



Kedves Gyerekek!

Szeptember 23-án indul a Millió Lépés az Iskoláért őszi fordulója!

Az akció célja, hogy 2024. szeptember 23-tól 11 héten át a lehető legtöbb magyar gyermek mozogjon minden nap, és velük együtt váljon mindannyiunk élete részévé az aktív életmód.

A kihívásban az ingyenes MillióLépés mobilapplikáció letöltésével lehet részt venni, amelyben a lépések mellett további 60-féle mozgásforma alakítható át lépésszámmá. A játékban a lépésszámokat kell gyűjteni, amellyel a versenyzők virtuálisan bejárhatják a teljes magyar Kékkör útvonalát, megismerve a legszebb hazai látnivalókat.

www.milliolepes.hu

Az applikációban benne van iskolánk, csak ki kell választani. Csatlakozz egy meglévő osztályhoz vagy hozz létre egy újat! .

Tudtad, hogy a Millió lépés programot sokkal több nő használja, mint férfi?

Idén ősszel a minél több ember megmozgatása mellett szeretnének a férfi egészségre is figyelmet irányítani.

Mozgassuk meg a férfiakat, apákat, nagyapákat, és gyűjtsünk együtt lépéseket az iskolánknak!

Legyen a mi iskolánk is részese az ország legnagyobb kihívásának, amelyben megmozgatjuk a diákokat, szülőket, nagyszülőket, tanárokat és mindenkit, aki aktív mozgással szeretné segíteni iskolánkat.

2024. szeptember 20.



igazgató

ÚJ TANÉV, ÚJ KIHÍVÁS!

NYERJ 1 MILLIÓ FORINTOT A SULIDNAK!

MILLIÓ
LÉPÉS AZ **ISKOLÁDÉRT**



START
SZEPTEMBER 23-TÓL
11 HÉTEN ÁT!

GYERÜNK APUKÁM!

MOZGASSUK MEG A FÉRFIAKAT, APUT ÉS NAGYAPUT,
HOGY EGÉSZSÉGESEBB ÉLETET ÉLJENEK!

HOGYAN? MOZOGJ!

Mindegy, hogy focizol vagy úszol, táncolni vagy sétálni van kedved. A lényeg: gyűjtsetek minél több lépést az iskoládnak.

Az Országos Kékkör hosszát legalább hétszer teljesítő – de korábban még nem nyertes – iskolák között 100-szor 1 millió forintot sorsolunk ki sporteszközök vásárlására.

MIVEL?

Töltsd le az ingyenes Milliólépés mobil-applikációt, amely 60-féle mozgásformát képes lépésszámokká alakítani.

ÚJDONSÁG!

LÉPJ BE MINDENNAP AZ APPBA ÉS NYERJ A KVÍZJÁTÉKON!

Mindennap kapsz egy Tudtad-e üzenetet az appba és ezekből minden héten lesz egy online kvízkérdés. A helyesen válaszolók között értékes nyereményeket sorsolunk ki!



GYŰJTSD A ZÖLD PONTOKAT, ÉS NYERJ!

Mindennap bejelölheted egy felugró ablakban, hogyan mentél iskolába vagy munkába.

- **Zöld:** gyalog, kerékpárral, rollerrel – 2 zöld pont.
- **Sárga:** közösségi közlekedéssel – 1 zöld pont.
- **Piros:** gépkocsival 0 pont (de ha 1000 lépéssel hamarabb szállsz ki az autóból, akkor 1 zöld pont).

A zölden közlekedők között naponta 1 darab Millió Lépés-pólót sorsolunk ki. A pontok az iskolánál gyűlnek, és minden 2000 pontért egy sorsjegy jár. Minden péntek „zöldpéntek”, amikor az aznapi pontod duplát ér.

A sorsoláson 30 szerencsés iskola nyerhet 250 000 forintot.

MI VÁR RÁD, HA BENEVEZEL?

- Láthatod, hány lépést és Zöld pontot gyűjtöttél a sulidnak.
- Naponta érdekes, „Tudtad-e?” üzeneteket kapsz a mozgásról és az egészség megőrzéséről, ami a szüleidnek is fontos!
- Minden héten más-más sportoló, művész, híres ember inspirál a mozgásra.
- Mindennap hétköznap megnyerheted az egyedi Millió Lépés-pólók egyikét.



HOGYAN CSATLAKOZHATSZ A VERSENYHEZ?

Töltsd le a MillióLépés applikációt, regisztrálj és kövesd az app-ban lévő utasításokat!

WWW.MILLIOLEPES.HU

BENNE VAGY?

