

個人でも
チームでも参加OK!

毎年恒例 ウォーキングラリー

参加者募集!

2020/10/1~11/30

エントリー期間：9/1~30

8,000歩
→ 6,000歩!

今年は目標歩数を減らして2ヶ月!

運動習慣を身につけて免疫力UP!

参加してPepポイントもGET!!

個人やチームで
平均6,000歩/日以上達成すると
500~1,000Pepポイントに加えて

抽選で **asics**
GEL-KAYANO® 27
ランニングシューズ
(17,600円相当)
プレゼント!



チームでエン
トリーすると
500Pep
ポイント
もらえるよ!



今すぐ

pepUp.

からエントリーを!

https://pepup.life/users/sign_in



- ★まだ登録をしていない方：<https://pepup.life/users/invitation/resend>
(初期登録は会社のメールアドレス、もしくは封書で連絡しているID・PWです)
- ★PWを忘れてしまった方：<https://pepup.life/users/password/new>

被扶養者の方も
参加できます!

pepUp. は、POグループ健康保険組合加入者のための健康支援WEBサイトです!

その他、PepUpの登録について不明な点等ありましたら、POグループ健康保険組合までご連絡ください。

(代表メールアドレス：pogkenpo@po-holdings.co.jp)

●個人エントリーについて

個人エントリーは、**pepUp** から以下の手順で行います。

①PCもしくはスマートフォンでログイン



②ホームのイベントページにアクセス



③下部の「参加する」を選択



これで個人エントリーは完了です。

●チームエントリーについて(チームの人数は3名以上から10名以下となります)

個人エントリー完了後、**pepUp** イベントページからチーム作成・登録ができます。

①イベントページの「新規チーム作成」を選択 ②チーム名などを入力



【必ずご確認ください】

これでチーム作成は完了です。

チームは3名以上から10名で編成できます。

チームの名称や説明文をご設定いただく際は、他チームと重ならないよう、工夫をお願いします。

チームが作成されたら、チームに加入しよう！

①「チームを選択」からチームを選び「確認する」を選択



②チームメンバーを確認し、「参加する」を選択



これでチームエントリーは完了です。

●歩数の記録方法(申告)について

歩数は、**pepUp** から自分で記録・管理します。

①イベントページから「歩数を入力」を選択 ②1日の合計歩数と日付を入力



【歩数の計測について】

記録するための歩数は、お手持ちのスマートフォンやウェアラブル端末、歩数計などで、ご計測ください。

計測するものがない場合、健康保険組合から歩数計をお貸出しすることができますので、所属会社の人事部門までご連絡ください。

1日の歩数上限は1万5000歩です。それ以上は記録されませんのでご注意ください。

●目標達成賞について(個人賞/チーム賞/特別賞)

以下は目標と達成賞の内容です。奮ってご参加ください！

個人達成賞

1日平均6,000歩以上達成

500 Pepポイント

1日平均8,000歩以上達成

1,000 Pepポイント



チーム達成賞

1日平均6,000歩以上達成

500 Pepポイント

1日平均8,000歩以上達成

1,000 Pepポイント

※チームエントリーすると500Pepポイント！

特別賞

6,000歩以上を達成した
3チーム&各社個人1名の方に
抽選でプレゼント！

アシックスの高性能ランニングシューズ
GEL-KAYANO® 27 (17,600円相当)

※サイズ・カラー・幅 選べます！！

