



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

"تحدي دبي للياقة 2018" يختتم فعالياته بنجاح باهر

التحدي شهد التزام 1,053,102 مشارك اختاروا اتباع أسلوب حياة أكثر صحةً ونشاطاً على مدار 30 يوماً

- المبادرة شملت جميع أنحاء المدينة، وشجعت السكان من مختلف الأعمار ومستويات اللياقة، وحققت التزاماً كبيراً جداً بمزاولة 30 دقيقة من النشاط البدني يومياً على مدار 30 يوماً، ونجاحاً باهراً في سنتها الثانية، حيث شهدت مستويات مشاركة وتفاعل فاقت مثيلاتها في الدورة الأولى من التحدي
- شكل الشباب وطلاب المدارس أكثر من نصف المشاركين، تأكيداً على الأثر الإيجابي الذي أحدثته المبادرة في غرس عادات صحية في نفوسهم من عمر مبكر لترافقهم مدى الحياة

دبي، الإمارات العربية المتحدة، 4 ديسمبر 2018: بنجاح منقطع النظير، اختتم "تحدي دبي للياقة 2018"، فعاليات الدورة الثانية له عبر مشاركة 1,053,102 شخصاً، وامتدت فعالياته شهراً كاملاً وشملت أنحاء المدينة بأكملها، متفوقاً بذلك على الهدف الطموح الذي وضعه سموه في بداية التحدي باستقطاب مليون مشارك.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وقد قدّم "تحدي دبي للياقة 2018" وهو المبادرة التي أطلقها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي العام الماضي، برنامجاً أوسع وأكثر شمولاً وتفاعلاً هذا العام، ليحتّ مئآت الآلاف من السكّان والزوّار من مختلف الفئات العمرية ومستويات اللياقة على الالتزام بمزاولة 30 دقيقة من النشاط البدني يومياً لمدة 30 يوماً واتباع تغيير إيجابي يدوم طول العمر. وعلى امتداد فترة التحدي، احتضنت المدينة طيفاً واسعاً من فعاليات اللياقة والرياضة وأكثر من 8,000 حصة لياقة في أكثر من 250 موقعاً، إضافة إلى قرى اللياقة الخمس الجديدة لدورة 2018 التي شُيّدت في مجمعات رئيسية في دبي، وتم تجهيزها بمعدّات متكاملة حولت المدينة بأكملها إلى وجهة للأنشطة الرياضية المجانية للجميع، في خطوة إضافية ضمن مسيرة دبي نحو التحوّل إلى المدينة الأكثر نشاطاً على مستوى العالم.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وشهد تحدي دبي للياقة 2018، وهو الوحيد للياقة البدنية على مستوى العالم قائمة واسعة من الفعاليات المشوقة والناجحة التي نظمها شركاء الحدث ومنها سباق الألوان في دبي؛ سباق أكس دبي سبارتن؛ تحدي سبينس دبي 92 للدراجات الهوائية 4؛ سباق الجري للسيدات بدبي؛ سوبر سبورتس ترايثلون - حثًا وغيرها الكثير.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وحظي التحدي بدعم العديد من المشاهير ونجوم الرياضة من حول العالم، ومنهم ماركوس سميث الذي أتم 30 ماراتوناً في 30 يوماً؛ والسير مو فرح، أفضل الرياضيين البريطانيين في تاريخ الألعاب الأولمبية الحديث؛ وفريق "أينجل وولف" ببرنامج "معاً نستطيع" المجتمعي المعد خصيصاً لأصحاب الهمم؛ وكريس وهايدي باول الشهيران في عالم اللياقة اللذان قدما إلى دبي لتشجيع وإلهام المشاركين لتعزيز نشاطهم البدني والالتزام بأسلوب حياة أكثر صحة وسعادة حتى ما بعد فترة التحدي.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وفي هذا السياق، قال أحمد الخاجة، المدير التنفيذي لمؤسسة دبي للمهرجانات والتجزئة، إحدى مؤسسات دائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي "دي للسياحة": "يمثل "تحدي دبي للياقة" منصة مثالية لتحقيق رؤية سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي بتحويل دبي إلى المدينة الأكثر صحة ونشاطاً على مستوى العالم. ومن هذا المنطلق، يسعدنا أن نشاهد النتائج المتميزة التي حققها التحدي باستقطابه لأكثر من مليون مشارك في نسبة تشكّل واحداً من أصل كل ثلاثة من سكان الإمارة، كما أننا نثمن تضامن وجهود كافة أفراد المجتمع في دعم المبادرة، ونفخر بكوننا جزءاً من هذا الإنجاز الرامي إلى تحقيق ثقافة مستدامة للياقة والصحة لمجتمعنا. وأغتنم هذه الفرصة لأتوجّه بجزيل الشكر لجميع المشاركين من أفراد وجهات حكومية وشركات، إذ ساهمنا معاً في بناء إرثٍ مشترك و متميز لبناء مستقبل أكثر صحة وسعادة".



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وأظهرت البيانات التي جمعها "تحدي دبي للياقة" أن أكثر من نصف المشاركين في عام 2018 من الشباب، حيث شهدت المبادرة مشاركة 100% من المدارس والجامعات في دبي. وتأتي المشاركات المرتفعة للشباب تجسيدا لهدف التحدي بغرس عادات اللياقة والصحة في نفوسهم لتصبح أسلوب حياة يستمر معهم طوال العمر. وقد تضمنت أبرز الفعاليات التي استهدفت تشجيع الأطفال على مزاولة النشاط، تمارين "30X30" اليومية مع ديزني في جميع قرى اللياقة، وهي عبارة عن مقطع فيديو جاء ثمرة تعاون مع "شركة والت ديزني" مدته 30 دقيقة وتم ابتكاره ليتضمن تمارين للأطفال بصحبة عدد من أشهر الشخصيات وعلى وقع أشهر أغاني أفلام "ديزني"؛ "استوديوهات مارفل"؛ و"ديزني.بيكسار".



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وحظيت هذه الدورة من التحدي بدعم قوي من القطاعين العام والخاص، حيث بادرت مختلف الجهات بتنظيم العديد من الفعاليات المبتكرة والجذابة للموظفين والعملاء مما ساهم في تحفيز المجتمع بأكمله، بدءاً من الهيئات والدوائر الحكومية إلى المؤسسات التعليمية ومزودي الرعاية الصحية وشركات الخدمات والبنوك والمطوّرين، وقد أعرب الجميع عن التزامهم تجاه المبادرة ولعبوا دوراً محورياً في النجاح اللافت الذي حققته دورة التحدي لعام 2018.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018



وقد تضمن "تطبيق دبي للياقة" القائمة الكاملة للفعاليات الممتدة على مدار 30 يوماً من حصص وفعاليات اللياقة والأنشطة للجميع. وسيواصل التطبيق مساعدة الأشخاص على الاستمرار بالقيام بالنشاط البدني يومياً حتى بعد انتهاء فترة التحدي. وبإصداره لعام 2018، يتوفر التطبيق المتوافق مع جميع الأجهزة مجاناً على متجر تطبيقات "أبل" و"جوجل" Apple Store، و Google Play ويتيح للشغوفين باللياقة ربطه مع أبرز تطبيقات اللياقة الأخرى مثل "فيتبيت" و"سترافا" و"أبل هيلث"، في حين يمكن للراغبين بالتواصل مع مجتمع اللياقة في دبي أن يقوموا بتأسيس شبكات اللياقة أو الانضمام إلى شبكات الآخرين عبر جماعات اللياقة الاجتماعية المتخصصة، ومتابعة أصدقائهم ومشاركتهم التقدم الذي يحرزونه.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

وتأكيداً على دعم "مجلس دبي الرياضي" المتواصل للتحدي، قال **سعادة سعيد حارب، أمين عام مجلس دبي الرياضي**: "انتهت فترة التحدي الرسمية لكن جميع من شارك في التحدي حريص على الاستمرار بهذا النهج طوال العام لأن رسالة التحدي بأن لا نكتفي بـ 30 يوماً فقط بل بجعل هذا التحدي نهجاً في حياتنا، وتحمل هذه المبادرة الرائدة التي أطلقها ودعمها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس مجلس دبي الرياضي، الكثير من الأبعاد الإنسانية والمجتمعية، وتعد هذه التظاهرة الرياضية الكبيرة من أهم المبادرات التي تترجم مفاهيم الرياضة المجتمعية وترسخ ثقافة ممارسة النشاط البدني في المجتمع".

وأضاف أمين عام مجلس دبي الرياضي: "لاقت المبادرة تجاوباً كبيراً من مختلف أفراد المجتمع من الرجال والنساء والكبار والصغار من مختلف الجنسيات في كافة القطاعات والمؤسسات والدوائر الحكومية والخاصة في مختلف أرجاء الدولة، ليرسلوا بهذه المشاركة الواسعة رسالة واضحة إلى العالم بأن الإمارات ودبي على وجه الخصوص هي أنشط وأسعد مكان على وجه الأرض، ولتؤكد على أن دبي مدينة تتفوق على كل التحديات".

من جهته، قال **سعادة الدكتور عبد الله الكرم، رئيس مجلس المديرين مدير عام هيئة المعرفة والتنمية البشرية بدبي**، وهي أيضاً من الشركاء الاستراتيجيين للتحدي: "إننا فخورون بتفاعل مجتمعنا مع تحدي دبي للياقة في دورته الثانية، والذي يجسد أفضل ما نمتلكه كأفراد، وما تتميز به مدينتنا. وعلى مدار 30 يوماً من مشاركتنا قدمنا حزمة متنوعة من الأنشطة البدنية والرياضية بمشاركة طلبتنا والمعلمين والقيادات المدرسية وأولياء الأمور، بالإضافة إلى انضمامنا إلى مختلف أفراد العائلات من مختلف الأعمار والثقافات ضمن وجهات رياضية متنوعة منتشرة في مختلف أنحاء المدينة، فقد تعلمنا الكثير عبر ممارسة ألعاب جديدة منها رياضة المبارزة والبولو ولعبة كابدي".

وأضاف قائلاً: "شكّلت كل خطوة لنا أثناء التحدي نقلة جديدة نحو إعادة اكتشاف أنفسنا وعيش المزيد من السعادة وجودة الحياة، وبناء صداقات جديدة والاستفادة من قصص ملهمة لأشخاص من جنسيات مختلفة، أو بمستويات متفاوتة من اللياقة البدنية، كما لمسنا أثناء مشاركتنا في الفعاليات الرياضية



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

وأنشطة اللياقة البدنية التي استضافتها مراكز الترفيه للأطفال استقبال هذه المراكز لأعضاء جدد يجمعهم شغف اللياقة والتواصل الإيجابي، فضلاً عن مدارسنا وجامعاتنا التي أظهرت التزاماً وشغفاً من أجل تعزيز ممارسة تمارين النشاط كأسلوب حياة يجمع المجتمع ضمن تجربة ثرية ملؤها السعادة والمرح".

ولفت مدير عام هيئة المعرفة والتنمية البشرية إلى أن "النجاح الذي تحقق في 30 يوماً من النشاط يحفزنا جميعاً اليوم نحو الاستمرار في ممارسة أنشطة اللياقة البدنية، والاستعداد للتحدي المقبل، لاسيما وأن التحدي قد أصبح اليوم في مقدمة الأجندة السنوية للمدارس وللجامعات في دبي، ما يعزز من رحلة مدينتنا لتكون الأكثر لياقة عالمياً".

وحول دعم هيئة كهرباء ومياه دبي لتحدي دبي للياقة 2018 ومنهجيتها المستقبلية تجاه رفاه وصحة موظفيها، قال **سعادة سعيد محمد الطاير، العضو المنتدب الرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي:** "أود بداية أن أتوجه بجزيل الشكر والتقدير لسمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي رئيس مجلس دبي الرياضي لدعمه المستمر للرياضة في دبي، وعلى إطلاق سموه لتحدي دبي للياقة للعام الثاني بعد النجاح الكبير الذي حققه في دورته الأولى، حيث أسهم هذا التحدي المبتكر في تحفيز المنافسة الإيجابية وتشجيع أفراد المجتمع على ممارسة الرياضة والأنشطة البدنية واتباع نظام حياة صحي، وكذلك تشجيع جميع موظفي الهيئة وعائلاتهم على المشاركة في هذه المبادرة الرائدة ودعم توجيهات القيادة الرشيدة بأن تكون الرياضة جزءاً من ثقافة المجتمع الإماراتي، وجعل دبي إحدى أكثر المدن نشاطاً وممارسة للرياضة على مستوى العالم، ونحرص في الهيئة على توفير بيئة عمل إيجابية ومحفزة تسهم في تحقيق التوازن بين حياة الموظفين العملية والاجتماعية، وتشجعهم على جعل الأنشطة البدنية جزءاً أساسياً من حياتهم اليومية لدورها المهم في تعزيز أسلوب حياة صحي مفعم بالحيوية".

من جانبه، قال **هشام عبد الله القاسم، نائب رئيس مجلس الإدارة والعضو المنتدب لمجموعة بنك الإمارات دبي الوطني:** "حقق تحدي دبي للياقة في دورته لعام 2018 نجاحاً باهراً على مختلف الأصعدة، حيث شهدنا مشاركة واسعة من موظفينا وشركائنا على حد سواء، واستحساناً واسعاً لتطبيق حساب 'فتنس' الذي أطلقناه مؤخراً بإصداره الجديد. وقد سررنا بالمشاركة في هذه المبادرة المجتمعية الرائدة



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

التي ساهمت في تحسين رفاه وسعادة المواطنين والسكان، وتتطلع قدماً إلى مواصلة دعم مثل هذه المبادرات التي تسهم في ترسيخ مكانة دبي كمدينة رائدة عالمياً بكل معنى الكلمة".

وتأكيداً على دعم البرامج الرامية إلى تعزيز الرفاه الاجتماعي، قال **سعادة سيف حميد الفلاسي، الرئيس التنفيذي لمجموعة "اينوك"**: "يسعدنا في 'اينوك' المشاركة في دورة هذا العام من تحدي دبي للياقة، ونحن نفتخر برعايتنا لمبادرة رياضية من شأنها تشجيع الأفراد من مختلف أطياف المجتمع على تبني أسلوب حياة أكثر صحة ونشاطاً، ونحن نأمل أن تسهم هذه الفعاليات في تشجيع الأفراد على الاستمرار في ممارسة النشاطات الرياضية والبدنية لتعزيز صحتهم ولياقتهم البدنية".

وقال **عبد الرحمن الجناحي، رئيس فريق الرياضة في "هيئة الطرق والمواصلات"**: "حرصت الهيئة منذ اليوم الأول لمشاركتها في تحدي دبي للياقة على ضمان ألا تقتصر المشاركة على الموظفين من جميع فئاتهم الوظيفية ومنهم السائقين وموظفي مركز الاتصال وحتى أطفال الحضانة في الهيئة فحسب، بل على إتاحة الفرصة لفئات المجتمع ككل للمشاركة في الحدث، لأننا نؤمن بأن الرياضة واللياقة البدنية لا تتوقف على ممارستها فقط وإنما هي أسلوب حياة. وتضمنت أنشطة الموظفين ألعاب كرة القدم والكريكيت والسباحة ومنافسات أخرى كالعاب التحدي والحلقات الأولمبية والبولينغ وسباقات اللياقة، بالإضافة إلى اليوغا والزومبا. وقد تضمنت الأنشطة الخارجية تنظيم زيارات إلى دار رعاية كبار المواطنين في البرشاء ومركز راشد لأصحاب الهمم، حيث تدعم مثل هذه الفعاليات واحدة من الغايات الاستراتيجية للهيئة وهي (إسعاد الناس). نحن بلا شك ممتنون لموظفينا وفخورون بهم لأنهم خصصوا جزءاً من أوقاتهم حرصاً على المشاركة في هذا الحدث ويحدوهم الأمل لمشاركة أوسع العام القادم".

وبدوره قال **عبد الواحد جمعة، النائب التنفيذي للرئيس للإعلام والاتصال المؤسسي في دو**: "مع اختتام فعاليات تحدي دبي للياقة، المبادرة التي حققت نجاحاً منقطع النظير في موسمها الثاني من خلال الأنشطة الرياضية المثيرة التي شملتها، يسعدنا في دو التأكيد على التزامنا بتشجيع جميع سكان وزوّار دبي وكذلك موظفينا على مواصلة ما حققوه خلال 30 يوماً من النشاط والحيوية. وبصفتنا من الداعمين الرئيسيين لتحدي دبي للياقة، فإن مهمتنا لم تنتهِ بعد، حيث سنواصل بذل جهودنا لتعزيز الوعي حول أهمية التحلي



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

بنمط حياة أكثر صحة وسعادة وإيجابية بما ينسجم مع رؤية وتوجيهات القيادة الرشيدة بدولة الإمارات. وقد شكّلت استضافتنا للأنشطة المجانية العامة في منصتنا للياقة البدنية في شاطئ "كايت بيتش" دليلاً على التزامنا بتحفيز كافة فئات المجتمع للمشاركة في أنشطة تحدي دبي للياقة. وقد سعدنا للغاية بالنتائج التي حققها أكثر من 2000 موظف من شركتنا في التحدي هذا العام، والذين أبدوا حماسة كبيرة خلال مشاركتهم في مختلف الأنشطة والتمارين الرياضية. وتماشياً مع استراتيجيتنا المؤسسية نحو تحقيق الاستفادة عبر كافة مجالات الشركة، فإن مشاركتنا في هذه المبادرة أثبتت بما لا يدعو للشك أهمية الرياضة في تعزيز الإيجابية وإنتاجية الموظفين في بيئة العمل".

-انتهى-

لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة:

الموقع الإلكتروني: www.dubaifitnesschallenge.com

فيسبوك: www.facebook.com/dubaifitnesschallenge

انستغرام: @dubaifitnesschallenge

تويتر: @dxbfitchallenge

الوسم: #Dubai30x30

*للاطلاع على كافة تفاصيل التحدي أو جدولته اليومي، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.dubaifitnesschallenge.com أو تفقد "تطبيق دبي للياقة" عند تفعيله .

لمزيد من المعلومات والصور، يرجى التواصل مع: أصدقاء بي سي دبليو dfc@bm.com / +971 4 450 7600 أو

mediarelations@dubaitourism.ae

الشركاء والرعاة لتحدي دبي للياقة 2018

- الشركاء الاستراتيجيون: "هيئة كهرباء ومياه دبي" (ديوا)؛ "شركة الإمارات للاتصالات المتكاملة" (دو)؛ "مجلس دبي الرياضي"؛ "دائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي"؛ "هيئة المعرفة والتنمية البشرية"؛ "بنك الإمارات دبي الوطني"؛ "شركة بتروال الوطنية (إينوك)"؛ "هيئة الطرق والمواصلات".
- الشركاء الرسميون: شبكة الإذاعة العربية؛ الشركة الوطنية للضمان الصحي (ضمان)؛ طيران الإمارات؛ شركة غلانيا؛ موانئ دبي العالمية؛ ميدكlinik؛ ناكي؛ أبو قوس؛ تكنوجيم؛ المنطقة الحرة بمطار دبي (دافزا)؛ غرفة تجارة وصناعة دبي؛ دائرة التنمية الاقتصادية (اقتصادية دبي)؛ هيئة الصحة بدبي؛ واحة دبي للسيليكون؛ بلدية دبي؛ دبي أوبرا.



26 أكتوبر - 24 نوفمبر 2018

- شركاء المواقع: دبي فستيفال سيتي؛ مركز دبي المالي العالمي؛ مركز دبي للسلع المتعددة؛ إعمار؛ مراس؛ نخيل.
- الرعاية الداعمون: ديكاثالون؛ لجنة تأمين الفعاليات؛ هواوي؛ افكو العالمية للأغذية؛ ماي دبي؛ بيبسيكو.
- الشريك الرسمي للتجارة الالكترونية: نون

حول "تحدي دبي للياقة":

تم إطلاق مبادرة "تحدي دبي للياقة" لتحفيز كافة المقيمين في إمارة دبي وزوارها على تعزيز نشاطهم البدني والالتزام بممارسة النشاطات الرياضية لمدة 30 دقيقة يومياً على مدار 30 يوماً. ويضم التحدي الذي ينطلق بتاريخ 26 أكتوبر ويستمر حتى 24 نوفمبر 2018، جميع أشكال الأنشطة البدنية الرياضية، بدءاً من كريكيت الشاطئ وركوب الدراجات الهوائية وكرة القدم إلى التجديف على الألواح وقوفاً، والألعاب الجماعية والمشي وتمارين اليوغا والكثير غيرها. ويدعو التحدي الجميع للمشاركة فردياً أو برفقة الأصدقاء وأفراد العائلة والزملاء للاستمتاع بتجربة طرق جديدة ومشوقة لتحسين لياقتهم البدنية. ويمكن للمشاركين مراقبة مستوى أدائهم عبر تطبيق "تحدي دبي للياقة" والمساهمة في تحويل دبي إلى إحدى أكثر المدن نشاطاً وصحة وسعادة وذكاء على مستوى العالم.