

第二屆「士林健走樂 健康逗陣來」

壹、活動目的：士林區健康服務中心結合在地資源，於 112 年辦理「士林健走樂 健康逗陣來」全民健走競賽活動，深獲民眾熱烈迴響，為鼓勵更多民眾將運動融入生活，今年度更於擴大舉辦第二屆健走比賽，進一步增加天數與達標步數，賽期由 1 個月升級為 2 個月，每人平均每日健走步數 6,600 逐步增加到 8,000 步，即使沒有運動習慣的民眾，亦可嘗試加入健走行列；同時設計達標禮及加碼獎獎勵，激發民眾持續運動的動力，鼓勵不同族群的民眾走向戶外場域進行身體活動，進一步奠定新型態身體活動競賽活動基礎，使民眾於生活中透過有趣的競賽機制開啟健康生活。

貳、辦理單位：

- 一、主辦單位：臺北市士林區健康服務中心、臺北市士林健康促進協會、臺北市士林區公所
- 二、協辦單位：台北市士林區體育會、臺北市士林區各里辦公處、中華民國健身運動協會、亞太知識創生發展協會

參、活動方式：

- 一、參加對象：設籍、居住、工作或就學於臺北市士林區民眾，並需有智慧型手機可下載指定 APP 者。
- 二、報名時間：113 年 6 月 3 日(一)上午 9 點起至 6 月 28 日(五)下午 5 點截止。
- 三、活動時間：113 年 7 月 1 日(一)至 8 月 31 日(六)截止，並於 9 月 6 日(五)下午 5 點前完成健走資料上傳。
- 四、報名辦法：採個人組及團體組(每隊 5 人)報名，每人只能參加 1 組，不得跨組重覆報名參與，於本中心網站活動頁面進行報名。
- 五、活動規則：採累計里程制，每隊成員均需使用智慧型手機，下載登入「計步器-步行計算器」APP；每次健走(跑步)運動時，請先記得開啟 APP 連結，以利記錄健走步數；於活動期間內，共同累計總步數。



肆、獎勵方式：

- 一、達標禮：個人健走總步數達 48 萬者(8,000 步/天)，可獲得精美禮物 1 份。

團體健走總步數達240萬者(8,000步/天/人)，每人皆可獲得精美禮物1份。

二、**加碼獎**：個人組健走總步數前3名者可獲得禮券：第一名2,000元、第二名1,500元、第三名1,000元。

團體組健走總步數前3名者可獲得禮券：第一名6,000元、第二名5,000元，第三名3,000元。

三、獲獎名單，將公布於本中心網站。

伍、注意事項：

一、主辦單位保留隨時修正本活動之權利(如：可視實際執行情形調整報名及活動期間等)。如有變動將另行公告於本中心網站。

二、得獎通知一律以「手機電話通知」，參加者保證所有填寫資料或提供資料真實而正確，如有資料不完整、造假或無法聯絡等情況，主辦單位有權取消參與活動及中獎資格。

三、得獎名單將公告於本中心網站，並於公告後7個工作日內，以電話或電子郵件方式聯繫得獎者本人至多3次，自通知日起逾20日未提供領據正本，視同放棄權益。

四、得獎者須依規定交付身分證正反面影本，若得獎者經通知拒絕繳納代扣稅額，視為得獎者放棄得獎權益，將進行得獎名單遞補，亦不另行公告。

五、本活動依中華民國稅法規定，舉凡得獎金額或獎項年度累計價值超過新臺幣1,000元者，將列入本年度之個人綜合所得稅申報，得獎人需按規定繳交相關資料。

六、主辦單位保留活動相關內容變更與解釋權，所有訊息以活動網站作為公告方式，如有未盡事宜，得由主辦單位修正公佈之；如有爭議，主辦單位有最終決定權。

