



Mit Power in den Frühling!

Die AOK Mittlerer Oberrhein und der Turngau Mittelbaden-Murgtal starten eine GesundheitsChallenge und der Turnverein Oberndorf ist 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 und bleibst vier Wochen am Ball.

Unser Verein möchte an der GesundheitsChallenge teilnehmen. Wir sind dabei jedoch auf die Unterstützung unserer Vereinsmitglieder angewiesen.

Deshalb unsere Bitte: Mache auch du mit. Damit tust du sowohl deiner Gesundheit als auch unserem Verein einen großen Gefallen. Teilnehmen können alle Vereinsmitglieder, egal ob jünger oder älter. Jeder Kilometer zählt.

Gabi Westermann ist für die Dauer der GesundheitsChallenge dein VereinsCaptain.

Beginn und Dauer:

Der Startschuss für die GesundheitsChallenge fällt genau auf den Beginn des Wonnemonats Mai am Samstag, 01. Mai 2021 und läuft bis Sonntag, 30. Mai 2021.

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

Wie kannst Du teilnehmen:

Du gibst mir kurz per eMail Bescheid, dass du dabei bist. mjgm.westermann@t-online.de

Danach meldest du mir 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.

Es wird seitens des Turngaus ein wöchentliches Vereins-Ranking ausgewertet und kommuniziert. Nach Beendigung der Aktion werden die Gewinnervereine ermittelt und prämiert.

Was kann unser Verein – was kannst du gewinnen:

Zunächst einmal wird es viele ganz fitte und zufriedene Mitglieder geben, die etwas für ihre Gesundheit getan und gleichzeitig unseren Verein unterstützt haben.

Außerdem werden die besten drei Vereine durch einen Förderbeitrag in Höhe von 300 € / 200 € / 100 € prämiert, der indirekt auch wieder dir als Vereinsmitglied zu Gute kommt.

Alles klar? Dann lass deinen inneren Schweinehund zu Hause verhungern.

Nichts wie rein in die Walking- oder Joggingschuhe und raus in die Natur.

Wir freuen uns auf deine Teilnahme und Rückmeldung.

Herzliche Grüße von Eurer Übungsleiterin bzw. Eurem Übungsleiter und der Vorstandschaft des TVO!