

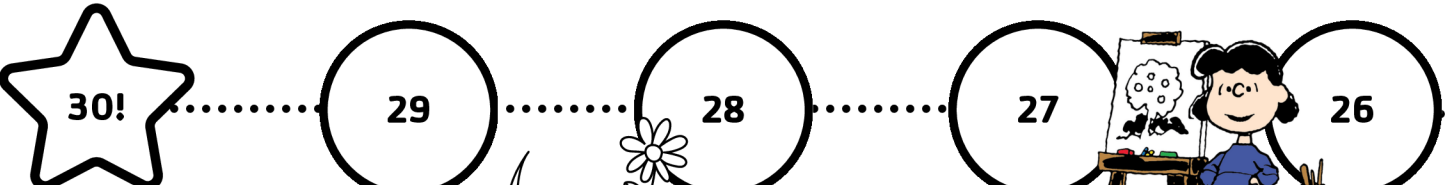
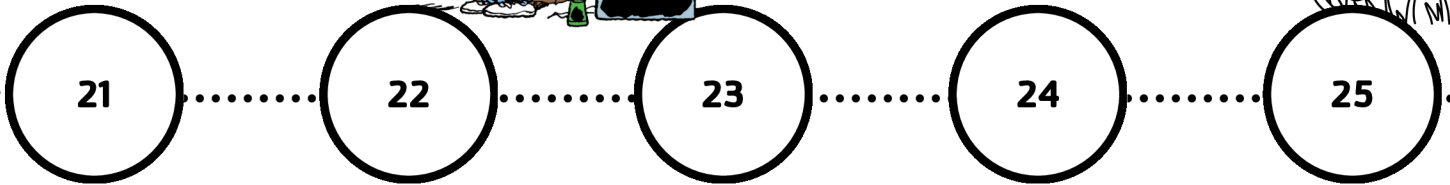
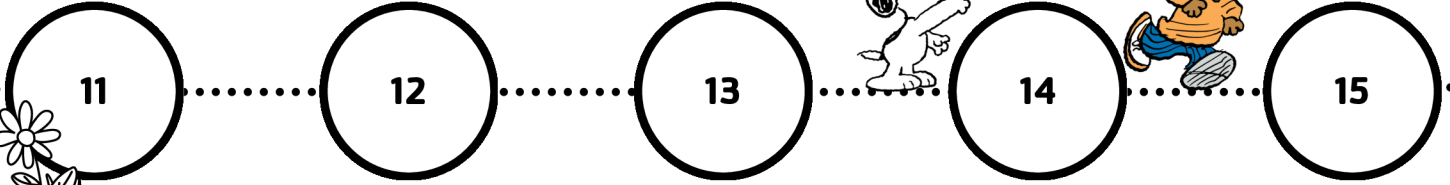
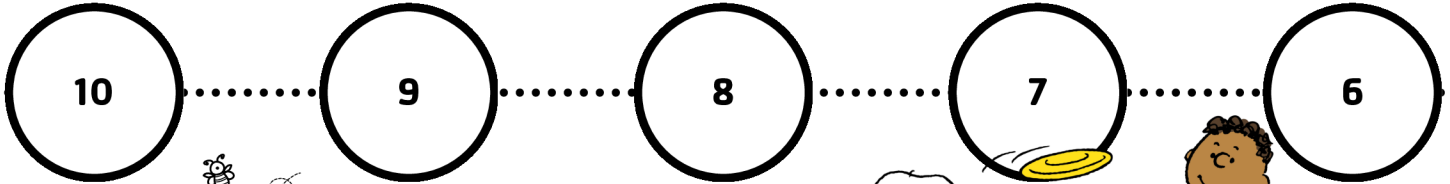
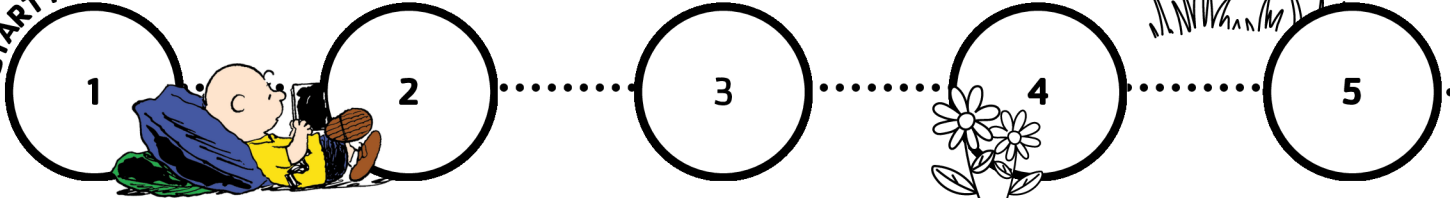


2025 HEALTHY KIDS DAY 30 FOR 30 CHALLENGE

ACTIVITY TRACKER

Starting March 19 through May 3, complete 30 minutes of physical activity for 30 days. You can even use the time spent in Y programs towards your goal!

START HERE!



Turn this sheet in at your YMCA Healthy Kids Day for a fun photo op with a special guest & prizes!

Registration is required to participate. Scan the QR code to the right to learn more & register!

TAYLORSVILLE:
Saturday, April 19th
10 AM - 1 PM

OGDEN:
Saturday, May 3rd
10 AM - 1 PM

Get your friends & family to support you & the YMCA by making a donation to the Healthy Kids Day Challenge - from \$1 to \$5 a day.





2025 DÍA DE LOS NIÑOS SALUDABLES

DESAFÍO 30 POR 30

SEGUIMIENTO DE ACTIVIDAD

Desde el 19 de marzo hasta el 3 de mayo, completa 30 minutos de actividad física durante 30 días. ¡Incluso puedes utilizar el tiempo dedicado a los programas Y para lograr tu objetivo!

¡COMIENCE AQUÍ!

1 2 3 4 5

10 9 8 7 6

11 12 13 14 15

20 19 18 17 16

21 22 23 24 25

30! 29 28 27 26

¡Entregue esta hoja en el Día de Niños Saludables de la YMCA para una sesión fotográfica divertida con un invitado especial y premios!

Es necesario registrarse para participar. ¡Escanee el código QR a la derecha para obtener más información y registrarse!

TAYLORSVILLE:
Sábado 19 de abril
10 a.m. - 1 p.m.

OGDEN:
Sábado 3 de mayo
10 a.m. - 1 p.m.

Invite a sus amigos y familiares a apoyar a la YMCA y a usted, realizando una donación de entre \$1 y \$5 por día para el Desafío del Día de los Niños Saludables

