

**Инструкция по участию семей в соревновании
«Лучшая спортивная семейная команда России»
в рамках Всероссийского спортивного марафона «Сила России»**

1. Основные условия участия

Параметр	Условие
Сроки проведения	С 5 июня по 7 июля 2026 года (включительно).
Кто может участвовать	Члены одной семьи с детьми в возрасте от 7 лет.
Формат участия	Через мобильное приложение «Мой Фитнес».
Принцип формирования команд	В одной команде объединяются члены одной семьи.

2. Порядок присоединения участников

Рекомендуемый алгоритм:

ШАГ 1	Назначить капитана команды.
ШАГ 2	Скачать мобильное приложение «Мой Фитнес» и пройти регистрацию.
ШАГ 3	Ввести код клуба SILARF и присоединиться к Марафону «Сила России» в приложении.
ШАГ 4	Капитану команды открыть соревнование «Лучшая спортивная семейная команда России» по ссылке https://app.myfitt.ru/go/11ge и отправить заявку на создание команды, заполнив анкету по ссылке: https://forms.yandex.ru/cloud/6a07080995add52fe8419b61
ШАГ 5	В течение 24 часов после заполнения анкеты на номер телефона капитана будет направлена ссылка-приглашение в команду для всех членов семьи. Внимание: для присоединения детей в возрасте от 7 до 18 лет к

команде капитану необходимо пройти регистрацию на сайте марафона <https://sila-rossii.er.ru/> и в личном кабинете заполнить информацию о детях (имя ребенка, возраст, номер телефона). Затем ребенок должен подтвердить номер телефона через СМС-сообщение и вступить в команду по ссылке.

Ссылка для подключения к соревнованию: <https://app.myfitt.ru/go/11ge>.

Заявки принимаются с 27 мая 2026 г.

3. Как начисляются баллы

Участники могут зарабатывать баллы за два основных вида активности:

Источник баллов	Как начисляются	Что важно учитывать
Шаговая активность	250 шагов = 1 балл здоровья.	Данные должны передаваться из телефона или подключенного устройства в приложение (для синхронизации данных необходимо заходить в приложение не реже 1 раза в 3 дня).
Пульсовые тренировки	От 0 до 3 баллов за минуту в зависимости от интенсивности тренировки и пульсовой зоны (более подробно – в приложении: техническая поддержка → Баллы здоровья).	Для корректного учета необходима синхронизация часов / браслета / телефона.

Дневной лимит. Один участник команды может набрать до 200 баллов в сутки.

Командный принцип. Итоговое место команды определяется по среднему баллу команды.

4. Где смотреть рейтинг

Рейтинг команды и личные результаты доступны в приложении: раздел «Лидерборды» → соревнование «Лучшая спортивная семейная команда России».

5. Часто задаваемые вопросы

Можно ли выйти из команды?	Да. Участник может выйти самостоятельно, но его вклад в командный зачет аннулируется.
Можно ли заменить участника?	Да, вопрос замены решается через техническую поддержку, но вклад участника в командный зачет аннулируется.
Чем отличаются баллы здоровья от рейтинговых баллов?	Баллы здоровья – это все баллы, которые участник получает в приложении за свою активность: шаги, тренировки и другие действия, предусмотренные механикой приложения, и которые можно тратить в «ФитМаркете». Рейтинговые баллы – это сумма всех баллов здоровья, которые идут в зачет соревнования и влияют на место команды в общем рейтинге.
Что такое артефакты?	Артефакты – это внутриигровые элементы приложения, которые можно приобрести за баллы здоровья, они могут влиять на индивидуальный баланс. При этом на итоговый командный результат соревнования такие бонусы не влияют.
Как часто нужно заходить в приложение?	Рекомендуется открывать приложение регулярно, не реже одного раза в 1–3 дня, чтобы данные активности корректно синхронизировались.

6. Поощрения и награждения

Для команды-победителя. Команда, занявшая первое место, получает возможность пригласить в свой регион на тренировку члена организационного комитета Марафона «Сила России».

Для участников персонального рейтинга Марафона «Сила России». Каждые две недели 200 лучших участников по рейтингу получают набор карточек с автографами пяти известных российских спортсменов. Вручение карточек осуществляется после завершения Марафона.

7. Технические рекомендации и контакты

- для участия необходим смартфон с доступом в интернет и возможностью передачи данных о физической активности;
- при использовании внешних устройств необходимо убедиться, что они синхронизируются с приложением;
- если у участника или организации возникают технические вопросы, следует обращаться в службу поддержки приложения.

Контакт	Информация
Техническая поддержка	care-user@myfitt.ru
Ссылка на соревнования	https://app.myfitt.ru/go/11ge

Примечание. Для рассылки участникам рекомендуется использовать данную инструкцию совместно с краткой визуальной памяткой или карточкой-алгоритмом подключения.