



## Regulamento

Designação : Dia Mundial de Desafio 2017

Data : 31 de Maio (quarta-feira)

Horário : 07:00 - 21:00

Destinatários: Todos os cidadãos da RAEM

Forma : Realização, durante 15 minutos seguidos, de qualquer tipo de actividade física ou desportiva, em qualquer local.

Actividades: 1. Aulas de educação física, treino desportivo ou actividade recreativo-desportiva extra-curricular.  
2. Actividades desportivas das associações e colectividades.  
3. Marcha, corrida ou qualquer exercício de manutenção.  
4. Caminhada a determinada velocidade em estradas ou em qualquer lugar, ou subida de escadas.  
5. Ginástica a fazer no recinto de trabalho.

Animação: 1. No Jardim de Iao Hon, pelas 8h15.

2. No Largo do Senado, pelas 17h30.

As instituições, associações ou indivíduos podem registar-se, depois de terminadas as actividades supracitadas:

- Registo pelo Telefone: 2823 6363

- Registo na Internet: [www.macauchallengeday.com](http://www.macauchallengeday.com)

- Registo por Fax: 8796 5611

Para o fornecimento de mais informações ou de instruções técnicas, é favor contactar a Organização, durante as horas de expediente, pelo telefone n.º: 2823 6363