

关于“运动”，健身主动

各：

为健身，内关健身和，
健身养和业，会、他人、会。在个
充力天，中围健身动，向全发出
，一助、互助，塑“”，。
今健身动主为“运动”。“运动”
命力和动，励命一个，受中喜和
。同，“运动”也倡，在中保乐向上
。“”关和，倡关内世、
、关他人。在中，、会内冲，
价值和义，从内和与。

“运动”健身主动下：

一、动

合“健身”“运动”健身动，
人任务，坚健身一，“以、以、以
体、以、以劳健身”主任务，以互动、体、动，
增和同伴友，培养乐品，促健身

(一) 命关：危 信号 别 团 力 升培

2024 4 2 中午， 中 和团 培 。
动包 三个 分， 一 分为危 信号 别 培 ， 二 分为团
动， 从 位为参与 受团 动。 三 分为反 与 ， 各
动 团 、团 受与启发。

(二) 命之：发 会

各 (区)在参与培 后，在各 召 会，主 为发
， 、 、他人 ，从 到 为 动 ，各
会在 4 2 -4 25 。

(三) 命：便 —— 写 10 后

“便 ——写 10 后 ” 主 动。 动在 4 9
到 4 11 下午 56 后 一 ，前 信公众号、 园
传，吸 参与。 动 场 便 写区和 交
区， 们在便 上写下 下 十 后 ， 位 可以凭借
一 便 取一 。 动 后 优 内 在 4 传 。

(四)： 健

区 健 。 二 址参加，
动 为 4 1 4 23 。 作 况 一二三 名，发
动奖品和 ， 参与 优 ， 发 。 动 址：
<https://alex201.mralex.cn/project/ericssonpage/consult/pages/login/tenant/HandLogin?tenantId=265&branchId=> (号： 号，初 :
123456) 。

(五) 园： 健 ——人 处

南京 专 全 健 ， 为 4 8
会 ，主 为“人 处 ‘ ’ ”。 23 在 告厅 ， 两 区其
他 在 。

(六)：加入 “ ” 园发 “ ”

北 区 “ 园 ”主 动。以 为单位， “ ”。
北原 园 各个地 及人 ， 单上 出

校内建筑与特定人物打卡，每个班级根据活动清单完成教师类（任选3项）+同

