ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ ЧЕЛОВЕЧНЫХ И СИЛЬНЫХ ДУХОМ    
НА 11-й СВЕРХ-МАРАФОНСКИЙ МАРШ-БРОСОК "100 км за 24 часа"    
20-21 мая 2017 г. в С.П.А.Р.Т.А. !    
  
Для тренировки Силы Духа , Воли к Победе, богатырского здоровья, железной выносливости, чуткости, Доброты, для заботы о Друзьях, умения эффективно и победно работать в команде !    
  
20-21 мая 2017 года объединение П.О.Р.Т.О.С. (Поэтизированное Объединение Разработки Теории Общенародного Счастья) для мирного объединения разных движений, организаций, группировок, и для пропаганды трезвого здорового образа жизни (без пьянства, курения и сквернословия, разрушающих генофонд страны)- проводит традиционный туристический марш-бросок «100 км за 24 часа».   
  
«Сотка» будет стартовать из учхоза С.П.А.Р.Т.А. ( по адресу : г. Люботин Харьковской области, пос. Караван, ул. Береговая, д.1. Помните , что в нынешнее время наша очередь защищать Страну и Человечество , очень многое зависит именно от нас - от наших мыслей , слов и Действий ! Поэтому важно много действовать в правильном направлении, много учиться, много помогать, иметь отличное здоровье и замечательный коллектив единомышленников!   
  
Участники:   
\* Для преодоления «сотки» не обязательно быть спортсменом, приглашаем любителей и новичков всех возрастов, главное, - проявить Волю к Победе.   
  
Трасса:   
\* Преодолевающим дистанцию необходимо развить среднюю скорость 100: 24=4,1 км/час.   
\* Каждый выбирает удобную для себя скорость.   
\* Победителем считается каждый, преодолевший 100 км дистанцию.   
\* Протяженность трассы 5 км от учхоза С.П.А.Р.Т.А. в сторону Киевского шоссе, пос. Манченки по маршруту «туда и обратно», итого 10 км,- и так 10 раз.   
\* Питание и питье – в С.П.А.Р.Т.А. в стартовом лагере, где во время марш-броска всегда можно попить, поесть, поспать, при желании поставить палатку и разместиться в ней.   
  
Кроме бега:   
\* По окончанию марш-броска – награждение и приглашаем всех участников попеть добрые Человечные песни, также желающим предлагаем принять участие в товарищеском футбольном матче между партиями, (которые уже дошли!) самых разных направлений.   
\* Все участники марш-броска будут награждены грамотами,   
победившие 100 км дистанцию будут награждены грамотами и медалями   
\* Всех желающих познакомиться - приглашаем на экскурсию в С.П.А.Р.Т.А.:   
пообщаться с коровками, телятами, посмотреть как работает самодельный солнечный коллектор и т.п.   
  
Регистрация:   
\* Желающие поучаствовать, пишите личным сообщением,или по электронной почте   
[tamara-portos@yandex.ru](https://vk.com/write?email=tamara-portos@yandex.ru) или [felicho@ukr.net](https://vk.com/write?email=felicho@ukr.net) или   
звоните 067-570-28-63, 067-574-44-54   
\*Сообщите о себе: фамилия, имя, город, телефон, возраст, на какую дистанцию планируете подключиться, пожелания по проведению марш-броска. И заполните анкету.   
  
Взнос:   
\* Взнос за участие добровольный (по вашему желанию и возможностям) - питание мы обеспечиваем, но подумайте , чем бы вам хотелось питаться. Можно привозить с собой продукты, можно оставлять взнос и пожелания (примерно на питание вкладываем около 200-250 грн. на участника в сутки) , можно просто подключиться к подготовке сотки, как волонтер или после нее поучаствовать, помочь в каких-то других делах - мы всегда рады Добрым Людям , энтузиастам и добровольцам. Можно также помочь организовать гранты.   
  
Испытайте себя - преодолейте хотя бы часть дистанции для укрепления уровня здоровья и силы Духа,- ведь они очень пригодятся в борьбе за трезвую и Счастливую Страну!   
В наше время это очень и очень важно, особенно боевой победный Дух , который поможет справиться со всеми жизненными сложностями !!!   
  
Очень правильно гласит высеченная на древнегреческом памятнике надпись:   
  
«Хочешь быть умным — бегай!   
Хочешь быть сильным – бегай!   
Хочешь быть красивым — бегай!   
Хочешь быть здоровым — бегай!   
Хочешь быть счастливым — бегай!»   
  
Обязательно проверьте это на собственном опыте - и сами увидите!...   
Через несколько дней пройдёт боль в ногах, сойдут мозоли — а гордость победителя «сотки» останется у каждого ее участника навсегда!   
  
Приглашаем также на общественных началах фото- и видео-корреспондентов, волонтёров для подготовки марш-броска , размещения приглашений в разных группах, соц.сетях и т.д. ( всегда радует дружеское участие и помощь, а в момент самой сотки особенно)

<https://vk.com/sotka_v_sparta>

Костюк Тамара 0675702863

Широкая Ольга 0675744454

                           0950477693