

VISITE UN PARQUE Y CAMINE

6 DE JULIO -31 DE AGOSTO



Este programa gratuito de 8 semanas está diseñado para ayúdale a mantenerse activo mientras visita sus parques locales. Los participantes de todos los niveles de condición física están invitados a unirse. Simplemente siga y reporte sus pasos. El objetivo es establecer metas progresivas de pasos diarios para alcanzar los 10,000 pasos por día al final del desafío. Se anima a los participantes a explorar sus parques locales o en cualquier lugar que sea seguro mientras crean un hábito constante de caminar en sus vidas cotidianas.

REQUISITOS E INCENTIVOS

Las personas deben completar los requisitos para el intervalo 1 para recibir una camiseta de Step Up & Park It.

Intervalo	Meta de Pasos	Total de Pasos
6-19 de Julio	Promedio 5,000 pasos por día	70,000 mínimo para el 19 de Julio
20 de Julio- 2 de Agosto	Promedio 7,000 pasos por día	168,000 mínimo para el 2 de Agosto
3-16 de Agosto	Promedio 9,000 pasos por día	294,000 mínimo para el 16 de Agosto
17-31 de Agosto	Promedio 10,000 pasos por día	434,000 mínimo para el 31 de Agosto

Las personas que cumplan con los requisitos para cada intervalo serán inscritos en un sorteo para ganar premios al final de cada intervalo de dos semanas.

Realice un seguimiento de los pasos manualmente, con un rastreador de condición física, un dispositivo o una aplicación y registre los pasos en la aplicación de desafío.

Para Inscribirse:

Haga clic en el siguiente enlace: <https://www.challengerunner.com/RegisterMember>

Si es nuevo en Challenge Runner, inscribase en una cuenta de Challenge Runner

Introduzca el siguiente código de desafío: efb6xz-2cth

