

# WALKTOBER 2019

¡Los Residentes del condado Sedgwick son invitados a un reto de **"caminar hacia el bienestar"** durante **WALKTOBER!** Registra tu actividad física en millas, minutos o pasos, y repórtalo usando la aplicación ActiveICT, por internet, o por correo con su tarjeta de calendario.

A partir del **martes, 1 de octubre**  
*hasta el*  
**jueves, 31 de octubre**

**Caminar  
Hacia  
el Bienestar**



**¡Suscríbete gratis!**

Ve a  
**hwcwichita.org**

Para registrarte y bajar tu tarjeta de calendario.

**Para más información,** contacta a

Health & Wellness Coalition of Wichita - **Teléfono: 316-776-8177**

**Correo electrónico: hwcwichita@gmail.com**

Este evento es patrocinado por:



*El Condado de Sedgwick...  
trabajando para usted*



**Health & Wellness  
Coalition of Wichita**  
Coordinated, Connected, Committed.



@hwcwichita

**#CaminarHacia  
ElBienestar**