

# 2019 嘉義市 瘦身王挑戰賽

報名期間 5.1 ▶ 8.31



## 挑戰資格

- 18歲以上，在嘉義市設籍、居住、工作、就學的民眾（如右圖所示）。
- BMI  $\geq 24 \text{ kg/m}^2$  或男生體脂肪  $\geq 25\%$ 、女生體脂肪  $\geq 30\%$ 。
- 孕婦及經醫師診斷不適參加體重管理者，不予納入。



## 報名方式

請至「嘉義A健康臉書粉絲專頁」  
查詢或於FB搜尋「嘉義市瘦身王」

組別	報名年齡
青春超模組	18~30歲
性感健美組	31~50歲
勇氣回春組	$\geq 51$ 歲

嘉義市10人以上職場報名本活動，可來電預約至貴單位進行2次集體體重測量

嘉義市政府衛生局預約專線  
05-2341906 施小姐

## 比賽內容

報名起至2019年9月30日完成瘦身挑戰 詳情請至「嘉義A健康臉書粉絲專頁」查詢

減重率公式：

後測體重 (2019/9/30前) - 前測體重 (間隔一個月以上) X 100%

前測體重

## 參賽好康

- 依據個人體質，為您量身打造運動建議及營養諮詢。

嘉義市國民運動中心  
【免費Inbody檢測】限期兌換券 X 25張

嘉義市社區營養推廣中心  
【免費營養諮詢】限期兌換券 X 25張

- 減重1公斤可獲得1次線上摸彩機會，預計抽出：

藍牙耳機(運動好幫手) X 3名

行動式果汁機(營養好幫手) X 5名

## 【瘦身王】獎勵內容

依據減重率，自青春超模組、性感健美組、勇氣回春組取優勝名次，減重率若同名次，由本局依據減重紀錄擇優選之。

第一名 10,000元等值提貨券。

第二名 8,000元等值提貨券。

第三名 5,000元等值提貨券。

第四至十名 嘉義市國民運動中心免費體適能體驗1次、嘉義市社區營養推廣中心免費營養諮詢1次。

★本局預計於10月頒贈獎勵及抽出參賽獎，獲獎名單及領獎方式請至嘉義市政府衛生局網站/衛生保健/健康體位專區及嘉義A健康臉書粉絲專頁查詢。

