

『2015 全新生活™ 打造健康窈窕挑戰賽』

個人組挑戰截止資料表

填表日期：2015 年_____月_____日

參賽編號：_____

基本資料

姓名：_____，性別：男女，年齡：_____歲，身高：_____公分

優惠顧客編號：

若為超連鎖®店主，請加填超連鎖®店主編號

電話號碼 (MVPN 號碼)：_____

身分證號碼：

身圍數據：

身圍數據	參賽前	參賽後
體重	公斤	公斤
體脂	%	%
腰圍	公分	公分

指導教練姓名：_____ (親筆簽名)，電話號碼(MVPN 號碼)：_____

以下項目為參加 2015 年全新生活™ 打造健康窈窕挑戰賽個人組所應準備之文件，請勾選：

- 個人組參賽者「參賽前、後」之正面、側面照片各 1 張，共 4 張。
- 個人組參賽者第一週及第十二週「體重及體脂量測照片」各 1 張，共 2 張。
- 「挑戰心得問卷」1 份。
- 全新生活™ 產品 NT\$7,500 購買證明

(請提供 2015 年 05 月 18 日至 2015 年 08 月 30 日期間之購買發票影本或訂貨跟蹤明細)

請填寫本表並附上所需文件(如上說明)，於 2015 年 08 月 30 日前(郵戳為憑)以掛號郵寄的方式寄至台北辦公室(地址:105 台北市復興北路 101 號 14 樓)，美安台灣公司全新生活小組收，或親自至台北辦公室或美安公司中區或南區研習中心繳件，以接受審核。

『2015 全新生活™ 打造健康窈窕挑戰賽』 個人組「參賽前、後」照片說明

參賽者姓名：_____

參賽編號：_____

截止需繳交照片：

參賽前正面及側面照片各 1 張、參賽後正面及側面照片各 1 張、以及第一週及第十二週的體重及體脂量測照片(共 6 張照片)，以利賽後評選。請務必完整提交，以免喪失比賽資格。

- 個人組參賽者於比賽在挑戰期間(2015 年 5 月 18 日至 2015 年 8 月 30 日)，在您自行決定第一週開始日前後三天內之「參賽前」正面、側面照片各 1 張，共 2 張。
- 個人組參賽者於比賽第十二週結束時前後三天內之正面、側面照片各 1 張，共 2 張。因體脂機的機型不同，如您的體脂機無法一次同時顯示體重及體脂數據，可分成 2 張照片提供。
- 個人組參賽者於比賽第一週及第十二週的體重及體脂量測照片各 1 張(共 2 張)。

「參賽前、後」照片拍攝方式：

- 照片張貼請依以下截止資料表中所提供照片張貼空格並依序進行黏貼。
- 個人組參賽者於第一、四、八、十二週量測體重及體脂時，都需拍攝 1 張體重計上顯示體重及體脂肪數據的照片，參賽者本人請拿著相機站在體重計上，低頭拍攝體重計上所顯示的體重及體脂肪數據。
- 照片必須為真實，不得經過任何後製或修改。全身照必須完全涵蓋頭部與腳部，並以站姿拍攝。必須有正面與側面照。照片中必須有數位時戳表示日期。洗出照片尺寸為 4" x 6"。請設定拍照檔案大小為 5Mb 以上，以利得獎時刊登照片或製作人型立牌使用。
- 每位參賽者之參賽期間的所有照片，**建議穿著同一套衣物做拍攝**。
- 參賽者在拍照時，應選擇白色或其它較淡顏色的背景，以達到最佳的視覺呈現。

「參賽前、後」照片拍攝樣本：



~ 此資料為說明資料(不需提交) ~

『2015 全新生活™ 打造健康窈窕挑戰賽』
個人組「參賽前、後」照片(1)

*請務必提交以免喪失比賽資格

參賽前正面照片

請將照片上方黏貼在此

照片尺寸: 4" X 6"
參賽前正面照片

參賽後正面照片

請將照片上方黏貼在此

照片尺寸: 4" X 6"
參賽後正面照片

(本表不敷使用時請自行列印)

『2015 全新生活™ 打造健康窈窕挑戰賽』
個人組「參賽前、後」照片(2)

*請務必提交以免喪失比賽資格

參賽前側面照片

請將照片上方黏貼在此

照片尺寸: 4" X 6"
參賽前側面照片

參賽前側面照片

請將照片上方黏貼在此

照片尺寸: 4" X 6"
參賽後側面照片

(本表不敷使用時請自行列印)

『2015 全新生活™ 打造健康窈窕挑戰賽』
個人組第一週及第十二「體重及體脂量測」照片(3)

*請務必提交以免喪失比賽資格

第一週體重及體脂量測照片(如一張照片無法同時顯示體重及體脂照片，可提供2張)
請將照片上方黏貼在此

照片尺寸: 4" X 6"
第一週體重及體脂量測照片

第十二週體脂量測照片(如一張照片無法同時顯示體重及體脂照片，可提供2張)
請將照片上方黏貼在此

照片尺寸: 4" X 6"
第十二週體重及體脂量測照片

(本表不敷使用時請自行列印)

『2015 全新生活™ 打造健康窈窕挑戰賽』

個人組「挑戰心得問卷」(上)

✓ 請填入以下資訊：

	參賽前 (__月__日)	參賽後) (__月__日)	減少 (比賽開始減去比賽結束)
體重	公斤	公斤	公斤
體脂	%	%	%
腰圍	公分	公分	公分

✓ 什麼原因讓您決定參加這次的比賽？

✓ 這次比賽期間，您有遇到障礙嗎？(請勾選)

有 沒有

如果有，請回答①，②，③，④題；如果沒有請回答③，④題。

① 請問是什麼樣的障礙？

② 您是如何克服這些障礙的？

③ 請問本次比賽是您第幾次的減重經驗？對您而言，全新生活™與過去的減重經驗或與您印象中的體重管理方法有什麼不同？

④ 請自由分享本次參賽期間讓您印象最深刻的事。
