

# UMS - UiTM Anjur Healthy Heart Run Sempena Hari Jantung Sedunia 29 September 2019

Terakhir dikemaskini: Selasa, 13 Ogos 2019 12:57 | [Cetak](#) | Jumlah paparan: 123

Kongsi 0 Syorkan 0 Kongsi Tweet Share

**HEALTHY HEART Run**  
IN CONJUNCTION WITH WORLD HEART DAY 2019

**#HHR2019**  
**COME RUN FOR YOUR HEART!**  
29<sup>TH</sup> SEPT 2019 (SUN) • 6AM • CHANCELLOR HALL, UMS

Jointly organised by:  
UMS, FSK, UiTM, PERDESA, MEDSTAS, Cawangan Sabah

**ACTIVITIES**  
AEROBIC ZUMBA • HEALTH EXHIBITION  
FREE MEDICAL CHECK UP • LUCKY DRAW  
• FIRST AID DEMONSTRATION  
• COLORING CONTEST FOR KIDS

**GRAND PRIZE LUCKY DRAW**

Scan for registration

Finisher Medal (Front & Back)

1<sup>ST</sup> PLACE RM500 for each category (6KM Men & Women, 10 KM Men & Women)

Race Pack Include: T-shirt, 4-certificate, Finisher Medal, Isotonic Drink & Light refreshment

Register Now!	CATEGORY	AGE	ENTRY FEES	
			EARLY BIRD (UNTIL 31 <sup>ST</sup> AUGUST 2019)	NORMAL RATE (AFTER 31 <sup>ST</sup> AUGUST 2019)
3KM (Fun Run)	FAMILY OF 5 (W/O WITH AGE BELOW 12 YEARS OLD)	NORMAL	RM 180	
6KM	MEN & WOMEN (UNIVERSITY STUDENTS)	18YRS & ABOVE	RM 40	RM 50
10KM	MEN & WOMEN OPEN	18YRS & ABOVE	RM 60	RM 70
	MEN & WOMEN (UNIVERSITY STUDENTS)	18YRS & ABOVE	RM 40	RM 50
	MEN & WOMEN OPEN	18YRS & ABOVE	RM 60	RM 70

Please make the payment to Persatuan Perubatan Desa (PERDESA) CIMB - 8005645927 and send the proof of payment to:  
Ms. Marilyn Jane (012 243 7701)  
Ms. Rina Norgainathai (016 518 1023)  
Madam Jecelyn (016 837 6038)

MAJOR 25 point  
GIP (make 1 point) 2 point

**SELASA, 13 OGOS** - Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan (FPSK) Universiti Malaysia Sabah (UMS) dengan kerjasama Universiti Teknologi Mara (UiTM) Cawangan Sabah, Persatuan Perubatan Desa Sabah (PERDESA) dan Persatuan Pelajar Perubatan UMS (MEDSTAS) menganjurkan program *Healthy Heart Run* sempena Hari Jantung Sedunia 2019 pada 29 September ini.

Pengarah acara larian itu, Prof. Dr. Mohammad Saffree Jeffree berkata, *Healthy Heart Run* bertujuan untuk meningkatkan kesedaran tentang bahaya penyakit kardiovaskular (CVD), termasuk penyakit jantung dan strok, yang merupakan punca utama kematian 17.5 juta nyawa setiap tahun di seluruh dunia.

“Penganjuran acara ini juga merupakan satu usaha menggalakkan penyertaan anggota masyarakat khususnya pelajar supaya bersama-sama bertanggungjawab dalam usaha menerapkan gaya hidup sihat sekali gus menyumbang ke arah pencegahan terhadap penyakit kardiovaskular.

“Tahun ini merupakan ulang tahun ke-19 sambutan Hari Jantung Sedunia yang menyaksikan tema yang berbeza akan dipilih pada setiap tahun untuk mempromosikan langkah pencegahan yang berbeza dan perubahan dalam gaya hidup bagi menghindari penyakit ini.

“Pada tahun ini, Hari Jantung Sedunia 2019 membawa tema, *Jantung Ku, Jantung Mu,*” katanya dalam satu kenyataan hari ini. Prof. Dr. Mohammad Saffree yang juga Dekan FPSK berkata, antara aktiviti yang diadakan dalam acara tersebut termasuklah larian 3 km (Fun Run), larian 6 km dan 10 km.

Selain daripada itu katanya, turut diadakan pertandingan mewarna bagi kanak-kanak, senaman Zumba, pameran kesihatan dan pemeriksaan kesihatan asas.

“Pemenang bagi setiap kategori iaitu 6 km dan 10 km masing-masing akan membawa pulang hadiah wang tunai RM500.

“Selain daripada itu, basikal *Mountain Bike* yang merupakan hadiah utama cabutan bertuah juga bakal menjadi rebutan peserta,” tambahnya.

Sehubungan dengan itu, orang ramai dipelawa untuk mendaftar bagi menyertai program *Healthy Heart Run 2019* melalui pautan <https://forms.gle/pCDqELUdM8ptXf1Y7>

Sebarang pertanyaan, boleh menghubungi Rina Norgainathai di talian 0165181023 atau Marilyn Jane Yong di talian 0122437701.