



**Министерство
образования, науки и
молодежной политики
Нижегородской области**

ул. Ильинская, д. 18, г. Нижний Новгород, 603950
тел. 433-24-51, факс 434-11-90
e-mail: official@obr.kreml.nnov.ru
09.10.2020 Сл-316-541727/20

№ _____

на № _____ от _____

О реализации проекта SOTKA

**Руководителям органов,
осуществляющих управление
сфере образования и молодежной
политики муниципальных
районов, городских и
муниципальных округов**

**Руководителя образовательных
организаций высшего
образования**

**Руководителям
профессиональных
образовательных организаций**

Министерство образования, науки и молодежной политики Нижегородской области информирует о том, что осенью текущего года командой общественного движения "Street Workout" реализуется проект SOTKA (далее – Проект).

Проект представляет собой бесплатную образовательно-тренировочную программу онлайн, в рамках которой участники получают практические навыки и теоретические знания о процессе тренировок, о правильном питании, мотивации и социальной активности.

Дополнительная информация о Проекте размещена на сайте <https://100.workout.su>.

Просим рассмотреть возможность размещения информации о Проекте на официальных медиа ресурсах вашей организации.

Приложение: релиз проекта SOTKA на 1 л. в 1 экз.

Заместитель министра

Георгий Александрович Фролов
434-31-43

Подлинник электронного документа, подписанного ЭП,
хранится в системе электронного документооборота
Правительства Нижегородской области

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 399098F1C90D57236C65058097E1F61A2552A935
Кому выдан: Родионова Елена Леонидовна
Действителен: с 13.08.2020 до 13.11.2021

Е.Л.Родионова

ПРИЛОЖЕНИЕ

к письму министерства
образования, науки и молодежной
политики Нижегородской области
от _____ № _____

Релиз проекта SOTKA

ПРИШЛО ВРЕМЯ ИЗМЕНИТЬСЯ ОНЛАЙН!

SOTKA – это программа для тех, кто только начинает свои тренировки или возвращается к занятиям после долгого перерыва или травм. Главная цель программы - обучение и тренировка людей любого уровня подготовки. Мы собрали информацию из более чем 1000 источников, начиная со школьных учебников по биологии, химии и физике, и заканчивая самыми свежими публикациями в зарубежных научных журналах. Обработали, структурировали и представили в виде 100 дневного образовательного курса. Все, что нужно сделать Вам - применить эти знания.

Программа рассчитана ровно на 100 дней в течение которых вы каждый день будете получать небольшой блок полезной информации (видео + текст) и выполнять тренировочные комплексы из базовых упражнений. Особенностью программы является то, что заниматься по ней может любой человек вне зависимости от пола, возраста, уровня физической подготовки.

Пройти программу можно на официальном сайте – <http://100.workout.su> или через мобильное приложение SOTKA, которое доступно в AppStore и GooglePlay. Данные мобильные приложения идентичны программе на сайте, что по содержанию, что и по условию предоставления – условно бесплатны, без встроенных покупок за базовый функционал и платы за скачивание и установку.
