**关于举办“民族所第一届健步快乐行”活动的通知**

尊敬的各位工会会员：

为贯彻落实党的十八大关于广泛开展全民健身运动和中央群团工作会议精神，展示我所实施创新工程以来广大干部职工精神风貌，推动和鼓励广大职工积极强身健体，提高身体素质，同时增强凝聚力，以更加饱满的热情投入到工作中去，所工会将组织开展第一届健步快乐行活动。

本次活动严格遵循“团结、参与、节俭”的原则，以“增强体质、展示风采、提高凝聚力”为主题，突出群众性、参与性、广泛性，引导全所职工特别是科研人员积极强身健体，不断增强全所职工的身体素质和健康水平，同时增强团结合作意识。

现将具体事宜通知如下：

一、活动时间与地点

活动定于2016年4月23日上午9：00——11:30在奥林匹克森林公园。

二、报名时间及办法

报名方式：请各部门将参加活动人员的名单（含家属人数）汇总后，报送到工会乌云邮箱（wuyun@cass.org.cn)。活动报名表见附件1，报名截止时间为4月22日（星期五）下午17：00。

三、参加方法和奖励说明

活动按年龄段分为A、B、C、D四个组，A组由50后和60后组成；B组由70后组成；C组由80后和90后组成；D组由带家属的家庭组成。在每组内以抽签的形式，5人组成一小组来参加活动。

活动赛事结束后评出每组一、二、三等奖和鼓励奖，并为参加活动人员发放奖品，特别鼓励带家属参加活动，参加活动的家属也有小礼品（礼品回所后发放）。

四、活动要求及安排

1．参加人员：我所在职职工（可带家属，名额不限）均可参加活动。

2．注意事项：凡参加本次活动的会员，请于4月23日（星期六）上午9：00—9：30，自行前往奥林匹克森林公园南门。活动在奥林匹克森林公园南园内“乐跑健走道”环行一圈（约5公里），注意防晒，自备矿泉水和食品。

3．集合地点：于9：00至9：30在奥林匹克森林公园南门东面中金草坪（露天剧场处有民族所横幅）。

5．乘车路线：乘坐地铁10号线在北土城站换乘8号地铁线直达奥运森林公园终点B或C出口即到。自驾车人员，可在奥运森林公园南门临时停车场停放（有临时停车标志）。

6．联系人：乌云，李益志，电话：13511079581，13661189774。

五、温馨提示：

1．在准备健步走前要了解自己的身体状况，慢性病患者要听医嘱，健步走时要注意防护，避免发生意外。

2．运动的鞋要舒适合脚，柔软且有弹性，以免在长时间快步走时造成脚踝受伤。

民族所工会

2016年4月18日

**附件1:**

**“民族所第一届健步快乐行”活动报名表：**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 部门名称 | 参加人姓名 | 手机号 | 备注 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**附件2**

相关活动场地指示（现场发放）