  
Артамонову Анатолию Дмитриевичу,
45. **Губернатору Кемеровской области:**  
Цивилёву Сергею Евгеньевичу,



46. **Губернатору Кировской области:**  
Васильеву Игорю Владимировичу,
47. **Губернатору Костромской области:**  
Ситникову Сергею Константиновичу,
48. **Губернатору Курганской области:**  
Шумкову Вадиму Михайловичу,
49. **Губернатору Курской области:**  
Старовойт Роману Владимировичу,
50. **Губернатору Ленинградской области:**  
Дрозденко Александру Юрьевичу,
51. **Главе администрации Липецкой области:** Артамонову Игорю Георгиевичу,
52. **Губернатору Магаданской области:**  
Носову Сергею Константиновичу,
53. **Губернатору Мурманской области:**  
Чибису Андрею Владимировичу,
54. **Губернатору Нижегородской области:**  
Никитину Глебу Сергеевичу,
55. **Губернатору Новгородской области:**  
Никитину Андрею Сергеевичу,
56. **Губернатору Новосибирской области:**  
Травникову Андрею Александровичу,
57. **Губернатору Омской области:**  
Буркову Александру Леонидовичу,
58. **Губернатору Оренбургской области:**  
Паслеру Денису Владимировичу,
59. **Губернатору Орловской области:**  
Клычкову Андрею Евгеньевичу,
60. **Губернатору Пензенской области:**  
Белозерцеву Ивану Александровичу,
61. **Губернатору Псковской области:**  
Ведерникову Михаилу Юрьевичу,
62. **Губернатору Ростовской области:**  
Голубеву Василию Юрьевичу,



63. **Губернатору Рязанской области:**  
Любимову Николаю Викторовичу,
64. **Губернатору Самарской области:**  
Азарову Дмитрию Игоревичу,
65. **Губернатору Саратовской области:**  
Радаеву Валерию Васильевичу,
66. **Губернатору Сахалинской области:**  
Лимаренко Валерию Игоревичу,
67. **Губернатору Свердловской области:**  
Куйвашеву Евгению Владимировичу,
68. **Губернатору Смоленской области:**  
Островскому Алексею Владимировичу,
69. **Главе администрации Тамбовской области:** Никитину Александру Валерьевичу,
70. **Губернатору Тверской области:**  
Руденя Игорю Михайловичу,
71. **Губернатору Томской области:**  
Жвачкину Сергею Анатольевичу,
72. **Губернатору Тульской области:**  
Дюмину Алексею Геннадьевичу,
73. **Губернатору Тюменской области:**  
Моору Александру Викторовичу,
74. **Губернатору Ульяновской области:**  
Морозову Сергею Ивановичу,
75. **Губернатору Челябинской области:**  
Текслеру Алексею Леонидовичу,
76. **Губернатору Ярославской области:**  
Миронову Дмитрию Юрьевичу,
77. **Губернатору Санкт-Петербурга:**  
Беглову Александру Дмитриевичу,
78. **Губернатору Севастополя:** Развожаеву  
Михаилу Владимировичу,
79. **Губернатору Еврейской автономной области:** Левинталь Александру Борисовичу,

80. **Губернатору Ненецкого автономного округа:** Цыбульскому, Александру Витальевичу,
81. **Губернатору Ханты-Мансийского автономного округа – Югра:** Комаровой Наталье Владимировне,
82. **Губернатору Чукотского автономного округа:** Копину Роману Валентиновичу,
83. **Губернатору Ямало-Ненецкого автономного округа:** Артюхову Дмитрию Андреевичу.

**От гражданина:** Калдоркина Михаила Сергеевича

**Адрес:** 140304, РФ, Московская область, г.о. Егорьевск, 1 микр., д. 30, кв. 29.

**Тел.:** +7 (985) 194 51 28

**E-mail:** [mikhael@workout.su](mailto:mikhael@workout.su)

## **Обращение**

об информационной поддержке образовательно-тренировочной программы

Здравствуйтесь, уважаемые высшие должностные лица субъектов РФ!

23 сентября 2019 года стартует осенний запуск бесплатной массовой онлайн-программы (дистанционной) образовательно-тренировочной программы SOTKA (100-дневный воркаут).

SOTKA (100-дневный воркаут) - это глобальная БЕСПЛАТНАЯ онлайн-образовательно-тренировочная программа, в рамках которой участники получают практические навыки и теоретические знания о процессе тренировок, о правильном питании, мотивации и социальной активности.

Автором программы в целях более краткого, лаконичного и главное не двусмысленного толкования было принято решение о поэтапном переименовании программы с 100-дневный воркаут (100 day's workout) в «SOTKA» («SOTKA»).

В 2019 году организаторы программы запустили англоязычную версию приложения образовательной программы SOTKA (100-дневный воркаут). Так что теперь помимо российского AppStore она стала доступна ещё и в магазинах 30 других стран (включая Канаду,

**Великобританию, Германию, Францию, Италию и Испанию). Уже есть участники из США, Китая и Австралии.**

Помимо укрепления здоровья и физической силы, интеллектуального развития в сфере тренировок, питания, мотивации и здорового образа жизни, занимающиеся по данной программе получают возможность улучшить своё морально-нравственное, духовное состояние. Отдельные положения в программе говорят о рекомендуемом коллективном исполнении, что может способствовать объединению различных групп населения в сплочённые коллективы единомышленников.

Проект абсолютно бесплатен и доступен для всех желающих на сайте своём новом собственном сайте SOTKA (100-дневный воркаут), а запись на программу откроется **16 сентября 2019 года** по ссылке – <https://100.workout.su/>. **Массовый старт – 23 сентября 2019 года.**

Также программу можно проходить на мобильных устройствах (смартфон, планшет) на операционных системах iOS и ANDROID. «Сотку» на обеих операционных системах скачали и установили более 350 000 пользователей. Данные мобильные приложения идентичны программе на сайте, что по содержанию, что и по условию предоставления – абсолютно бесплатны, без встроенных покупок за базовый функционал и платы за скачивание и установку. **Другое мобильное приложение «WorkOut: Фитнес Городских Улиц», зарегистрированное в качестве проекта на премию Губернатора Московской области «Наше Подмосковье» вошло в список лауреатов II степени в 2015 году, а сама программа, как проект, стала лауреатом II степени премии в 2017 году. Проект «100-дневный для ANDROID» стал лауреатом I степени премии Губернатора Московской области «Наше Подмосковье» в 2018 году в категории «Объединение», номинация «Информационные и инновационные технологии».**

В 2018 году на национальной премии «Гражданская инициатива» организуемая Фондом Кудрина по поддержке гражданских инициатив программа победила в номинации «Здоровье нации» (проект «Образовательно-тренировочная программа «100-дневный воркаут»).

Михаил Сергеевич Калдоркин, является куратором программы по Российской Федерации, в общем, и в Московской области, в частности, а регулярно проводит сборы в г.о. Егорьевск юго-восточного Подмосковья. Совместно с другими Кураторами программы Подмосковья и самостоятельно мы будем организовывать и проводить еженедельные встречи участников программы SOTKA (100-дневный воркаут), и одновременно, открытые воркаут-тренировки на турниках и брусьях, бесплатно для всех желающих на специализированных воркаут-площадках или спортивных уличных тренировочных площадках региона. Подробности о предстоящих мероприятиях городов России и зарубежья можно узнать по ссылке <http://workout.su/trainings>.

На основании вышеизложенного,

## ПРОШУ:

1) Оказать содействие в информационной поддержке бесплатной массовой онлайн-образовательно-тренировочной программы SOTKA (100-дневный воркаут) на территории Вашего субъекта РФ, вплоть до уровня структурных подразделений, учреждений, предприятий, производств, компаний, организаций, подчинённых и подведомственных органам местного самоуправления (далее - ОМСУ) и их должностным лицам (далее – ДЛ);

2) Разместить **не позднее 23 сентября 2019 года, включительно** (т.к. запись на участие в массовом старте будет уже закрыта) новость о старте программы SOTKA (100-дневный воркаут):

- На официальных сайтах ОМСУ, органов государственной власти (далее – ОГВ) субъекта РФ и их ДЛ, а также им подчинённых и подведомственных структурных подразделений, учреждений, предприятий, производств, компаний, организаций;

- На досках объявлений, информационных стендах и аналогичных информационных конструкциях в зданиях, строениях, сооружениях, принадлежащих ОГВ субъекта РФ, ОМСУ и их ДЛ, а также им подчинённых и подведомственных структурным подразделениям, учреждениям, предприятиям, производствам, компаниям, организациям;

- На страницах аккаунтов, сообществ, групп ОГВ субъекта РФ, ОМСУ и их ДЛ, а также им подчинённых и подведомственных структурных подразделений, учреждений, предприятий, производств, компаний, организаций в социальных сетях;

- В структурных подразделениях, учреждениях, предприятиях, производствах, компаниях, организациях, подведомственных и подчинённых ОГВ субъекта РФ, ОМСУ и их ДЛ деятельность которых связана со сферой физической культуры и спорта, досуга, культуры и отдыха, обучения, общего и профессионального образования, здравоохранения и социальной политики, информационной и молодёжной политики;

- В СМИ, подчинённых и подведомственных ОМСУ, ОГВ субъекта РФ и их ДЛ, а также им подчинённых и подведомственных структурным подразделениям, учреждениям, предприятиям, производствам, компаниям, организациям. **Обращаем внимание, что мы не просим влиять на редакционную политику СМИ**, а просим проинформировать редакции СМИ о нашей программе в качестве новости. Редакция СМИ самостоятельно, в пределах своей компетенции решает вопрос публикации материала. Сообщить СМИ о программе важно, потому что в нашем, перегруженном информацией обществом, журналистам очень тяжело найти самостоятельно действительно стоящие вещи для публикаций.

- На информационных стендах и досках объявлений жилых домов, подъездов, населённых пунктов, муниципальных образований Вашего субъекта РФ;



- На воркаут-площадках и уличных спортивных площадках ОМСУ, ОГВ субъекта РФ и их ДЛ, а также им подчинённых и подведомственных структурных подразделений, учреждений, предприятий, производств, компаний, организаций.

### **ВНИМАНИЕ!**

Образцы промо-материалов в электронной форме Вам нужно запросить у следующих лиц по этим контактными данным (лучше сразу пишите тестовое письмо на электронную почту с запросом):

- Кучумов Антон Дмитриевич – [anton@workout.su](mailto:anton@workout.su) – +7 905 528 15 15
- Калдоркин Михаил Сергеевич – [mikhael@workout.su](mailto:mikhael@workout.su) – +7 985 194 51 28

**Убедительно просим Вас, не надо печатать обращение, снова сканировать его и размещать на ресурсах. Это эстетически негативно сказывается на восприятии информации о программе. Для размещения мы вышлем Вам специальные промо-материалы программы на весенний запуск.**

В ответ на тестовое письмо мы отправляем

- файл пресс-релиза о новом старте программы в формате .doc (.docx);
- афишу программы в формате .png (.jpeg);
- ссылку на промо-ролик программы (длительностью 30 секунд);
- примеры размещения постов в социальных сетях (ВКонтакте, Одноклассники, Фейсбук, Инстаграм);
- ссылку на специализированный сайт фотографий («фотосток») о «воркауте» (<https://photostock.workout.su/>), где Вы можете брать фотографии для использования в оформлении статей, публикаций, новостей о воркауте, не опасаясь нарушения авторских прав (все фотографии «чистые»);
- информацию о наличии Куратора в вашем городе/регионе.

3) Рекомендовать предприятиям, производствам, компаниям, организациям (учреждениям) общего и профессионального образования вашего региона запустить образовательно-тренировочную программу SOTKA (100-дневный воркаут) у себя на предприятии, производстве, компании, организации (учреждении) путём размещения новости о старте программы согласно запрошенному пресс-релизу.

4) В случае, если просьбы, изложенные в настоящем обращении, не входят в Вашу компетенцию, то просьба направить обращение на рассмотрение в другой (-ие) ОМСУ, ОГВ субъекта РФ и ДЛ соответствии с их компетенцией.

5) Рассмотреть данное обращение и дать по электронной почте, указанной в начале обращения, ответ в срок не позднее, чем предусмотрен Федеральный закон от 02.05.2006 N 59-ФЗ

(ред. от 03.11.2015) "О порядке рассмотрения обращений граждан Российской Федерации", по электронной почте указанный в преамбуле.

Если у Вас остались вопросы, то предлагаю созвониться или списаться либо со мной по контактными данным ([mikhael@workout.su](mailto:mikhael@workout.su), моб. тел.: +7 985 194 51 28), либо с координатором проекта WorkOut: фитнес городских улиц – Антоном Кучумовым, либо с Куратором программы в Вашем городе. За дополнительной информацией обращайтесь ко мне по почте или номеру мобильного телефона (Viber, WhatsApp, Telegram), либо Куратору программы в своём городе, либо непосредственно к координатору проекта WorkOut: фитнес городских улиц – Антону Кучумову ([anton@workout.su](mailto:anton@workout.su)). Тел.: 8 905 528 1515

«06» сентября 2019 г.

С уважением,  
Куратор программы  
по Российской Федерации  
Калдоркин Михаил Сергеевич

