



Walking
Challenge

WALK to the MOON

11月は、みんなで月まで歩こう!

全参加者の合計歩数で、地球から月まで歩くことを目指します!



(1日8,000歩～10,000歩を目標にすると、2,000人30日間で月まで行くことができます)

ウォーキングチャレンジ2021 参加者募集中!

【実施概要】

対象者	長崎大学に在籍する学生、教職員 *参加形態は、個人とチーム(2～10名)の2通りがあり、いずれか一方に参加可能です。 チームの場合は、少なくとも1名が長崎大学に在籍していれば、ご家族やお友達も参加可能です。
参加登録期間	2021年10月5日(火)～10月20日(水)
ウォーキング期間	2021年11月1日(月)～11月30日(火)
歩数計測方法	スマートフォンの歩数計アプリ、アナログの歩数計・活動量計などがご利用いただけます。 詳細は ウォーキングチャレンジ2021のウェブサイト をご覧ください。
参加登録方法	ウォーキングチャレンジ2021のウェブサイトからご登録ください ウォーキングチャレンジ(hckn.org)
主催・共催	主催：長崎大学 共催：全国大学保健管理協会
お問い合わせ先	長崎大学保健センター E-Mail：health_phn@ml.nagasaki-u.ac.jp ウォーキングチャレンジ事務局 E-Mail：support@wc.hckn.org



Walking
Challenge

WALKING CHALLENGE

WALK TO THE MOON

Let's walk to the moon together!

Aiming to walk from the earth to the moon together with all participants.

If each participant walks at least 8,000 steps per day, we could reach the moon with the help of 2,000 participants throughout the 30 day-period!



Nagasaki University
participated
for the first time!

Participants/team whose average number of steps per person per day exceeds 8,000 steps during challenge period will be eligible to enter for prize lucky.

Recruiting for Walking Challenge 2021

【Guidelines and rules】

Target population	All staffs and students of Nagasaki University * There are 2 types of participation; individual and team (2-10members), and you can participate in either one. In the case of team participation, families and friends can participate as long as at least one person is enrolled at Nagasaki University
Registration period	October 5,2021 (Tue) ~October 20,2021 (Wed)
Walking period	November 1, 2021 (Mon) ~November 30,2021 (Tue)
How to track the number of steps?	Participants are encouraged to use their own pedometers, smartphones during the challenge. See the " Walking Challenge Website " for more details
How to participate?	Please register after you have understood the details of the challenge as described on the website. ウォーキングチャレンジ (hckn.org)
Partnership	Nagasaki University, Japan University Health Association
Inquiry	Walking Challenge Steering Committee Email:support@wc.hckn.org Nagasaki University Health Center E-Mail : health_phn@ml.nagasaki-u.ac.jp

