

2026년 튼튼머니 사업일정 적립기간 2월 23일~11월 30일 튼튼머니 앱 출시 및 포인트 전환 3월 30일~12월 20일

※ 사업기간 내 예산 소진 시 적립과 전환이 조기종료될 수 있으니 운동하고 바로바로 전환해 주세요.

운동하고

튼튼머니

채우세요!



스포츠참여 포인트제 튼튼머니란?

체력진단과 스포츠활동에 참여하여 튼튼머니 포인트를 적립하고 스포츠시설 등록, 스포츠용품 구매, 약국 등에서 사용할 수 있는 국민체육진흥공단의 스포츠복지서비스

'26년 튼튼머니 사업일정

- **사업대상:** 4세 이상 스포츠활동 참여인증 국민
 - **적립기간:** 2월 23일~11월30일
 - **전환기간:** 3월 30일~12월 20일
- * 적립과 전환기간은 예산 소진 현황에 따라 조정 및 조기종료될 수 있습니다.

'26년 튼튼머니 적립기준

- **적립한도:** 연간 최대 5만p(체력진단, 스포츠활동, 체력개선 합산), 특별포인트는 별도한도 적용

적립기준	포인트 (최대적립포인트)	비고
PLAN		
체력진단	국민체력100 온라인 운동코칭 (자가체력측정)	1,000P 최대 1회
DO		
스포츠활동	국민체력100 체력증진교실	1회 500P (50,000P) 최대 100회 (주5회 한도)
	스포츠시설 연계 활동* 운동앱 연계 활동**	
CHECK		
체력개선	간편 체력측정 (파트너스 시설)	2,000P (8,000P) 최대 4회
	국민체력100 측정 (체력인증센터)	2,000P (4,000P) 최대 2회
+		
특별이벤트	참여 실적 우수자, 설문조사 및 프로모션 참여, 앱 전환 이벤트 등	별도설정 (30,000P)

* 스포츠활동 주5회 달성 시 특별포인트 적립 한도 내 보상 500p 지급
** 운동앱 및 특별이벤트 운영관련 별도 공지 예정

튼튼머니 적립방법

- **체력진단**
 - 국민체력100 온라인 운동 코칭 참여 → 자동인증
- **스포츠활동**
 - 적립시설에서 운동하고 스포츠활동 인증
 - 하루 1회, 주5회, 연간 100회까지 적립 가능

인증방법

운동 시작할 때 한번, 30분 운동 후 끝날 때 한번, 앱을 통해 적립시설 QR 찍으면 인증 완료!

▶ '튼튼머니' 앱을 다운받아 주세요!

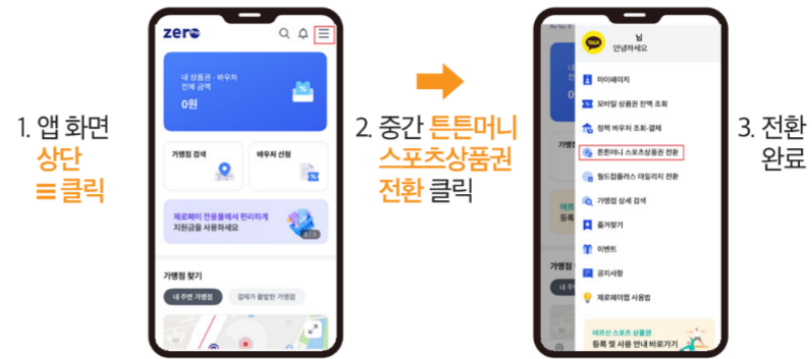


- **체력개선**
 - 국민체력100 체력측정 참여 → 자동인증

튼튼머니 전환 및 사용하기

제로페이 스포츠상품권

'제로페이맵' 앱에서 1,000p 단위로 전환 가능합니다.



4. 전환한 제로페이는 스포츠용품 구매, 약국, 친환경식품매장 등에서 사용하세요

(제로페이맵 앱에서 가까운 사용처를 확인하세요)

5. 온라인 튼튼머니 전용몰 에서도 스포츠용품 구입이 가능합니다. (sports.zeropaymail.com)

* 제로페이는 전환 후 5년까지 사용 가능합니다. (사용문의: 1670-0582)

삼성생명 슬리머니

'더헬스' 앱에서 1,000p 단위로 전환 가능합니다.



4. 전환한 슬리머니는 슬리mall에서 건강·운동용품 구입 또는 보험상품 가입에 사용하세요

* 슬리머니는 전환 후 유효기간 없이 사용 가능합니다.

문화상품권

1. 14세 미만 참여자는 튼튼머니 앱에서 문화상품권으로 교환 신청 합니다. (5,000p 단위로 신청 가능)
2. 검토 후 1개월 내 모바일 문화상품권이 발송 됩니다.

튼튼머니 TIP

짱아둔 튼튼머니는 전환기간 중에도 예산이 소진되면 가라질 수 있으니 바로바로 전환해주세요!



이 사업은 문화체육관광부와 국민체육진흥공단의 지원을 받아 시행합니다.

