

COS'È LET'S MOVE:

Let's move è una campagna globale di sensibilizzazione sull'importanza dell'attività fisica per combattere l'obesità e lo stile di vita sedentario. L'iniziativa nasce dalla volontà di Technogym e centinaia di centri fitness nel mondo, tra cui Serendip, aderiscono al programma dal 11 al 30 marzo 2019.

Crediamo nel valore dell'educazione alla attività fisica fin dalla giovane età. Oggi sempre più bambini sono sovrappeso, per questo vogliamo sensibilizzare le persone sulla possibilità di adottare un nuovo stile di vita.

Sono previsti riconoscimenti importanti e di grande valore: attrezzature sportive donate direttamente da Technogym a un Ente no profit del territorio Pratese tramite Serendip. Questo sarà possibile con il conseguimento di determinati obiettivi numerici espressi in MOVE.

Il MOVE di Technogym è un nuovo modo di misurare l'attività fisica che accomuna tutti. Basato sull'effettivo movimento corporeo, consente di misurare e confrontare il livello di attività dei partecipanti durante la Campagna. Più ci si muove e si è veloci, più MOVE si raccolgono.

- Con 10.000.000 di MOVE l'ente ottiene una donazione di 10.000 Euro in prodotti Technogym.
- Con 3.000.000 di MOVE l'ente ottiene una donazione di 3.000 Euro in prodotti Technogym.
- Con 1.000.000 di MOVE l'ente ottiene una donazione di 250,00 Euro in prodotti Technogym.

Ognuno potrà donare la propria attività fisica sotto forma di MOVE, per combattere l'obesità nella propria comunità locale.



L'ente scelto da Serendip è la **Fondazione AMI Prato Onlus**, che destinerà i MOVE al Progetto **PRAMA**.

CHI PUÒ PARTECIPARE:

Possono partecipare tutti i clienti che risultano iscritti (sopra i 18 anni) presso Serendip con profilo My Wellness attivo (<https://www.mywellness.com/serendip>).

Possono partecipare persone esterne che avranno accesso gratuitamente alla palestra per la durata dell'evento.

COME SI POSSONO DONARE MOVE:

Si possono donare MOVE in diversi modi:

- 20 macchine cardio in Sala Fitness (riconoscibili dallo schermo Touch);
- 1 skill mill + 1 skill row + 1 skill bike + 1 climb (riconoscibili dallo schermo Touch);
- durante le attività di OMNIA, 30' BRUCIA GRASSI e i corsi gialli;
- In tutte le attività all'aperto (grande novità di quest'anno) purché tracciabili da un cardio frequenziometro.

Durante tutta la durata del challenge ci saranno tante tappe intermedie in cui premieremo tutta la tribù che parteciperà all'evento.

COME ISCRIVERSI:

Le iscrizioni a Let's Move si possono fare direttamente presso la sala con lo staff, oppure personalmente dalla App My Wellness disponibile sullo store del proprio smartphone.

Chi non ha un abbonamento in Serendip può partecipare ottenendo un Guest Pass all'indirizzo: <http://bit.ly/guest2019>

COME ACCUMULARE MOVE:

Dopo aver fatto l'iscrizione dobbiamo muoverci!!

Prima però ricordati che:

- **sulle macchine cardio è sufficiente effettuare il riconoscimento con il proprio smartphone o le credenziali del profilo My Wellness (mail), i move accumulati saranno conteggiati automaticamente.**
- **su tutte le altre macchine segnalate devi dotarti di chiavetta, presa presso gli istruttori di sala, inserirla nella macchina,**

allenarti e una volta terminato vai ad inserire la chiavetta nei totem segnalati.

Ogni iscritto alla sfida può accumulare al **MASSIMO 2000 MOVE AL GIORNO**.

COME GESTIRE LA CHIAVETTA:

Puoi richiedere una chiavetta in comodato d'uso per la durata dell'evento. Altrimenti puoi richiedere una chiavetta generica. Per il periodo di Let's Move porta la chiavetta sempre con te (non devi consegnarla a nessuno dello staff), al termine dell'evento (30/3) la stessa va riconsegnata presso la reception (dal 3 al 10 aprile) pena addebito di € 20.

QUALI PREMI CI SONO PER I PARTECIPANTI?**1° CLASSIFICATO**

- 1 Cena per 2 persone
- 1 Mese di abbonamento regalo
- 1 KIT Serendip

2° CLASSIFICATO

- 1 Pranzo al serendip cafe
- 1 mese di abbonamento regalo
- 1 KIT Serendip

3° CLASSIFICATO

- 1 mese di abbonamento regalo
- 1 KIT Serendip

Inoltre, tutti i partecipanti, al raggiungimento di determinate soglie di MOVE, otterranno:

- al raggiungimento di **5.000 MOVE**: SACCA GIALLA*
- al raggiungimento di **7.000 MOVE**: LA NUOVA MAGLIA GIALLA*
- al raggiungimento di **10.000 MOVE** UN PREMIO A SCELTA TRA:
 - 1 allenamento da 30 minuti con un personal trainer;
 - oppure 1 visita dalla nutrizionista;
 - oppure 1 BIA (misurazione composizione corporea).

* Fino ad esaurimento scorte.

