

COSA E' LET'S MOVE FOR A BETTER WORLD?

LMFABW è un'iniziativa mondiale promossa da Technogym, che si svolge presso i centri fitness di tutto il mondo per incoraggiare un maggior numero di persone a diventare più attive. In particolare la campagna sociale è rivolta a combattere l'obesità infantile e lo stile di vita sedentario.

QUAL'E' L'OBIETTIVO PRINCIPALE?

Lo scopo della gara è accumulare i MOVEs. I tre club classificati sul circuito Nazionale vincono la possibilità di donare attrezzature Technogym a un'organizzazione no profit locale. Nel nostro caso, al **Liceo Scientifico Manfredi Azzarita**.

COSA SONO I MOVEs?

I MOVEs sono la misura della tua attività fisica quotidiana. Più spesso e più velocemente ti muovi, più accumuli MOVEs. A differenza delle calorie, i MOVEs sono indipendenti dal peso corporeo.

COME FACCIAMO A CALCOLARE I MOVEs E A SAPERE QUANTI NE PRODUCIAMO?

Il tuo club AQUANIENE è attrezzato con le macchine Technogym collegate alla piattaforma Mywellnesscloud® che sono in grado di tradurre in MOVEs gli allenamenti fatti dagli iscritti al singolo club. Infatti già ora avrai visto sui display dei macchinari che usi solitamente, una finestra dove sono conteggiati.

COME CI SI ISCRIVE?

L'iscrizione è GRATUITA. Gli insegnanti della Sala Cardio Isotonica ti aiuteranno a registrarti in pochi secondi inserendo la chiave Tgs o il tuo account MyWellness all'interno del chiosco dove solitamente registri il tuo allenamento.

QUANDO COMINCIA E QUANDO FINISCE LA SFIDA?

L'iniziativa partirà alle ore 09:00 (GMT+1) del **13 marzo 2017** e il conteggio dei MOVEs terminerà alle 23:59:59 (GMT+1) del **31 marzo 2016**.

COSA DEVO FARE DAL 13 MARZO PER FAR ACCUMULARE I MOVEs?

Per raccogliere i MOVEs utili all'iniziativa, l'utente dovrà allenarsi su una o più macchine cardio o forza allestite in sala cardio isotonica, utilizzando il proprio account mywellness.com oppure la chiave TGS assegnata personalmente.

I MOVEs relativi ad attività svolte al di fuori del Club ovvero caricati manualmente sul proprio account mywellness.com NON saranno validi per il calcolo dei MOVEs rilevanti ai fini dell'iniziativa.

CI SONO LIMITI ALL'ALLENAMENTO?

Per evitare stratagemmi che hanno squalificato alcuni centri nelle precedenti edizioni, la Technogym ha stabilito che ciascun utente può raccogliere un numero massimo di 2000 MOVEs al giorno validi per l'iniziativa.

COME VERIFICHIAMO LA CLASSIFICA?

Partecipando a LMFABW, i MOVEs prodotti sono conteggiati tutti insieme e riscontrabili su dei grandi display presenti in sala, collegati in rete con gli altri club con aggiornamento degli obiettivi in tempo reale.

Sarà quindi visualizzata la CLASSIFICA CLUB che identifica la posizione in classifica dei singoli Club che partecipano all'iniziativa in Italia (RSM e Città del Vaticano comprese) in base ai MOVEs raccolti dagli utenti del Club che partecipano all'iniziativa (la classifica sarà aggiornata ogni giorno).

POSSO ACCUMULARE MOVEs SEMPLICEMENTE ALLENANDOMI SUI MACCHINARI?

Sì, ma i MOVEs si accumulano e sono conteggiati solo se inserisci il tuo account o la chiave TGS. Se non ce l'hai nessun problema, chiedi agli insegnanti ti aiuteranno a risolvere il problema in un minuto. L'importante è che quando ti alleni la CHIAVE TGS sia inserita!

POSSONO PARTECIPARE SOLO ISCRITTI AD AQUANIENE?

Gli iscritti ad Aquaniene sono i protagonisti assoluti. Ma proprio loro potranno estendere l'invito, eventualmente, ad amici e parenti che, anche per un solo giorno vogliono dare il loro contributo per questa nobile causa. Se non sono mai venuti nel nostro Club, possono fare un giorno di prova, registrarsi con un account provvisorio e aiutarci ad accumulare MOVEs per l'obiettivo finale.

ESISTE ANCHE UNA CLASSIFICA INTERNA TRA GLI UTENTI AQUANIENE?

Lo spirito dello Sport ormai elemento cardine del nostro club prevede chiaramente che l'iniziativa a sfondo sociale sia un'importante sfida motivazionale tra tutti i nostri utenti. Certamente l'invito è al massimo impegno senza rischiare danni alla salute e prossimamente sarà reso noto un regolamento interno per le sfide tra utenti Aquaniene.

CI SONO STATE ALTRE EDIZIONI?

2014: 10 nazioni coinvolte; **180 club** partecipanti; **21402 utenti**; **100** mln di MOVEs accumulati.

2015: 17 nazioni coinvolte; **356 club** partecipanti; **79832 utenti**; **315** mln di MOVEs accumulati.

2015: 21 nazioni coinvolte; **513 club** partecipanti; **122183 utenti**; **402** mln di MOVEs accumulati.