“一天一万步，百日到北京”

万名党员健步走活动方案

一、活动主题

组织市直机关万名党员健步走一百天，“一天一万步，百日到北京”。目的在于提高身体素质，锻炼意志品质，增强党员修养，以党员集中活动迎接党的十九大胜利召开。

二、活动时间

2017年3月20日-2017年6月27日（历时100天）

三、具体内容

采取线下实地健步走，线上虚拟到北京的方式。以每天步行10000步为基准，每天行程4.5公里折算，全程设定虚拟路线450公里，约等于滨州---北京实际距离。

活动虚拟路线图**：**滨州（起点）-沧州-天津-廊坊-北京（终点）

****

1. 加入方法

（1）手机下载APP悦动圈。个人在手机上下载“悦动圈”软件，安装完成后用个人微信登录，点击“圈子”---加入圈子--- 输入ID：1300758----点搜索----“一天一万步，百日到北京”活动-----加入圈子。

（2）手机QQ或微信扫描下面二维码后加入“一天一万步，百日到北京”活动圈子。

****

加入圈子成功后必须在个人微信名下备注本人工作单位和实名，例：市直机关工委王某某。

五、奖励方法

万名党员健步走活动期间由组委会组织线上挑战赛并进行排行榜统计，线下每月组织一次集中活动，具体通知见市直机关工委党建平台。活动结束后将评选出优秀个人和优秀组织单位进行奖励，并由市直机关工委于“七一”前统一组织到北京天安门广场举行颁奖仪式，同时进行观看升旗仪式，重温入党誓词等党员教育活动。

项目联系人：张永鹏，联系电话：13561594288。