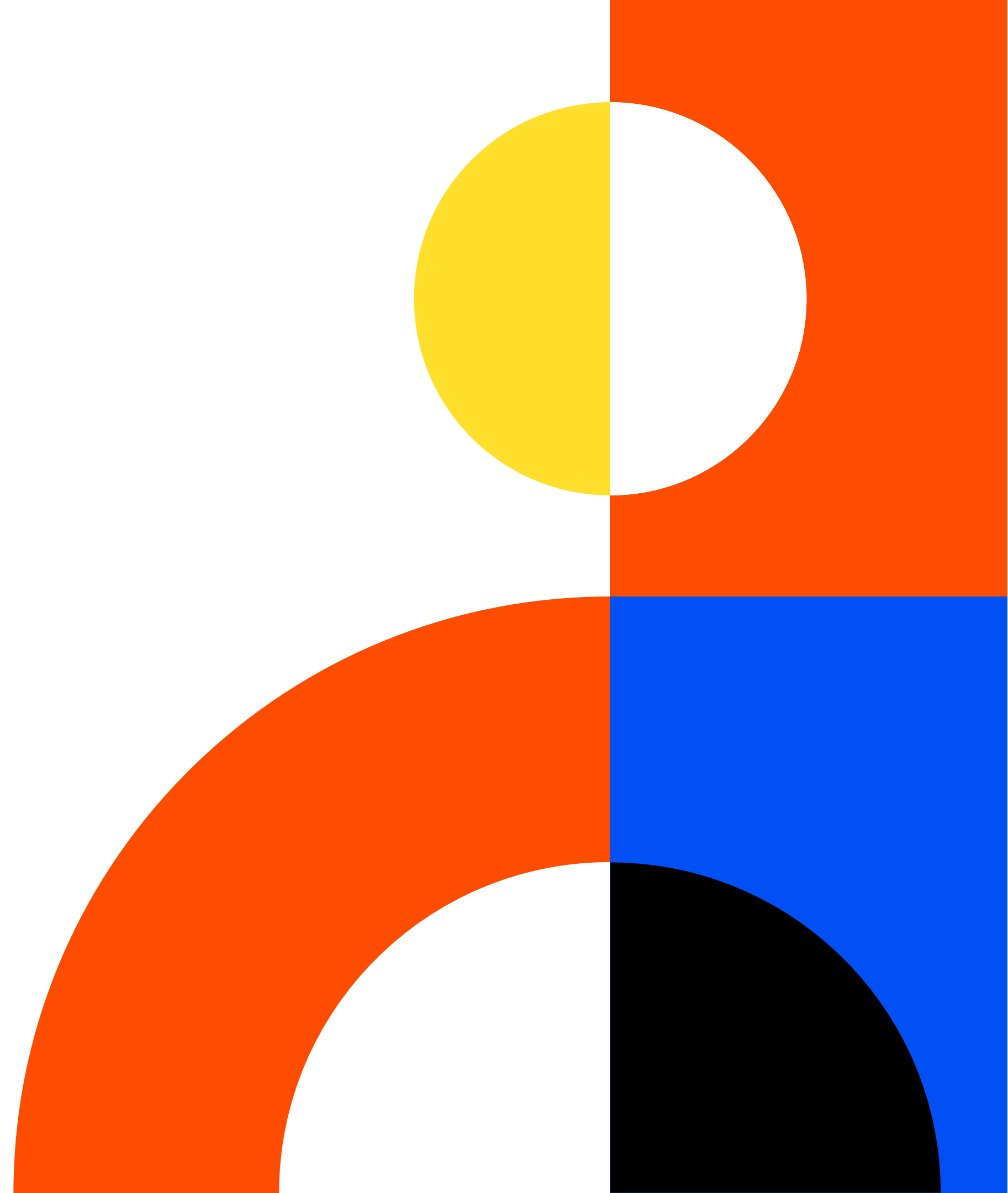


# Begorfin

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОЕКТА

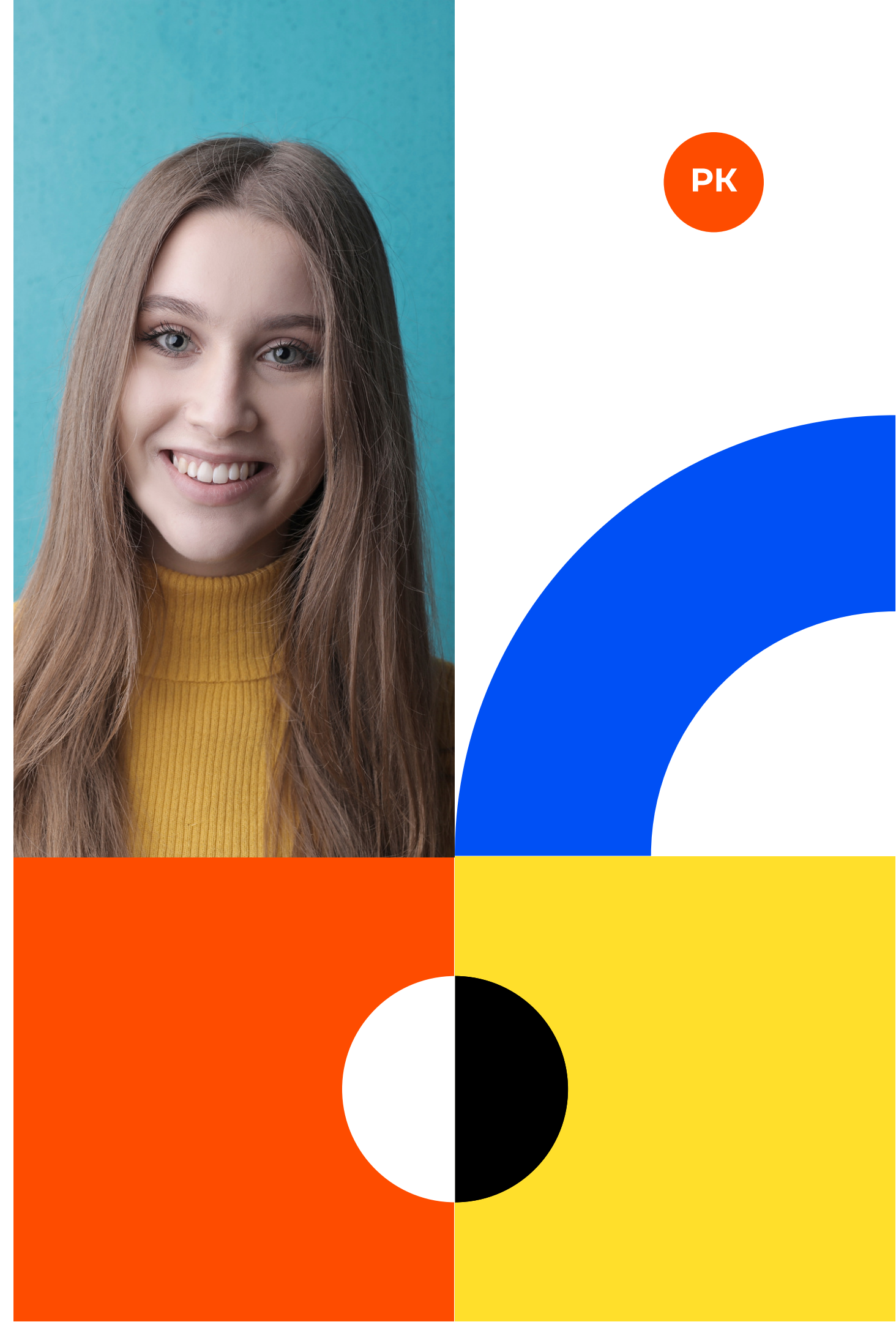


# О проекте

«Бегорфин» — проект о спорте для людей, которые только смотрят в сторону физической активности и не знают, как начать. Мы рассматриваем бег и любительский спорт с самых разных сторон, рассказывая о его пользе для мозга, карьеры и даже вашего креативного начала.

В «Бегорфин» входят самые разные направления — это подкаст и интервью на YouTube с экспертами, открытые лекции и научпоп-стендап, статьи и заметки в блоге.

Сейчас на канале есть несколько выпусков, в которых мы с непосредственными деятелями индустрии спорта рассуждаем как сделать любительский спорт более массовым.



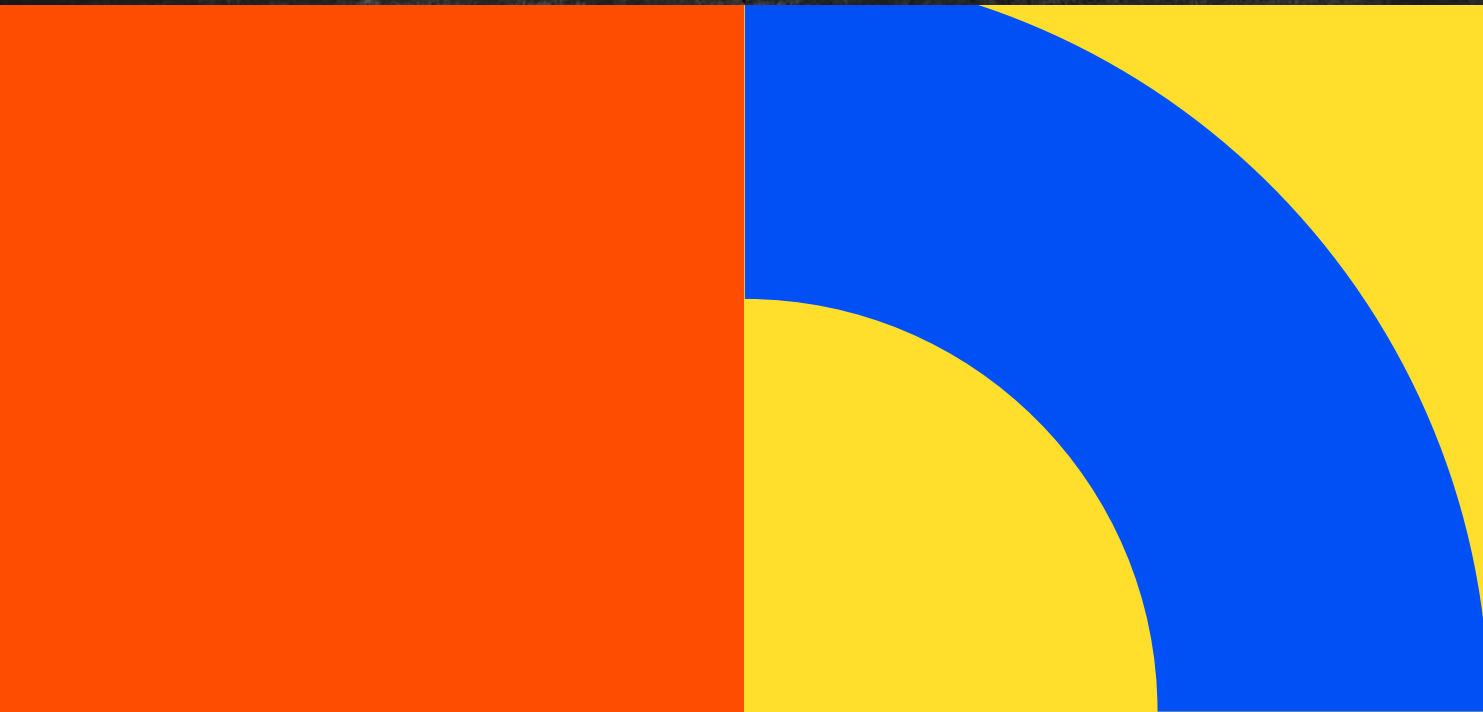
PK



# Мясников Сергей

## О СПИКЕРЕ

- Президент «Института развития массового спорта»
- Организатор серии массовых любительских стартов «Красмарафон»
- Организатор первого в России ультра-триатлона Siberman»
- Лидер спортивного сообщества «Бегокотики»
- Автор курса «Как полюбить бег»
- Проповедник массового спорта
- Ведущий YouTube-канала «Бегорфин»



# НАПРАВЛЕНИЯ

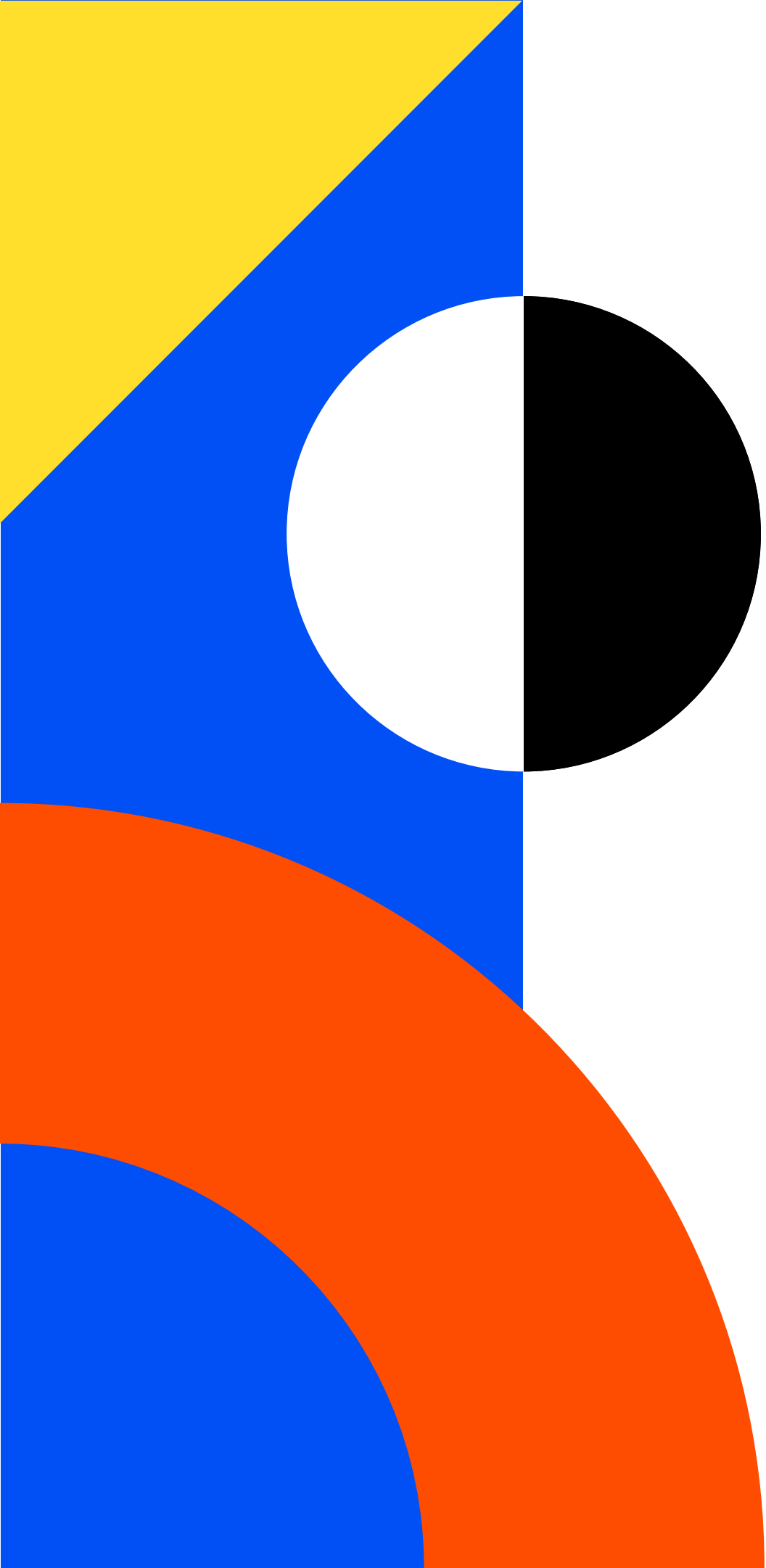
## B2C

Это лекции, статьи и видео для всех о том, как движение делает нас успешными и счастливыми. Мы создаем спортивный научпоп-стендап, в рамках которого становится понятно, как связаны бег и лидерство, почему умные мысли приходят во время занятий спортом и где взять на них мотивацию.

## B2B

Подкаст «Спортивные массы», в котором мы разговариваем с лидерами рынка о том, как лучше наладить разные процессы внутри: как организовывать забеги, как лучше их вести или где взять ведущего, как лучше продавать кроссовки.





# Темы лекций

## **Как бег стимулирует креатив и почему мы лучше думаем после пробежки**

Бег не только физическое, но и интеллектуальное занятие. Рассказываем, что происходит с мозгом, когда мы бежим, и почему взамен он выдаёт гениальные идеи. Спойлер: бегуны — те ещё криэйторы!

## **Почему бег делает нас успешнее**

Говоря о спорте, мы всегда подразумеваем здоровое тело. Но пробежки напрямую влияют ещё и на мозг, который начинает работать намного лучше. Рассказываем, почему бег — отдельный сорт личного психолога. Спойлер: бегуны — несокрушимые машины успеха!

## **Бег — легальный наркотик, или как мозг поощряет наши пробежки**

Вы задумывались, почему так много людей впадают в зависимость от бега? Все просто — за каждую пробежку мозг награждает нас! Разбираемся, как получить бесплатную дозу, выработанную внутри себя без закладок, даркнета и проблем с законом. Спойлер: на бег можно подсесть!



# Темы лекций

## **Почему лидеры занимаются спортом**

Как спорт помогает добиваться целей? Как нагрузки мотивируют нас и помогают в социальной жизни? Движение помогает человеку быть более уверенным в себе и своих силах, мотивирует добиваться целей. Спойлер: каждый лидер или уже занимается спортом, или неизбежно к этому придет.

## **Как физические нагрузки влияют на интеллект**

Знаете, почему у киберспортсменов в тренировочном плане есть обязательные физические нагрузки? Вместе с вами изучаем процессы, происходящие в организме, когда мы занимаемся физической нагрузкой — то, что нужно тем, кто занимается интеллектуальным трудом. Спойлер: чтобы развивать наш мозг, нужно не только читать книжки, но и заниматься спортом.

## **Как спорт лечит голову**

Почему психотерапевты обязательно вписывают спорт наравне с антидепрессантами. Да-да, циклическая нагрузка помогает стать более счастливым и позитивно смотреть на мир - доказано научно. Спойлер: бег помогает вырабатывать гормоны счастья.



# Форматы взаимодействия

- Выступление на офлайн-мероприятиях, вебинарах, лекциях или фестивалях;
- Курс лекций для корпораций, спортивных объединений или сообществ;
- Выступления на базе фитнес-центров, спортивных клубов, выездных спортивных лагерей;
- Онлайн-лекции на удобной платформе;
- Участие в качестве приглашенного гостя в подкасте, видео-интервью.

Мы открыты к любым предложениям и вариантам сотрудничества!

# Контакты

Со всеми вопросами, предложениями и другими пожеланиями пишите нам на [myname13th@gmail.com](mailto:myname13th@gmail.com)

