

ستاد برگزاری هفته ملی «سلامت بانوان ایران»، با توجه به اهمیت و شیوع کم‌تحرکی در جامعه زنان کشور و تاثیر آن بر کلیه ابعاد سلامت، موضوع فعالیت فیزیکی را به عنوان محور اصلی پویش فوق انتخاب کرده و روزشمار آن براساس همین موضوع انتخاب شده است.

فعالیت فیزیکی مناسب، ضامن سلامت زنان در همه گروه‌های سنی از کودکان و جوانان تا میانسالان و سالمندان، مادران باردار، معلولین و بیماران	دوشنبه ۲۴ مهر ماه
نقش فعالیت جسمانی در پیشگیری از ناباروری زنان	سه شنبه ۲۵ مهر ماه
زنان پیشگام و الگوی مشارکت خانواده در ورزش همگانی	چهارشنبه ۲۶ مهر ماه
نقش ورزش در سلامت روانی و اجتماعی زنان	پنجشنبه ۲۷ مهر ماه
نقش تمرینات ورزشی در پیشگیری از بیماری‌های اسکلتی عضلانی	جمعه ۲۸ مهر ماه
نقش ورزش در سلامت قلب و عروق، چاقی، فشارخون بالا و دیابت	شنبه ۲۹ مهر ماه
نقش فعالیت فیزیکی در پیشگیری از انواع سرطان‌ها در زنان	یکشنبه ۳۰ مهر ماه