



AOK
Die Gesundheitskasse.

Mit Power in den Wonnemonat Mai!

Die AOK und der Turngau Mittelbaden-Murgtal starten eine GesundheitsChallenge.

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

**TURNGAU
MITTELBADEN -
MURGTAL E.V.**

Der TV Bühl ist mit dabei!

Liebes Vereinsmitglied,

du möchtest mit Elan und Power ins Frühjahr starten?

Dann bist du bei der GesundheitsChallenge genau richtig.

Ob mit Joggen oder Walken - das bleibt dir überlassen – Hauptsache du bist mit Spaß und Freude dabei!

Unser TV Bühl möchte an der GesundheitsChallenge teilnehmen. Wir sind dabei jedoch auf die Unterstützung unserer Vereinsmitglieder angewiesen. Deshalb mache auch Du mit! Teilnehmen können alle Vereinsmitglieder, egal ob jünger oder älter: Jeder Kilometer zählt.

Beginn und Dauer

Samstag, 01. Mai 2021 bis Sonntag, 30. Mai 2021.

Alle innerhalb dieser vier Wochen erreichten Leistungen zählen für unser Vereinsteam.

Der Einstieg ist jederzeit möglich!

Wie kannst Du teilnehmen

Du gibst kurz Bescheid, dass du dabei bist, entweder per Email (post@tv-buehl.de) oder als Nachricht auf dem Anrufbeantworter der Geschäftsstelle des TV Bühls (07223/20366).

Danach meldest du bitte wöchentlich deine gelaufenen und/oder gewalkten Kilometer, jeweils bis spätestens Sonntag, 09. Mai / 16. Mai / 23. Mai und 30. Mai.

Dabei bitte angeben: Jogging oder Walking, da die Kilometer unterschiedlich gewichtet werden.

Für den Nachweis der Kilometer vertrauen wir voll und ganz auf dein Fairplay.

Warum solltest Du teilnehmen?

Du wirst fit in den Frühling starten, hast etwas für deine Gesundheit getan und gleichzeitig unseren Verein unterstützt. Es wird ein wöchentliches Vereins-Ranking unter allen teilnehmenden Vereinen ausgewertet.

Nach Beendigung der Aktion werden die Gewinnvereine ermittelt und prämiert. Die besten drei Vereine erhalten einen Förderbeitrag, der indirekt auch wieder dir als Vereinsmitglied zu Gute kommt.

Alles klar? Dann nichts wie rein in die Walking- oder Joggingschuhe und raus in die Natur!

Wir freuen uns auf deine Teilnahme!

Herzliche Grüße,

Dein Turnverein Bühl

