Se trata de una campaña para alentar la práctica de actividad física regular en beneficio de la salud y se lleva a cabo cada año el último miércoles del mes de mayo. El objetivo de El Día del Desafío es propiciar mediante la práctica de la actividad física el aumento de los niveles de salud, esparcimiento y capacidades personales como factores indispensables en la mejora de la calidad de vida de la población.

En Guatemala se realizará el 29 de mayo pero la campaña inicia el 29 de abril en el Salón de Usos Múltiples del Centro Deportivo Erick Barrondo zona 7 ciudad de Plata II (Antiguo Parque la Democracia) Esta actividad está organizada por el Ministerio de Cultura y Deportes.