

V súvislosti so Svetovým dňom – pohybom ku zdraviu Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej Bystrici pod záštitou Úradu verejného zdravotníctva v SR v spolupráci s ostatnými regionálnymi úradmi verejného zdravotníctva v SR vyhlasuje IX. ročník kampane „Vyzvi srdce k pohybu“. Kampaň bude trvať od 10. mája do 1. augusta 2021.

Do kampane sa môže zapojiť každý bez rozdielu veku. Súčasťou kampane je aj súťaž o vecné dary v podobe peňažných poukážok na nákup športových potrieb či personalizované jedálničky. Podmienkou na zaradenie do žrebovania je vykonávanie fyzickej aktivity aspoň 150 minút strednej intenzity alebo 75 minút vysokej intenzity alebo adekvátnej časovej kombinácie týchto intenzít týždenne počas minimálne **4 týždňov za sebou**.

Online formulár alebo účastnícky list môžu súťažiaci vyplniť len raz a až po splnení podmienok súťaže, alebo na konci kampane. Online formulár bude prístupný až mesiac po začatí kampane. Ak sa súťažiaci rozhodne pre túto formu, pred začatím vykonávania aktivít, by si mal poznačiť počiatočnú váhu a aktivity si zatiaľ zaznamenávať mimo formulár.