

Drive Fitness: Битва клубов

Положение для участников проекта

***Мы не боремся с другими. Чтобы стать лучшими, мы соревнуемся с собой.
Прими участие в битве. Покажи, на что способен твой Драйв.***

Сайт проекта – battle.drivefitness.ru

1. Задачи проекта

- Популяризация здорового образа жизни;
- Активизация межклубной жизни сети фитнес-клубов Drive Fitness;
- Повышение мотивации к улучшению спортивных показателей среди тренирующихся;
- Улучшение стандартов сервиса и качества Сети.

2. Сроки проекта

- Анонсы и старт записи – 24 сентября 2018
- Окончание записи на проект - 10 октября
- Старт проекта – 15 октября 2018
- Финал проекта – 20 декабря 2018 (в Екатеринбурге)

Организаторы Проекта оставляют за собой право изменения сроков проведения проекта. В случае изменения сроков проведения проекта организаторы обязуются уведомить участников проекта в whats app – чате команды .

3. Города проведения, состав команд

- Екатеринбург
- Тюмень

От каждого клуба выдвигается одна команда-участница. Минимальное количество участников: 15 человек (5 сотрудников, 10 клиентов). В каждой команде выбирается капитан (из клиентов), куратор (из сотрудников).

4. Для участия в «Битве клубов» клиенту необходимо:

- Иметь клубную карту, действительную на протяжении Проекта;

- Оплатить участие в размере 3000 рублей на рецепции своего клуба с 24 сентября по 10 октября, для обладателей карты «Сеть» - на рецепции клуба, в команде которого планируется участие. В стоимость участия в Проекте входит: предоставление элементов брендинга команд (футболка, агитационные материалы), доступ к бонусной и скидочной программе Проекта, участие во всех мероприятиях и съемках Проекта, предложенных в Приложении 1, участие в финале Проекта. После 15.10 услуга по участию в проекте «Битва клубов» считается оказанной.

- Подписать согласие на обработку персональных данных (на рецепции своего клуба) после оплаты участия и согласие на использование изображений

К участию в проекте допускаются только лица, достигшие 18-летнего возраста.

5. Балльная система

В проекте побеждает команда, доказавшая свое преимущество по результатам трёх испытаний:

- целеустремленность: достижение личных фитнес-целей участниками команды
- сплоченность: прохождение командных испытаний
- активность: результаты зрительского голосования

Победителем становится команда, набравшая наибольшее количество баллов по сумме всех поинтов. Максимально за Проект команда может набрать 1000 баллов.

Балльная система на проекте формируется из трех составляющих

- *Личный зачет – 450 баллов.*

Критерий - достижение собственных фитнес-целей участниками команды. Каждый участник команды выбирает одну из предложенных Организаторами фитнес-целей (п.6.1. Положения) и стремится к ее достижению. Графики первичных и финальных замеров предоставляются кураторам команд до 10.10.2018 г. Баллы присваиваются в финале проекта (максимальное количество на 1 участника – 30 баллов).

- *Прохождение командных испытаний – 350 баллов*

Критерий – победа в командных испытаниях (п.6.2). На протяжении проекта команда участвует в 2 поинтах: 1) один из которых – баттл, выпавший команде по результатам жеребьевки 2) сервис-день, в котором клуб должен доказать свое преимущество.

Баллы присваиваются сразу после прохождения командой поинта. Максимум - 200 баллов за победу в баттле (в случае поражения - 0 баллов), 150 баллов - сервис-день (итоговое количество баллов формируется по чек-листам)

- *Голосование на лэндинге (battle.drivefitness.ru)- 200 баллов*

Критерий – голосование зрительского жюри. 200 баллов получает команда, набравшая по итогам голосования наибольшее количество голосов. Формула расчета:

$200 \text{ баллов} \times (\text{количество голосов команды-участника} / \text{максимальное количество голосов} \times 100\%)$

Накопительные результаты голосования скрыты и будут оглашены на финале проекта. Еженедельно собирается статистика голосования, по результатам недели лучшему клубу предоставляются дополнительные БОНУСЫ:

- 1 персональная/ групповая тренировка для всех участников команды
- 1 раз за проект команда, которая выиграла по результатам еженедельного голосования получает СУПЕРПРИЗ- поход в ресторан на команду

Каждая команда разрабатывает свое название, видеовизитку, уникальный хэштег и может активно продвигаться в соцсетях. Для дополнительного продвижения своих команд каждый клуб получит плакаты и другие макеты и материалы для агитации.

6. Испытания проекта

6.1 Личный зачет

Каждый участник команды выбирает одну из предложенных фитнес-целей и стремится к ее достижению. Графики первичных и финальных замеров для записи участников предоставляются кураторами команд:

- Первичные замеры: 10.10
- Финальные замеры: 09.12

Участники определяют собственные фитнес-цели и предоставляют информацию кураторам до 12.10. Установление показателей к финальным замерам формируется после первичных замеров, не позднее 16.10. Данные передаются куратору команды.

Запись на первичные замеры (записывают кураторы) производится участниками в период с 10.10 по 14.10 (включительно).

Запись на финальные замеры (записывают кураторы) производится в период с 09.12 по 12.12 включительно.

Фитнес-цели:

- Снижение веса

Цель: Максимальное уменьшение веса.

После первичных замеров участники, выбравшие цель «потеря веса», вместе с куратором команды устанавливают целевой показатель - % потери веса относительно собственной массы тела участника. Разница высчитывается в относительной системе (процентное соотношение между исходным и полученным весом). Количество %= сумме баллов

Например: Участник за время проекта похудел с 85 до 70 килограммов. В абсолютной величине он потерял 15 кг. А потери относительно его собственной массы тела составили $100 - (70 \cdot 100) / 85 = 18\%$. Участник за время проекта похудел на 18% от своей собственной массы тела.

Целевой показатель должен удовлетворять условиям:

- Безопасность для здоровья
- Амбициозность

Финальное количество баллов подсчитывается по следующей формуле:
 $30 \text{ баллов} \cdot (\text{итоговый процент потери} / \text{желаемый процент потери} \cdot 100\%)$

- Набор мышечной массы

Цель: Набор массы.

После первичных замеров участники, выбравшие цель «набор массы», вместе с куратором команды устанавливают целевой показатель - % набранной массы относительно первичной массы тела участника. Разница высчитывается в относительной системе (процентное соотношение между исходным и полученным весом). Количество % = сумме баллов

Например: Участник за время проекта набрал с 85 до 70 килограммов. В абсолютной величине он набрал 15 кг. А увеличение относительно его собственной массы тела составило $100 - (70 \cdot 100) / 85 = 18\%$. Участник за время проекта набрал 18% от своей собственной массы тела.

Целевой показатель должен удовлетворять условиям:

- Безопасность для здоровья
- Амбициозность

Финальное количество баллов подсчитывается по следующей формуле:
 $30 \text{ баллов} \cdot (\text{итоговый процент набора} / \text{желаемый процент набора} \cdot 100\%)$

- Увеличение силовых показателей

Проводится в двух дисциплинах:

1. народный жим (вес штанги = $\frac{1}{2}$ веса участника) (мужчины)
2. приседания (вес штанги = $\frac{1}{2}$ веса участницы) (женщины)

После первичных замеров количества повторений участники, выбравшие цель «увеличение силовых показателей», вместе с куратором команды устанавливают целевой показатель – количество повторений.

Финальное количество баллов подсчитывается по следующей формуле:
 $30 \text{ баллов} \cdot (\text{итоговая разница между финальным и первичным результатом} / \text{желаемая разница между финальным и первичным результатом} \cdot 100\%)$

Минимальное количество повторений при первичных замерах - не менее 10 раз. Разрыв в количестве повторений на первичных и финальных замерах должен составлять не менее 50%.

- Выносливость

Выполнение функционального комплекса на время. Цель – улучшить результат прохождения комплекса (сокращение времени)

Содержание комплекса

3 круга:

- 1) 21 махи гирей (жен.16кг, муж.24кг)
- 2) 15 перешагивания с гантелями через короб (жен.5кг.,50см., муж.10кг.,65см)
- 3) 9 бурпи

После первичных замеров времени прохождения комплекса участники, выбравшие цель «выносливость», вместе с куратором команды устанавливают целевой показатель.

Финальное количество баллов подсчитывается по следующей формуле:

$30 \text{ баллов} * (\text{итоговая разница между финальным и первичным результатом} / \text{желаемая разница между финальным и первичным результатом} * 100\%)$

6.2 Командный зачет

Команды проходят испытания (поинты), соревнуясь друг с другом.

Поинты:

- **Жеребьевка.** На жеребьевку приходят капитан и куратор каждой команды. Ведущий проводит фитнес-аукцион, цель которого – распределить предложенные испытания между командами. Начиная с первого места за каждый лот назначается определенная цена (количество отжиманий и т.п.). Команды, начиная с первого места, крутят спец. колесо, на котором обозначены баттлы, и выбирают клуб-соперника.

- **Баттлы** (8 для Екатеринбурга, 3 для Тюмени). Каждый клуб предоставляет своим командам лучшие возможности для подготовки к баттлам, а также для достижения фитнес-целей: тренировки, мастер-классы.

1) Танцевальный баттл

Соревнования в 3 этапах: домашнее задание (подготовленный номер), командная импровизация, индивидуальный баттл-импровизация.

Оценка производится жюри по следующим параметрам:

- «Станцованность» команды (синхронность исполнения);
- Линии;
- Музыкальность;
- Представление;
- Стиль и имидж команды

2) Триатлон

Соревнования в 3 дисциплинах: гребля 1 км, сайкл 2 км, бег 3 км. Участвуют все участники команды. Последовательно друг за другом участники включаются в борьбу. В зачет идет общее время, за которое все участники прошли дистанцию.

3) Троеборье

В зачет идет общий тоннаж, поднятый участниками команды за установленное время. Участники делят между собой три упражнения и выполняют его на максимальное количество повторений либо на максимальный вес на выбор.

4) Эстафета

Командам необходимо пройти дистанцию за максимально короткое время.

5) Полоса препятствий

Командам необходимо пройти дистанцию за максимально короткое время.

6) Фитнес рэп-баттл

5 раундов по 2 минуты+ перерывы между раундами по 30 секунд.

Каждая команда заранее готовит материал.

В то время, как заранее назначенные участники команды читают рэп, остальные выполняют упражнения, показанные инструкторами #driveteam. Упражнения выполняются на выбывание. Победа присуждается команде по итогам выступления и выполнению командой упражнений.

7) Вербочный парк

Командам необходимо пройти дистанцию за максимально короткое время.

8) Пэнтбол

Баттл проводится по правилам проведения пейнтбольного турнира.

- **Сервис-день.** Команды посещают клубы сети соперников и проверяют их по специальному чек-листу, проверяя уровень сервиса в клубе.

- **Финал:**

- Битва капитанов
- Номера от каждого клуба
- Флэшмоб (Встаньте те, кто), который показывает единение сети

График проведения поинтов:

Екатеринбург

- 21.10 Жеребьевка
- 27.10 Эстафета
- 04.11 Вербочный парк
- 10.11 Триатлон
- 11.11 Полоса препятствий
- 18.11 Танцевальный баттл
- 25.11 Пейнтбол
- 02.12 Фитнес рэп-баттл
- 09.12 Троеборье
- 16.12 Сервис-день

Тюмень

- 26.10 Жеребьевка
- 03.11 Триатлон
- 09.11 Полоса Препятствий

- 24.11 Танцевальный баттл
- 15.12 Сервис-день

7. Должностное разделение внутри команды

Каждая команда выбирает капитана и куратора.

Задачи капитана:

- Выстраивание стратегии команды на испытаниях
- Поддержание боевого духа команды
- Участие в испытаниях для капитана
- Обязательное присутствие на всех этапах битвы!

Задачи куратора:

- Взаимодействие с организаторов и координация действий участников команды
- Составление списка личных фитнес-целей участников команды, контроль прогресса, предоставление данных отделу рекламы
- Получение информации о предстоящих мероприятиях, оргмоментах и т.п. от отдела рекламы, передача информации Команде
- Создание и модерация воцап-чата команды
- Организация и контроль участия Команды в промежуточных испытаниях и финальном мероприятии
- Предоставление отделу рекламы списков участников команды
- Предоставление обратной связи по Команде отделу рекламы по запросу, например, точное количество игроков, принимающих участие в испытаниях и т.п.
- Обязательное присутствие на всех этапах битвы!

8. Бонусная программа для участников команд

- Скидка 15% на разовые персональные тренировки с тренерами любых категорий/процедуры по уходу за телом/солярий;
- 300 бонусных баллов ежемесячно с 15 октября по 20 декабря 2018 года (1 ноября и 1 декабря).

9. Призовой фонд

1 место

- Денежный приз на команду (клиенты): 100 000 рублей;
- Всем участникам-клиентам - клубные карты на 6 мес. безлимитного фитнеса;
- Подарки от Drive Market и Drive Fitness;
- Капитан команды получает именной кубок.

2 место

- Всем участникам-клиентам клубные карты на 6 мес. безлимитного фитнеса;
- Подарки от Drive Market и Drive Fitness.

3 место

- Всем участникам-клиентам клубные карты на 3 мес. безлимитного фитнеса;

- Подарки от Drive Market и Drive Fitness.