

ДОРОГИЕ ШКОЛЬНИКИ И ДОШКОЛЯТА!

## **Стартовал проект «Чемпион среди нас» по роуп скиппингу (прыжки на скакалке)**



Чтобы принять участие, необходимо под видеозапись сделать максимальное количество прыжков на скакалке за 30 секунд. Вам понадобится помощь друга, родителя, учителя или тренера для запуска и остановки секундомера, который должен находиться в кадре.

Видео необходимо прислать до 01 июля на сайт организаторов по адресу [skipping78@mail.ru](mailto:skipping78@mail.ru) (форматы видео mp4, avi, mov).

Видео подписывается следующим образом: ФИО, возрастная категория, название команды (обязательно только для школ и детских садов), название учреждения.

Спортсмен должен располагаться лицом к камере записывающего устройства в полный рост, ноги четко видны. В случае не читаемого видео или нечеткого просматривания ног спортсмена, организаторы вправе вернуть видео на доработку.

Участники соревнований могут публиковать свои фото и видеоматериалы в социальных сетях (ВКонтакте, Instagram и пр.) С ХЕШТЭГОМ #ЧЕМПИОНСРЕДИНАС.

Дополнение и разъяснения можно узнать по адресу  
<https://www.instagram.com/szhurova> или  
<https://vk.com/id229435670>

**ПОДПИШИСЬ И БУДЬ В КУРСЕ СОБЫТИЙ!**

## Я участвую САМ

- ✓ записать видео, соблюсти все требования по формату записи и картинке
- ✓ отправить на адрес организаторам [skipping78@mail.ru](mailto:skipping78@mail.ru) — видео подписывается следующим образом: ФИО, возрастная категория, название команды (по желанию), название учреждения
- ✓ в письме указать следующие сведения: ФИО, класс, школа (спортшкола, детский сад) №, населенный пункт, в котором она расположена, в теме письма указать индивидуальный, командный зачёт или индивидуальный +командный зачёт

В командном зачете могут принимать участие 2 человека: 1 школьник + 1 родитель (мама, папа, бабушка, дедушка или законный представитель).

## Я участвую от школы/ спортшколы/детского сада

- ✔ обратиться к учителю для подачи заявки
- ✔ записать видео, соблюсти все требования по формату записи и картинке
- ✔ передать видео в школу (спортшколу, детский сад) для отправки на адрес организаторам [skipping78@mail.ru](mailto:skipping78@mail.ru) или отправить самостоятельно до 01 июля

Видео подписывается следующим образом: ФИО, возрастная категория, название команды (обязательно только для школ, спортшкол и детских садов), название учреждения.

Если вы самостоятельно отправляете письмо, то не забудьте в письме указать следующие сведения: ФИО, класс, школа (спортшкола), детский сад, название учреждения, населенный пункт, в котором она расположена, в теме письма указать индивидуальный, командный зачёт или индивидуальный+командный зачёт.

В командном зачете могут принимать участие 2 человека: 1 школьник + 1 родитель (мама, папа, бабушка, дедушка или законный представитель).