

VfL Weihnachts-Challenge

Bist Du bereit für das sportliche Weihnachten? Der VfL bietet eine große Vielfalt an Bewegungsformen – laufen, spielen, radeln, gehen, springen, usw. Bewegt Dich einfach mit, notiere Dir, wie lange Du Dich bewegt hast und was Du tust, und schicke uns Dein „Bewegungstagebuch“ ab 10.01.2021 zu an: marketing@vfl-waiblingen.de

Wann findet die Challenge statt?

Die Challenge findet ab sofort **bis zum 09.01.2022** statt.

Wer kann mitmachen?

Mitmachen kann jeder! Alle von klein bis groß sind herzlich eingeladen sich viel und vielseitig zu bewegen!

Wie kann ich mitmachen?

Sport ist so vielseitig wie der VfL: geh' schwimmen, Rad fahren, joggen, mach' nen Spaziergang oder geh' mit Freunden kicken. Nutz' den Bolzplatz, werfe Körbe, tanze vor dem Spiegel oder einfach nur im Hobbyraum, oder setz' Dich auf's Dreirad oder Bobby-Car und cruise los auf dem Hof – Sport und Bewegung macht Spaß und hält gesund.

Wie funktioniert das Stundensammeln?

- Wie detailliert die Bewegungszeit erfasst wird (einzeln, täglich oder maximal jeweils zum Ende einer jeden Challenge-Woche) entscheidet jeder selber.
- Jede Minute, die während der Aktionszeit bewegt wird, schreibst Du in Dein Bewegungstagebuch zusammen mit der Art der Bewegung.
- Vom 10.01. hast Du fünf Tage Zeit, um uns Dein Bewegungstagebuch an marketing@vfl-waiblingen.de zu schicken. Dazu einfach Name, Alter/Geburtsjahr, Abteilung etc. übermitteln
- Einstieg in die Challenge jederzeit möglich!
- Bei Fragen wendet Euch an marketing@vfl-waiblingen.de

Wer Lust hat, kann uns auch gerne seine Fotos, kleine Anekdoten über die sportlichen Aktivitäten schicken, die wir auf Facebook und Instagram mit allen gerne teilen möchten. So können wir uns gegenseitig motivieren.

Gemeinsam wollen wir die Weihnachtszeit #bewegtERleben und schauen, wie viele Stunden die VfLer und Freunde des VfL in wie viel unterschiedlichen Sportarten bis 09.01. in Bewegung waren!

Viel Spaß dabei!