

День счастья

Полина Киценко о Зеленом марафоне «Бегущие сердца»



Виктор Садовнический,
Наталья Водянова,
Полина Киценко
и Герман Греф
(слева направо)

В 2015 году Полина Киценко и Наталья Водянова провели в Москве первый благотворительный забег «Бегущие сердца». В этом году фонд «Обнаженные сердца» и Сбербанк объединили спортивные инициативы: два масштабных забега в Москве стартовали вместе, открыв первый благотворительный Зеленый марафон «Бегущие сердца», целью которого стал сбор пожертвований на расширение проекта по оказанию ранней помощи маленьким детям с нарушениями развития. 10 тыс. бегунов собрались на Воробьевых горах, чтобы преодолеть выбранные по способностям и возможностям дистанции — 4,2 км, 10 км или 21 км. Традиционно в гонке приняли участие олимпийские и паралимпийские чемпионы, артисты, политики и бизнесмены, беговые команды крупных компаний, прессы и телевидения. Сооснователь забега и руководитель его оргкомитета Полина Киценко рассказала о своей давней любви к спорту, о беге со смыслом и о новых рекордах зеленого марафона «Бегущие сердца».

Спорт

Моему увлечению любительским спортом уже десять лет. У меня был и конфетно-букетный период со спортом, когда я не могла себе представить жизни без ежедневной тренировки, было время, когда я бросалась с головой в новые занятия: зимой бежала лыжный марафон, летом обучалась плаванию и велосипеду, мне хотелось попробовать себя во всех видах спортивных состязаний. Сейчас настал период осознанной, постоянной, зрелой любви. Зимой я бегаю на лыжах, летом бегаю ногами — иногда утром я езжу в Лужники и бегаю по набережной. Не нужно спортзала, занимайтесь лучше на открытом воздухе — ради румянца, ради хорошего самочувствия, и скоро вы поймете, что плохой погоды вообще не существует, даже наоборот, чем она хуже, тем лучше себя чувствуешь после тренировки. Потому что спорт — это перезагрузка, лекарство от любого стресса, источник энергии. Я называю спорт своей поликлиникой. Просто пошел, потренировался, оздоровился и вышел со свежей головой, с чистыми файлами.

Любительский спорт не имеет отношения к высшим достижениям. Мы, «спортивные любители», не завоевываем медалей, не получаем за это зарплату. Любительский спорт — это личные цели и задачи, кто-то занимается им ради здоровья, кто-то для того, чтобы носить одежду желаемого размера, кто-то за компанию. Спорт — очень социальная вещь, когда увлекаешься им, у тебя тут же заводятся новые знакомства, появляются новые друзья. Ты понимаешь, как многообразна жизнь и как она этим хороша.

Благотворительность

Идея бега со смыслом принадлежит Наталье Водяновой. Ее фонд «Обнаженные

сердца» уже более десяти лет занимается различными способами фандрайзинга, организует культурные мероприятия и аукционы. В какой-то момент рассказывать о деятельности фонда и сборе средств стали и с помощью благотворительного бега. С этой целью Наталья начала привлекать друзей и сподвижников, одним из которых стала я. Небольшой компанией мы бегали на парижском полумарафоне — это огромное городское мероприятие, в котором участвуют 30 тыс. человек. Через специально созданную страницу на сайте Just Giving мы собирали средства по знакомым как частные лица и переводили в фонд — выходили неплохие суммы. Сначала ты регистрируешься на сайте, у тебя появляется ссылка, которую можно прислать друзьям и знакомым. Ты говоришь: друзья, я бегу, плыву, еду ради такой-то цели, пожалуйста, переведите деньги, сколько можете, вот на эту ссылку. Деньги аккумулируются на счете и потом переводятся в благотворительный фонд, которому ты хочешь помочь. Это очень популярно во всем мире, мы тоже так бежали. А потом Наталья сказала: «Полина, а зачем мы в Париже бегаем? Давай сделаем свой забег в Москве». Конечно, я сразу согласилась, придумала концепцию и механику наших «Бегущих сердец» и полностью их спродюсировала. Мне захотелось конвертировать все свои знания и спортивный опыт в общественный благотворительный проект, принести пользу и обществу, и фонду «Обнаженные сердца». Теперь мы бежим со смыслом, помогаем фонду «Обнаженные сердца» собирать средства на создание центров ранней помощи детям с особенностями развития. Если у ребенка обнаружится аутизм или умственную отсталость в очень раннем возрасте, от 0 до 6 лет, то с помощью



ПРЕСС-СЛУЖБА ФОНДА «ОБНАЖЕННЫЕ СЕРДЦА»