

## Februar-Challenge

### „Zusammen FIT“ durch Bewegung

**ZIEL**  
**600 Std**  
**Aktivität**



**Zeitraum: 1 Monat – Start 01.02.2021 – Ende 28.02.2021**

Wir wollen in dieser schwierigen Zeit der Pandemie möglichst viele Personen motivieren aktiv zu bleiben und wollen mit einer positiven Einstellung Ziele als Gemeinschaft erreichen. Jeder kann mitmachen, ob Mitglied oder nicht.

#### **Zur Challenge:**

Diesen Monat geht es nicht um eine Kilometeranzahl, sondern um aktive Zeit. Somit können neben Laufen, Radfahren, Walken und Skaten, nun auch alle anderen sportlichen Aktivitäten eingerechnet werden. Hierzu zählen unter anderem Homeworkouts und Reiten. Hauptsache ist, dass du dich bewegst.

**Ziel sind im Februar 600 Stunden als Gruppenaktivität.**

Wir hoffen, dass ihr uns weiter in einer großen Anzahl unterstützt.

Eure Aktivitäten dokumentiert ihr wie bisher über das Aktivitätsprotokoll oder per Screenshots. Diese sendet ihr dann an Marcel Ganseforth. Wir bitten euch auch gern Fotos von Aktivitäten zu schicken, die wir posten dürfen. Zudem bitten wir auch um Zwischenberichte.

Kontakt Marcel: Tel.: 0179 4625282

Mail: marcel.ganseforth@ewe.net