

# „Zusammen FIT“ April Challenge



**GRUPPENZIEL**

**3.500 km**



Wir wollen möglichst viele Personen motivieren aktiv zu bleiben und wollen mit einer positiven Einstellung Ziele als Gemeinschaft erreichen. Jeder kann mitmachen, ob Vereinsmitglied oder nicht.

## **# April Special # „Aktivster des Monats“**

*Als kleinen Anreiz erhält die/der aktivste Teilnehmer des Monats eine kleine Überraschung von uns.*

*Kategorie 1 – Workout-Minuten Kinder (m, w, d ab einschl. Jahrgang 2004 – U 16)*

*Kategorie 2 – Workout-Minuten Erwachsene (m, w, d bis Jahrgang 2004 - Ü 16)*

Datenerfassung bleibt wie gehabt:

Die Daten kannst du auf unserem Aktivitätsprotokoll erfassen und per Mail oder Screenshot an Marcel Ganseforth schicken, falls du Apps nutzt, um deine Leistungen zu erfassen kannst du diese auch direkt an Marcel schicken, er sammelt die Daten.

Es zählen weiterhin alle Aktivitäten (Tennis, Joggen, Walken etc.). Die Zeiten der absolvierten Kilometer zählen auch zu der aktiven Zeit. Unter Workouts sind Aktivitäten wie Joggen, Homeworkouts, Inliner fahren, Tennis, Rennrad fahren, etc. zu verstehen. Bei Fragen steht Marcel euch zur Verfügung.

Wir würden uns auch über ein Bild von dir während der Aktivität freuen.

Kontakt: marcel.ganseforth@ewe.net – Handy: 0179-4625282

**Viel Spaß und bleibt gesund!**