

不惧疫情 追求健康 创造快乐

——大华府河北同乡会 2020

“金秋快乐健康月”第一季打卡赛鸣枪在即

一场疫情不仅改变了世界,也彻底改变了每个人的生活,却无法改变我们追求健康,创造快乐的心气和热情。为此,大华府河北同乡会决定于今年十月份,隆重推出2020“金秋快乐健康月”第一季打卡赛,希望各位河北籍乡亲和朋友借此机会,走出家门,拥抱自然,在奔跑中追求健康,在健行中创造快乐,更为重要的是,通过比赛培养自己强身健体的习惯和良好的生活方式。成绩不重要,习惯更重要。奖品不重要,将抗最重要!

比赛时间:2020年10月3日至30日

组队:每队4-6人(设队长一名),在大群接龙组队,队名自行决定。

比赛内容:

1、每人每天或走或跑3英里起步,可以一天分几次累计完成;

2、参赛者一定要下载跑步或走路App记录里程,路线和成绩。建议大家统一使用Strava。如果用其他App,需征得组委会同意(App要提前下载试用);

3、平时走路不予计算,打卡里程要有一个正式纪录;

4、每人每天打卡结果请截图报告给队长或指定人员,成绩每天午夜12

点之前填入表格。截屏成绩请保留到比赛结束。

5、打卡开始后,由队长审核成绩并统一填入表格。

成绩评估:

1、以每队每天每人完成3英里(跑或走)作为第一评判标准;

2、如果两队打满卡人次相同,以每对全部累计里程数做第二评判标准。同乡会将根据各队累计总成绩,对比赛前三名予以奖励。

其他:

1、老人(70岁以上)或孩子(5岁以下)以及疾病患者者,请务必以身体健康为先,审慎参赛;

2、欢迎非河北籍乡亲和朋友参赛;

3、欢迎本会乡亲和其它商家赞助本次活动,河北同乡会将以适当方式予以宣扬和褒奖。相关事宜请联系会长商书梅(443-955-9121)

免责声明:本次活动为非官方活动,以鼓励同乡健康运动为原则,本次活动自愿参加,期间出现任何健康状况或事故等,同乡会不予负责。

了解比赛相关事宜请致电:张永志(240-476-5378)、宋广明(703-587-4668)、赵亮(609-903-3802)

不惧疫情 追求健康 创造快乐

2020大华府河北同乡会 “金秋快乐健康月” 第一季打卡赛鸣枪在即

Golden Month for Golden Health!

比赛时间:2020年10月3日至30日
 组队:每队4-6人(设队长一名),
 队名:自行决定
 比赛内容:
 1、每人每天或跑或走3英里起步,可分多次累计完成;
 2、日常走路不予计算,打卡成绩需要正式记录;
 3、整个比赛结束后,同乡会将将对累计总成绩名列前三名的队伍予以奖励。

欢迎非河北籍乡亲和朋友参赛,欢迎本会乡亲和其它商家赞助本次活动,相关事宜请联系商书梅会长(443-955-9121)

成绩不重要
习惯最重要
奖品不重要
健康最重要

李兴会计师事务所

FINANCIAL & ACCOUNTING TAXES SPECIALISTS, INC

您是否付出太多税金呢?新的税法专业知识一定可以让我们帮您节省税金
30年以上个人及公司财务、税务专业的丰富经验

- 三十一年以上个人及公司行号专业的丰富经验,包括成立公司、全美五十州个人及公司报税、会计、财务、税务、投资、移民投资、合资、商业及店面买卖、住家、出租、商业房屋、贷款、退休、遗产、员工福利、子女教育基金等策划。承办大陆、台湾、东南亚、欧洲、美国等各种商业贸易,移民投资合资等,国外公司在美国成立分公司的经营市场策划咨询。
- 承办全美五十州州税、联邦税、特别行政区、个人、公司及合伙人等,各种商业税务、非营利公司、新移民与国外资产税务申报。
- 承办全美各州各种公司组织成立,有限公司、合伙人、非盈利公司以及个人各种商业、贸易等。
- 承办公司行号,每月、每季、每年簿记、员工薪资、零售税、资产税、建立会计制度,电脑设计,节省税务策划等。 5-045

● 马州盖城 7831 Muncaster Mill Road, Gaithersburg, MD 20877
301-556-2997 or 301-519-2277 or 301-250-8001
● 马州巴尔的摩(Towson, MD) ● 马州哥城(Columbia, MD)
1-888-888-6128 (免费电话) 传真: 301-963-0026
● 维州(Falls Church, VA) 1-888-888-6128 (免费电话)

C/O MR. ANDY LEE
请看我们的网站及咨询
www.FATSIEFILES.com
Email: faatsj@gmail.com
办公时间: 1:00pm-8:00pm
一星期七天为您服务(请先预约)

Angelo USA Inc

舒齐 注册会计师
洪佩蒂 注册会计师

- * 专精公司、个人报税
- * 专精外国人在美国报税
- * 专精美国人外国收入、外国资产报税
- * 受理申请大学咨询和填写
- * 代理申请各种公司、设计会计制度

Tel: (240) 506-1252, (301)340-8888 5-104
 Email: samshu2005@yahoo.com
 地址: 932 Hungerford Dr. #39B, Rockville, MD 20850

精打细算可守本 灵活运用可生财

5-111

刘会计事务所

刘佳 注册税务师

专精节税规划,地产投资抵税
国外资产税收,疑难税务交涉
全美公司成立,薪资核算发放

电话:240-899-4990 传真:1-888-317-2608

www.LiuTaxGroup.com 5-134
 Email: LiuTaxGroup@gmail.com
 微信号:LiuAssociatesInc
 地址: 46090 Lake Center Plaza #101D Sterling VA 20165

何佩芬稅務師事務所

P&G Accounting & Tax Services

联邦执照注册税务师 EA MSF
 Tel: (571)551-1118 Fax: (703)956-2881
 Email: PandG.ats@gmail.com

税务咨询、计划、申报(全美50州)
 税务交涉 外国人报税
 财务咨询、分析、管理 申请工卡
 公司建立、建账 簿记报表
 薪资发放 生意买卖合同

203 Yoakum Parkway #1118,
 Alexandria, VA 22304 5-144

Moy Cheung & Company

梅張會計師樓

执照会计(CPAs), 税务师(EAs), 内部审计师(CIA), 税务律师
 申报个人, 公司, 信托和非盈利组织所得稅符合規章審計
 稅務稽核代表, 收稅程序, 危机或收稅干預, 信托基金免除罰款, 妥協支付稅款,
 对稅務法院立案或者未立案的案件向國稅局上訴部門請求結案, 或作法院立案代表

DC Office (大會堂旁)
 1310 Ninth Street, N.W. Washington, DC 20001-4208
 电话:(202) 234-2228
 (202) 797-9288
 info@moycheungfinancial.com

Rockville Office (郵政局停車場旁)
 10 North Street Rockville, MD 20850
 电话:(301) 838-2881
 (301) 838-8708
 www.moycheungfinancial.com

首都理财会计师/税务师事务所

CAPITAL TAX SERVICES

- 承办全美国各州州税, 联邦税, 个人及公司名号商业税务申报 5-006
- 非营利公司税务申报
- 税局查账交涉
- 各种公司成立, 注册及代理申请营业执照
- 公司, 个人税务计划, 记账, 工资发放
- 代办外国公司及个人税务申报
- 财务节税计划, 投资策略
- 人寿保险规划
- 退休计划年金
- 多年成功报税经验
- 电子申报, 价格合理
- 诚信服务, 专业可靠
- 遵法省稅, 口碑最佳
- 敬业守德, 为您刻保隐私

Tel: 240-506-1595, Fax: 301-294-4088
 Email: capitaltaxone@gmail.com

美国稅法复杂多变, 导致个人报稅烦恼易错。我是联邦执照注册稅務師, 注册會計師。我的工作就是为您排忧解难, 遵法省稅。我的客人讲: “多年自己买软件报稅, 费时, 费力, 费钱” 在我们公司报稅后, 他们都讲: “这下可真省时, 省力, 省事, 省钱了。”

新地址: 6222 Hungerford Dr, Suite 18(二楼)
 Rockville, MD 20850 (在馬州大中華超市后面的Town House, 走路仅2分钟)

郑乔云会计事务所

Abacus Accounting & Tax Services LLC

25年以上的税务和会计工作经验 服务热情 收费合理
 精通英语、国语、福州话

- * 成立公司及其他商业组织
- * 个人营业及其他各稅
- * 个人财务报表
- * 代办营业执照
- * 电脑会计及簿记
- * 办理公司、个人所得稅
- * 申报公司
- * 员工薪资
- * 服务全美50州
- * 财务节稅计划

(新) Tel: 301-263-3888 Fax: 301-610-7879
 邮箱: abacustax60@yahoo.com
 地址: 966 Hungerford Dr, Suite 17A, Rockville, MD 20850 本公司位于大中華超市附近 (敬請電話預約)