

A high-angle, action shot of three female sprinters competing on a blue track. The athletes are captured in mid-stride, leaning forward with their arms pumping. They are wearing red and white athletic gear. The track has white lane markings, and the background is blurred to emphasize the speed of the race. The lighting is bright, casting distinct shadows on the track surface.

**«КОРОЛЕВА СПОРТУ» -  
ЛЕГКА АТЛЕТИКА**

## ЛЕГКА АТЛЕТИКА - «КОРОЛЕВА СПОРТУ»



Легка атлетика - яке красиве словосполучення. Скільки в ньому закладено. І швидкість, і могутність, і сила, і грація.

Легка атлетика є одним з найстародавніших видів спорту. Атлетика налічує 2800 років.

Легка атлетика, як повноцінний вид спорту, відрізняється своєю багатогранністю і можливістю розвинути не одну частину тіла, а всі разом. І ноги, і руки, і спина, плечі, прес, - саме завдяки легкій атлетиці ми маємо можливість розвивати всі ділянки тіла і робити їх здоровими і красивими.

Можливо тому, легку атлетику називають «королевою спорту».

## ПЕРЕВАГИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Легка атлетика – це базовий вид спорту для всесторонньої шкільної і вузівської фізичної освіти. Окремі елементи, вправи і дисципліни легкої атлетики (біг, стрибки, махи і ін.) є невід'ємною частиною більшості сучасних видів спорту, а також підготовки спортсменів.

Наприклад, кращими бомбардирами радянсько-українського футболу, нагородженими «Золотим м'ячем» були Олег Блохін (1975 рік) і Ігор Беланов (1986 рік). Мало хто знає, що обидва цих легендарних спортсмена пришли у футбол з легкої атлетики. Більш того, і Блохін, і Беланов були чудовими спринтерами, що пробігали 100 м набагато швидше 11 секунд.



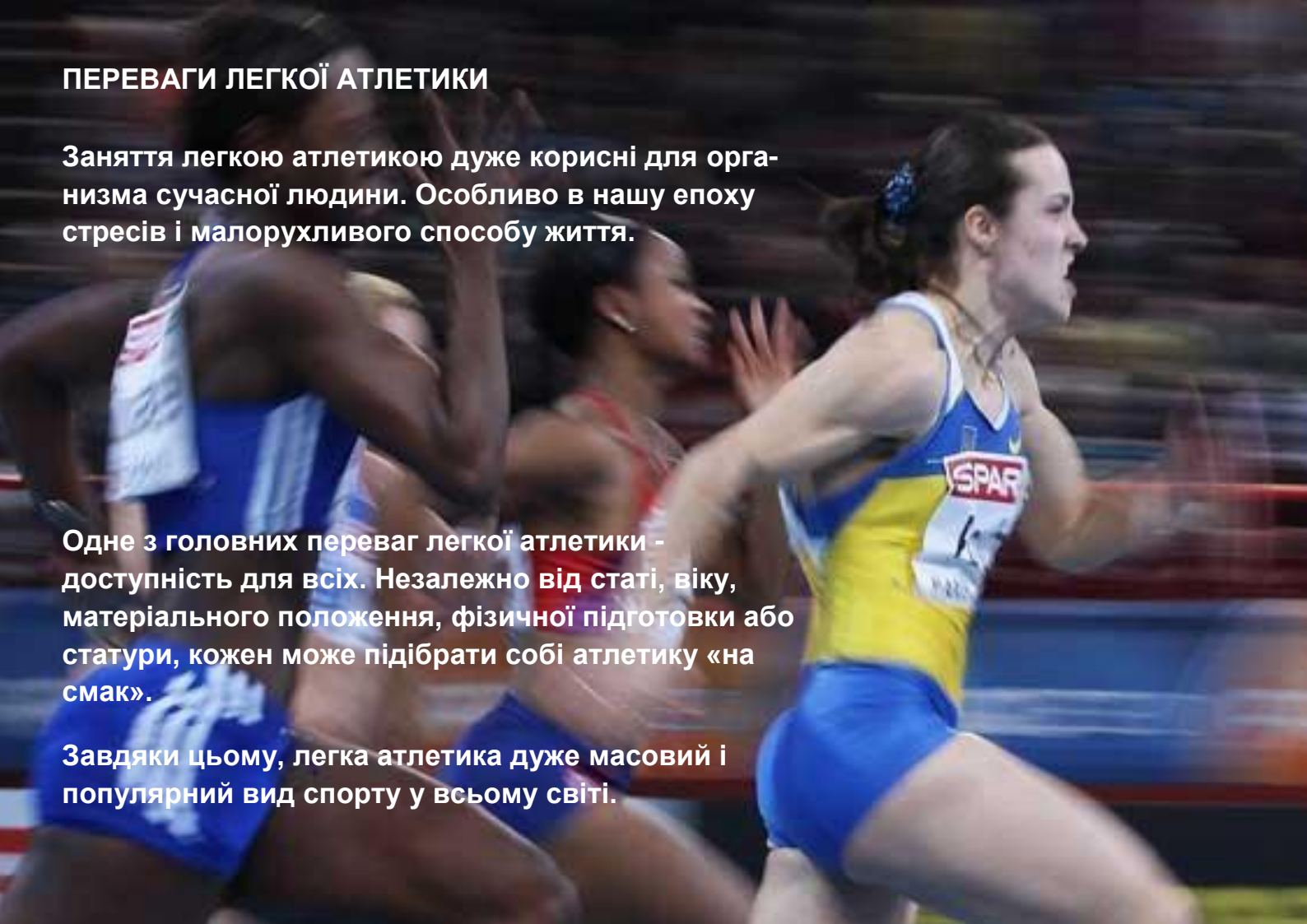


## ПЕРЕВАГИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Заняття легкою атлетикою дуже корисні для організму сучасної людини. Особливо в нашу епоху стресів і малорухливого способу життя.

Одне з головних переваг легкої атлетики - доступність для всіх. Незалежно від статі, віку, матеріального положення, фізичної підготовки або статури, кожен може підібрати собі атлетику «на смак».

Завдяки цьому, легка атлетика дуже масовий і популярний вид спорту у всьому світі.



## ЛЕГКА АТЛЕТИКА І ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ

Легка атлетика була основою програми Олімпійських Ігор не тільки в Стародавній Греції, але і сучасного Олімпійського руху (з 1896 року). У офіційній програмі Олімпійських Ігор і Чемпіонатів світу по легкій атлетиці розігрується 47 комплектів медалей. Це самий «медалеемкий» вид сучасного спорту. У наш час, в атлетику входять дисципліни, такі як: біг, естафети, стрибки, метання, спортивна ходьба і багатоборства.



## ДИСЦИПЛІНИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Спринтерський біг: 100 м, 200 м, 400 м.

Біг на середні дистанції: 800 м, 1500 м

Біг на довгі дистанції: 5000 м, 10000 м.

Біг з бар'єрами: 100 м (жінки), 110 м (чоловіки).

Біг з перешкодами: 3000 м.

Естафетний біг: 4x100 м, 4x400 м.

Марафонський біг: 42 км. 195 м.

Стрибки: у висоту, в довжину, потрійним, з жердиною.

Метання: молоту, списа, диска, штовхання ядра.

Спортивна ходьба: 20 км., 50 км. (чоловіки)

Семиборство (жінки): 100 м з/б, стрибки у висоту і довжину, штовхання ядра, 200 м, мет. списа, 800 м.

Десятиборство (чоловіки): 100 м, стрибок в довжину, штовхання ядра, стрибок у висоту, 400 м,

110 м з бар'єрами, метання диска, стрибок з жердиною, метання списа, 1500 м.





## ЛЕГКА АТЛЕТИКА В СВІТІ

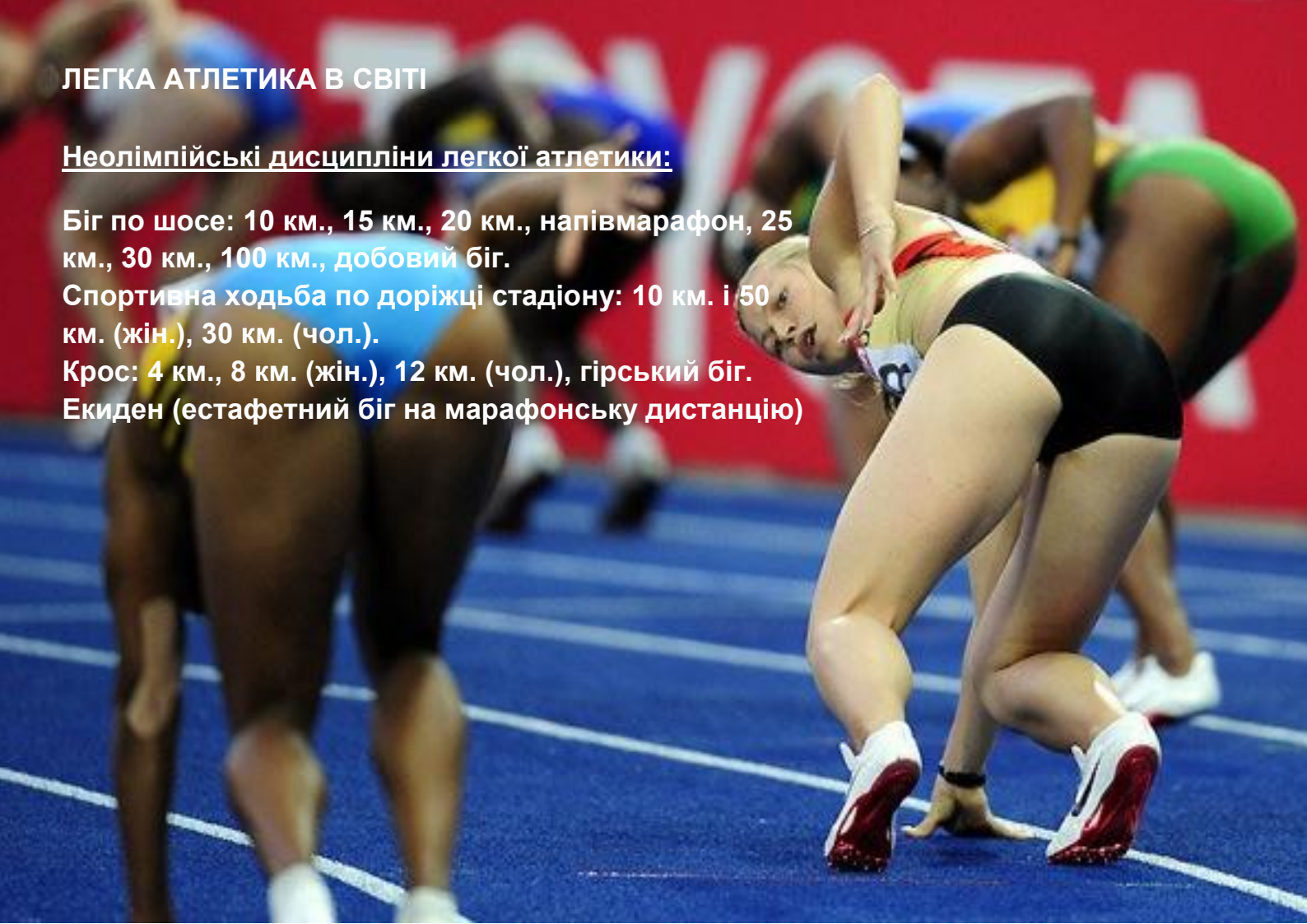
### Неолімпійські дисципліни легкої атлетики:

Біг по шосе: 10 км., 15 км., 20 км., напівмарафон, 25 км., 30 км., 100 км., добовий біг.

Спортивна ходьба по доріжці стадіону: 10 км. і 50 км. (жін.), 30 км. (чол.).

Крос: 4 км., 8 км. (жін.), 12 км. (чол.), гірський біг.

Екиден (естафетний біг на марафонську дистанцію)





## АВТОРИТЕТ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ В СВІТІ

Очолює і розвиває легку атлетику в світі Міжнародна Асоціація легкоатлетичних федерацій (ІААФ).

До складу цієї поважаної і авторитетної спортивної структури входить 212 національних федерацій (це на 3 країни більш ніж у ФІФА, і на 19 більш ніж країн, що входять до складу ООН).

Чемпіонат Світу по легкій атлетиці є третім по масштабу, значущості і престижу спортивною подією в сучасному спорті (після Олімпійських Ігор і чемпіоната по футболу).





## ПОПУЛЯРНІСТЬ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ В СВІТІ

У програмі Олімпійських Ігор легка атлетика з великим відривом перевершуємо всі інші види спорту по кількості проданих квитків, рейтингу телетрансляцій, часу в ефірі.

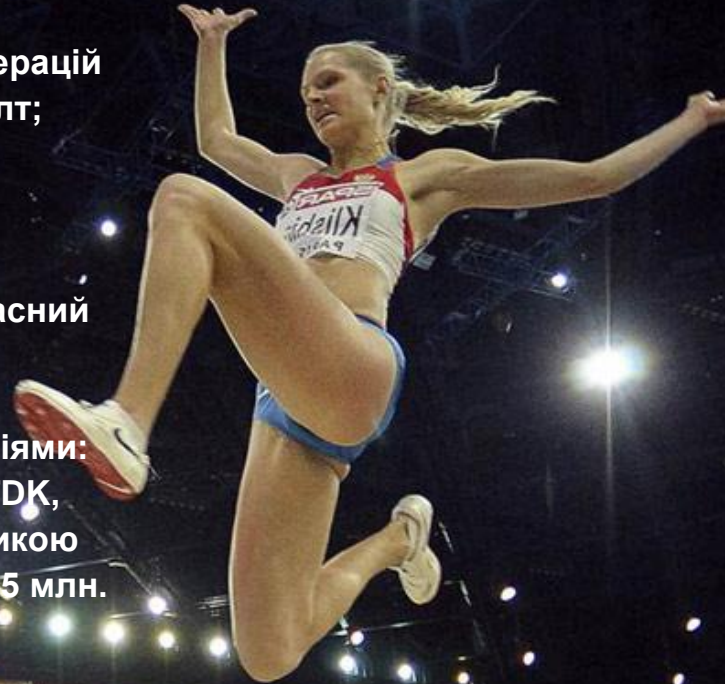
Наприклад, під час останніх Олімпійських Ігор в Лондоні, на фінал в бігу на 100 метрів у чоловіків виявило бажання купити вхідний квиток (і подало попередні заявки) 6,3 млн. уболівальників. При цьому, трибуни стадіону були готові прийняти тільки 60000



## ЛЕГКА АТЛЕТИКА І МАРКЕТИНГ

Легка атлетика динамічна, і не стоїть на місці. Популярність і високі рейтинги цього виду спорту багато в чому зобов'язані спеціальним програмам розвитку; мудрій маркетинговій політиці Міжнародної Асоціації легкоатлетичних федерацій (IAAF); появі таких атлетів-зірок, як Усейн Болт; довгостроковим партнерським відносинам з телебаченням і спонсорами.

Легка атлетика – це не тільки унікальний сучасний вид спорту, але і ефективний інструмент маркетингу. Підтвердженням цьому служить багаторічна успішна співпраця IAAF з компаніями: TOYOTA, CANON, ADIDAS, SEIKO, SINOPEG, TDK, VTB. При цьому, партнерство з легкою атлетикою кожною з компаній обходиться білизні ніж в \$ 5 млн. на рік.



## ЛЕГКА АТЛЕТИКА УКРАЇНИ

Легка атлетика України має тривалу і славу історію. Такі легендарні атлети, як Сергій Бубка, Інеса Кравець, Володимир Голубничий, Валерій Борзов, не тільки добре відомі і популярні, але і є кумирами для наслідування у всьому світі.

Сучасній українській легкій атлетиці є ким гордитися: Наталія Добринська, Олександр П'ятниця, Ольга Саладуха. Всі ці легкоатлети, тільки за останні чотири роки, неодноразово піднімалися на вищі ступені п'єдесталів Олімпійських Ігор, Чемпіонатів Світу і Європи, етапів «Золотої Ліги» і Гран-прі.





## **ПОПУЛЯРНІСТЬ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ В УКРАЇНІ**

**Згідно з результатами офіційної статистики за 2011 рік в спортивних школах і секціях легкої атлетики України регулярно займалося 82 000 хлопців і дівчат у віці від 10-18 років.**

**У нашій країні щорічно в масових марафонах, пробігах, кросах і естафетах бере участь близько 350 тис. любителів легкої атлетики і здорового способу життя.**

**Щорічний календар легкоатлетичних змагань України включає більше 530 змагань.**



## МАРКЕТИНГ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ УКРАЇНИ

Федерація легкої атлетики України має свої що постійно діють регіональні представництва у всіх 24 областях, в Києві, Севастополі і АР Крим.


Про те, що співпраця з легкою атлетикою вигідна і перспективна, добре знають і в Україні. Вже не перший рік Партнерами Федерації легкої атлетики України є компанії NIKE, CONICA, SAMSUNG.

Федерація легкої атлетики України чітко розуміє важливість впровадження і розвитку сучасних механізмів взаємодії і комунікації. В її структурі створений спеціалізований підрозділ, що займається маркетингом і зв'язками з громадськістю.





## КОНТАКТИ

A female athlete in a blue and yellow uniform is celebrating, holding a large Ukrainian flag behind her. She is wearing a bib that says "Leading" and "领先者". The background shows other athletes and a crowd.

Федерація легкої атлетики України  
Департамент маркетингу  
+ 38 (044) 220-20-85  
<http://www.flau.org.ua>  
[office@flau.org.ua](mailto:office@flau.org.ua)