

# Вёрст

О движении

5 вёрст



## Что такое 5 вёрст?

Бесплатные дружеские старты на 5 км с фиксацией времени. Круглый год каждую субботу в 09:00 утра.

История движения в России началась в **2013** году с запуска регулярных бесплатных стартов в московских парках. До 2022 года проект развивался в рамках международной франшизы parkrun. С июня 2022 года проект развивается под новым брендом «5 вёрст». За 10 лет проведения было организовано более 23 тысяч мероприятий, зафиксировано более 800 тысяч финишей.







**Наша миссия:**

**Здоровая и счастливая страна**

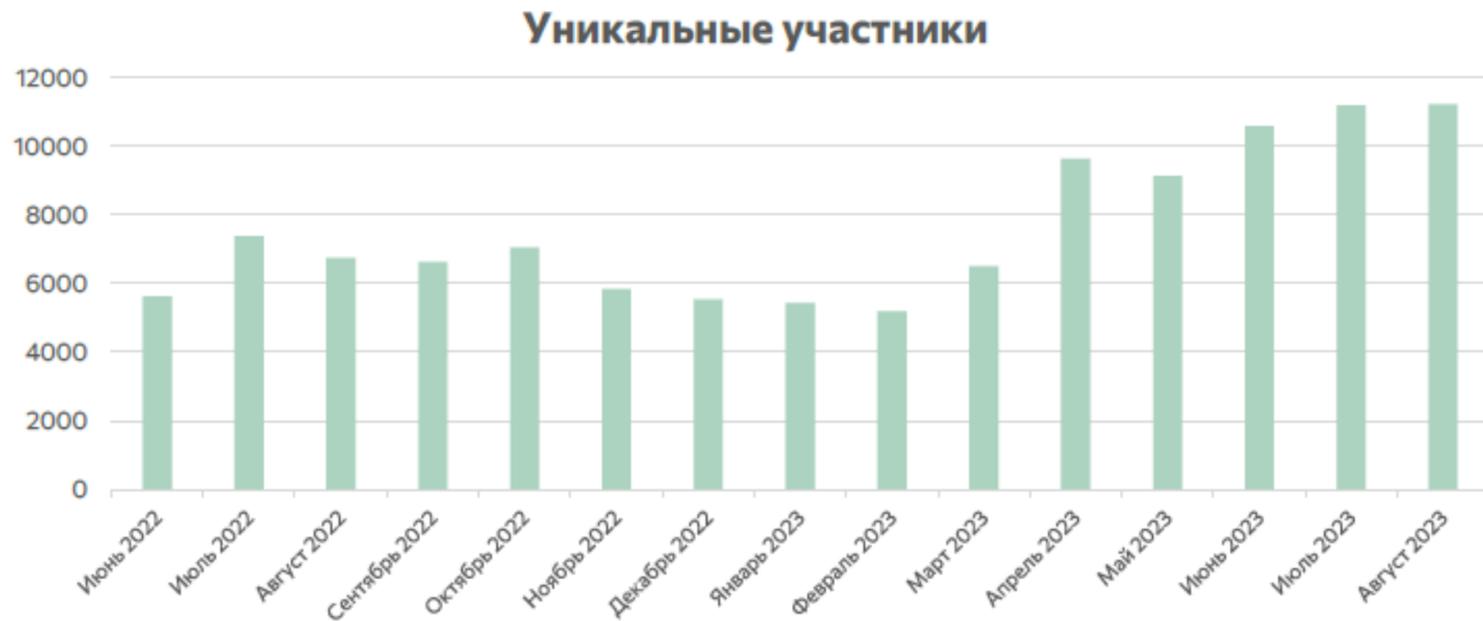
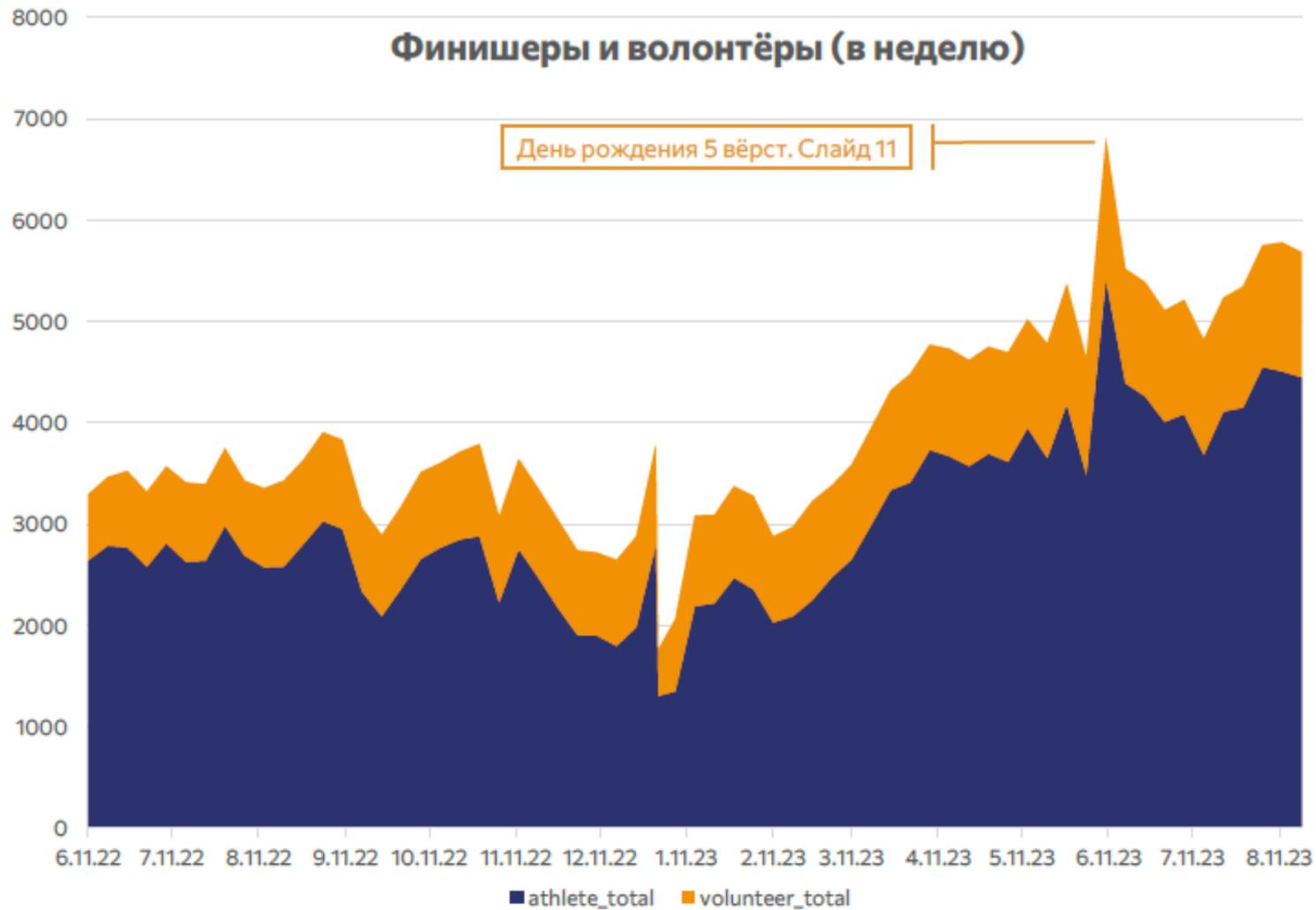
**Наши ценности:**

**Открытость, здоровье, сообщество**



*Мы хотим, чтобы как можно больше людей вели здоровый образ жизни, занимались спортом, бегом и ходьбой, ощущали себя частью большого всероссийского движения. Мы знаем, что проведение наших регулярных мероприятий помогает нам достигать этой цели.*





## Наша статистика

**119** локаций  
**86** городов России  
**47** субъектов РФ

**4 500+** еженедельных участников  
**1 200+** еженедельных волонтеров

**52 000+** регистраций в системе  
**900+** новых регистраций в неделю

**33 500+** уникальных участников  
(с момента старта проекта 5 вёрст).  
Вовлеченность аудитории более **63%**.

**80+** человек еженедельно вступают в «клубы постоянных участников 25 и 50 посещений» \*  
Клуб 25 – **2 385**  
Клуб 50 – **276**

\* Статистика на 15.09.2023 года

## Наша аудитория

Большая часть аудитории – люди ведущие здоровый образ жизни разного уровня подготовки, от новичков до быстрых спортсменов.

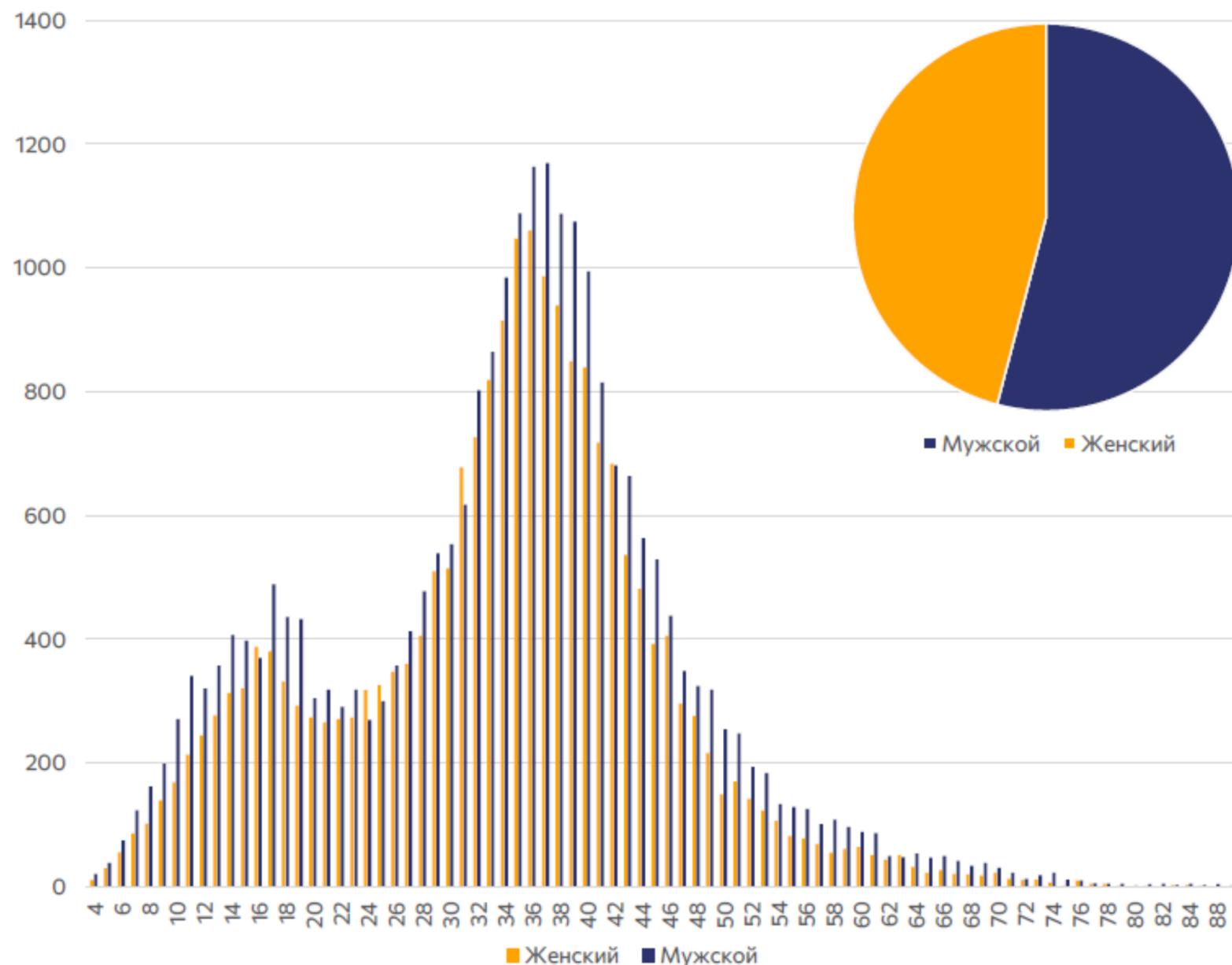
Среднее время преодоления дистанции 5 км: **28:49**

**52 000+** регистраций в системе  
Средний возраст участников – 37 лет

54% мужчины, 46% женщины.

Распределение аудитории:  
32% Москва и Московская область,  
10,3% СПб и Ленинградская область  
57,7% другие регионы

Демография участников 5 вёрст



Организатор

Секундомер

Сканер

Токены

Замыкающий

Маршал





Мы абсолютно убеждены в том, что волонтерством следует заниматься просто ради удовольствия

## Принципы волонтерства:

- Волонтерим ради удовольствия;
- Создаем дружескую атмосферу;
- Надежны, ответственны и внимательны;
- Стремимся быть полезными;
- Уважаем принципы 5 вёрст.

Волонтерство на 5 вёрст - это полноценная форма участия в мероприятии, где сам факт волонтерства является наградой.

Друзья и новые знакомства

Дружелюбное местное и беговое сообщество

Легко найти друзей, единомышленников, наставника

Лучший способ начать бегать и вообще следить за здоровьем

Актуальность



Интересно  
для всей  
семьи

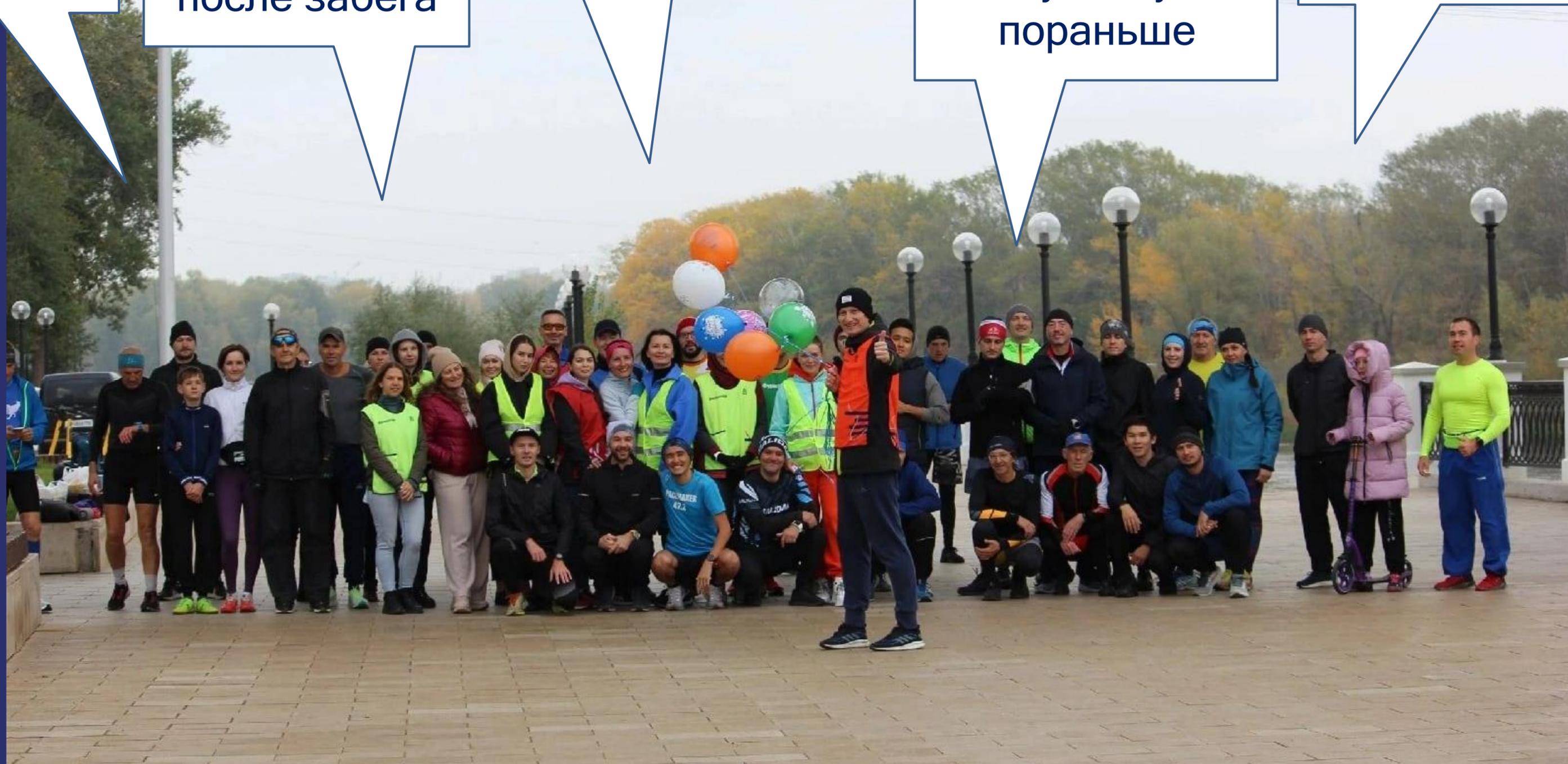
Душевное  
чаепитие  
после забега

Результаты после  
пробежки,  
подробная  
статистика

Повод начать  
субботу  
пораньше

Вовлеченность  
в волонтерское  
движение

Актуальность



Больше, чем просто пробежка в парке





## Поддержка проекта



Команда 5 вёрст открыта для сотрудничества с государственными и частными фондами и уже успешно реализовала ряд проектов по развитию движения:



Финалист национальной премии «Наш вклад», «Партнёр национальных проектов России»



Неоднократный победитель конкурсов от Фонда президентских грантов



Победитель международной премии #МЫВМЕСТЕ 2022 в треке волонтер



Номинант национальной премии ПАТРИОТ 2023



Лауреат Всероссийского конкурса спортивных проектов

# В

Подписывайтесь на мой канал



@MIROSHLIFE