

Piedalies soļošanas maratonā!

Date : 09/07/2021

Soļot ir veselīgi! Ikdienas steigā bieži aizmirstam piecelties un vienkārši pastaigāties! Lai motivētu sevi soļot, piedalies soļošanas maratonā no 12. jūlija līdz 29. augustam!

Kā tas viss notiks?

- Katru dienu krāj soļus savā viedierīcē vai viedpulkstenī.
- Katras nedēļas svētdienā atsūti WhatsApp ekrānšāviņu ar nedēļas veikumu vai ar katru nedēļas dienu atsevišķi vai atsūti fotogrāfiju ar viedpulkstenī uzrādīto informāciju par soļu skaitu.

!!!BŪTISKI! Ekrānšāviņā vai fotogrāfijā ir jābūt skaidri saprotamam, kurās dienās, nedēļā šis skaits tika sasniegts!

*Ja vēlies piedalīties sacensībā par dienas rekordistu, tad iesūti tikai 1 dienā noieto soļu skaitu.

Vairāk informācijas un fotogrāfijas sūti uz WhatsApp - 29 354 160

Ir iespējams sūtīt arī uz e-pastu: eva.sele@jekabpils.lv

Septembrī apbalvosim, kurš maratona laikā būs ieguvis vislielāko soļu skaitu:

- dienas laikā;
- nedēļas laikā;
- visā maratonā.

*Informāciju sagatavoja:
Jēkabpils novada jaunatnes lietu speciāliste
Eva Sēle*