

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE

® European
School Sport
Day

RETO 15X15

#SEACTIVO

Inscribete AQUÍ



Co-funded by
the European Union



Consejo
Superior
de Deportes

DES
DEPORTE PARA
LA EDUCACIÓN Y LA SALUD



15 días x 1 hora de actividad física
15 días cumpliendo con el mínimo recomendado por la OMS
El mejor inicio de curso
CELEBRA LA SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE Y
EL DÍA EUROPEO DEL DEPORTE ESCOLAR

#SeActivo | www.seactivo.es

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE



RETO 15X15

#SEACTIVO

El **Reto 15x15 SeActivo** se desarrolla con apoyo de la plataforma MovingSchools.eu como una iniciativa sencilla, medible y altamente escalable, dirigida a todos los centros educativos de España para registrar la actividad física del alumnado entre el **16 y el 30 de septiembre**.

El mensaje es claro y alcanzable: **sumar 1 hora diaria de actividad durante 15 días es fácil** si se aprovechan las oportunidades cotidianas como el **transporte activo** al colegio (caminar o ir en bici), los **patios y recreos**, las **pausas activas** dentro de la jornada lectiva y una **actitud más activa durante las tardes**. A través de MovingSchools.eu, cada centro puede registrar de manera sencilla el tiempo acumulado, número de estudiantes participantes y tipo de actividad, generando un panel de datos agregados a nivel local, autonómico y nacional. Los centros que muestren un alto compromiso **serán invitados** a participar durante el curso 26-27 en el **programa online Centros Activos y Saludables** (40h de formación sobre educación en estilos de vida saludable) y quedarán registrados para **recibir los retos mensuales del MovingSchoolsChallenge para sus alumnos**.

Inscríbete AQUÍ



Co-funded by
the European Union



Consejo
Superior
de Deportes

#SeActivo | www.seactivo.es