


健康好生活


弘光齊步走

 **活動對象：** 全校教職員工生

 **活動時間：** 112年3月1日-5月31日

 **活動報名：**



 **活動方式：** (1) 填寫前測問卷。
(2) 完成前後體組成檢測。
(3) 下載健走APP，每週自主健走35000步以上，上傳至google表單。

 **獎勵方式：**

(1) 全勤且達標者可參加摸彩，共10名(小米手環、輕量束口背包、彈力帶等獎項)。

(2) 體重控制成效最佳前5名學員，商品卡200元。

