

# UGORJ BELE A CIPŐDBE!

Napi pár ezer lépéssel két életet  
is menthetsz. Az egyik a tiéd!



**Szia!**

Ha még nem ismerjük egymást, én **Berente Judit** vagyok,  
veseátültetett parasportoló. 25 éve élek az új vesémmel,  
és ennek egyik titka a rendszeres testmozgás.  
Most Téged is meghívlak egy 10 hetes virtuális utazásra!

Mozdulj velem, és eljuthatsz Budapestről indulva Rómába,  
Bécsbe, Párizsba, Bostonba!



Millió lépés  
az életért

## FŐDÍJ:

Egy közös  
díszvacsora  
a 2020-as Év  
Parasportolójával!



**10 hetes programunk célja, hogy az egészséges és a szervátültetett emberek együtt mozduljanak meg egy jó ügyért: az EGÉSZSÉGÉRT!**

## **MIT KELL TENNED?**

1. Lépj be a [www.milliolepes.hu](http://www.milliolepes.hu) weboldalra és regisztrálj!
2. Töltsd le a Szervusz mobilappot okostelefonodra, ami automatikusan méri majd a napi lépéseid számát!
3. Indulhatsz barátaiddal együtt 5-fős csapatban vagy egyénileg!
4. Augusztus 23-tól 10 héten át minden nap végezz minél több, bármilyen testmozgást, amit az applikáció lépésekké konvertál.
5. Az október 30-ig legtöbb lépést begyűjtött csapatot és egyéni indulót meghívjuk egy közös díszvacsorára a 2020-as Év Parasportolójával!

## **NAPI PÁR EZER LÉPÉSEL KÉT ÉLETET IS MENTHETSZ. AZ EGYIK A TIÉD!**

A rendszeres mozgás nemcsak az egészséged megőrzésében segít, hanem számos krónikus betegség állapotát is javítja. Tarts velünk 10 héten át, és megígérjük: egyre sportosabb és edzettebb leszel!

## **VÁLASSZ AJÁNDÉKOT ÉS TÁMOGATÓI CSOMAGOT!**

A regisztrációnál három támogatói csomagot is választhatsz! Arany fokozatnál egy értékes ajándékosomagot, ezüstnél egy egyedi pólót, bronznál pedig egy kulacsot kapsz tőlünk ajándékba! A felajánlott összeggel pedig a COVID-sújtotta szervátültetett gyermekek és felnőttek segélyalapját fogod támogatni!

---

**Augusztus 23-tól indulunk. Regisztrálj most!**  
[www.milliolepes.hu](http://www.milliolepes.hu)