

일상이 운동이 되는 워킹챌린지

시즌2 새롭게 시작합니다.

추진기간 2024. 9. 2.(월) ~ 10. 31.(목)

참여대상 남양주시공사에서 운영하는 15개 시설 이용객
*체육문화센터 8개소, 진접선 역사 3개소, 청소년 및 어린이시설 4개소

주요내용 체육문화센터 등 시설 방문시 걸어서 이용하시도록 적극 응원하는
건강&환경보호 실천 캠페인

참여방법 QR코드로 '걷기챌린지 카카오 채널' 친구추가- 참가신청

시 상 설정 기간내 걸음수 확인이 가능한 개별 걷기앱을 사용하여 캡처 이
미지 인증(걷기챌린지 카카오채널을 통해 제출) *9월말, 10월말 이
미지 인증(9~10월 누적걸음수 시상)

구분	시 상	시상품
참가상	참가자 중 시설별 10명 추천 (총 130명)	스타벅스 기프티콘 (아메리카노 1잔)
개인시상	시설별 걸음수 랭킹 1위(총 13명)	온누리상품권 10만원
단체시상	체육문화센터 참여자수 랭킹 1~3위 (총3개팀)	1위 온누리상품권 50만원 2위 온누리상품권 40만원 3위 온누리상품권 30만원



워킹챌린지 참여하기

나, 너, 우리를
바꾸는 일상
함께해요



건강 UP

매일 걷는 습관은 체중관리,
심혈관건강, 근육강화, 스트
레스 감소에 도움을 줍니다.



환경 BETTER

매일 7,000보를 걷는다면 탄소
배출을 줄여 1년이면 소나무 2
그루를 심는 효과가 있습니다.



문의

전략기획부 031-560-1062

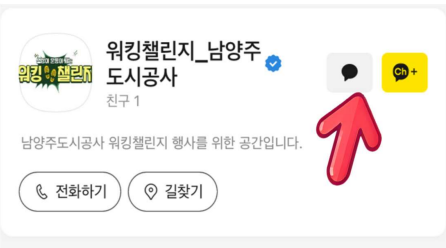
시즌2 워킹챌린지 어떻게 참여하나요?

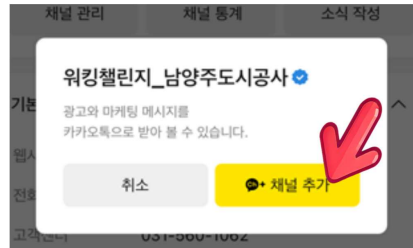
① QR 코드 촬영-카카오톡 채널 추가

QR코드



워킹챌린지_남양주도시공사 채널추가





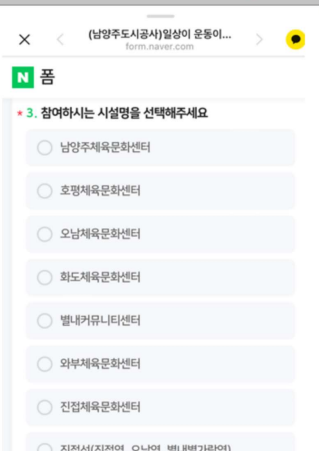
② 참가하기-네이버 폼 작성

참가하기 클릭



네이버 폼 작성







③ 내 센서 선택/자동기부 설정

채널을 통해 걸음수 전송



- Q. 개인실적 인증은 어떻게?**
9월말, 10월말(총2회) 개별 앱 캡처 이미지를 '워킹챌린지 카카오톡 채널'을 통해 제출
- Q. 어떤 앱을 사용해야 할까?**
설정 기간내 걸음수 확인이 가능한 개별 앱을 사용(캐시워크, 만보기, 삼성헬스, 아이폰 건강 등)