



運動里數轉化正能量 為弱勢社群送暖

隨時「跑」靈活自主 一家大細立即組隊挑戰！

立即參與



敬啟者：為配合年度主題「運動高飛」，本局特意推出「保良局 2020 Virtual Sport 線上挑戰」電子平台，鼓勵學生及家長每日抽時間做運動，並透過運動里數轉化為保良局各項安老服務，送贈有需要人士，為運動多添一份意義。

活動鼓勵參加者以個人或家庭形式組隊參與，並於 **3月15日前** 完成線上挑戰，「跑經」六大「虛擬檢查站」，以完成累計 200 公里的行程！有關活動**費用全免**，敬請踴躍支持，以運動精神將祝福送給弱勢社群。請即登入活動網址 <https://vs2020.plk.org.hk> 或掃描 QR 圖碼，以了解活動詳情及報名。

敬請 積極參與並呼籲身邊友好慷慨捐助，鼎力支持這項極具意義的活動，藉此帶動運動風氣，並培養學生身、心健康。

衷心感謝你的支持！

此致

各位家長/監護人

保良局主席兼屬校總校監 馬清楠律師太平紳士

謹 馬清楠 啟

二零二零年一月

賽事資訊

首階段活動以「環繞香港200公里」為活動主題，鼓勵參加者將運動融入生活，時時行善。參加者需於10星期內完成「環繞香港」的200公里虛擬目標，並為**安老服務**籌募善款。當參加者透過跑步或步行達成指定里數，將等同「抵達」相應虛擬地標，即可換取指定的禮品與精美獎牌，又或由活動贊助商/善長代表參加者送贈「醫·食·住·行」各項服務予有需要長者，將運動轉化為心意，實踐以運動行善。

Check Point	虛擬「途經」地標	累積里數	紀念品 / 心意捐助 (1名長者受惠)
1	銅鑼灣保良局 二級歷史建築中座大樓	-	參加者凡成功登記即可獲 贈防蚊手帶
2	馬灣	25 km	(醫) 享用保良局陪診服務
3	元朗保良局青年綠洲	50 km	(食) 於保良局社區飯堂享用一頓 營養熱餐
4	西貢保良局賽馬會 北潭涌渡假營	100 km	(住) 接受保良局職業治療師作家 居安全評估
5	龍咀	150 km	(行) 接受保良局物理治療師上門 提供合適運動
6	回到保良局中座	200 km	參加者成功完成 200 運動公里挑 戰，便可獲得紀念獎牌及活動紀念 品。

