

rksk.dk



Sundhedsuge 2023 - Hvem er bedst i femkamp?

- Uge 17 24.-30. april

I Sundhedsugen 2023 laver vi FEMKAMP. Alt I skal gøre for at være med, er at oprette et hold med 3-30 deltagere og se, hvor mange point I kan få i de fem konkurrencer i løbet af uge 17. I kan vælge at dyste for jer selv, eller I kan udfordre et andet hold og se, hvem der klarer sig bedst.

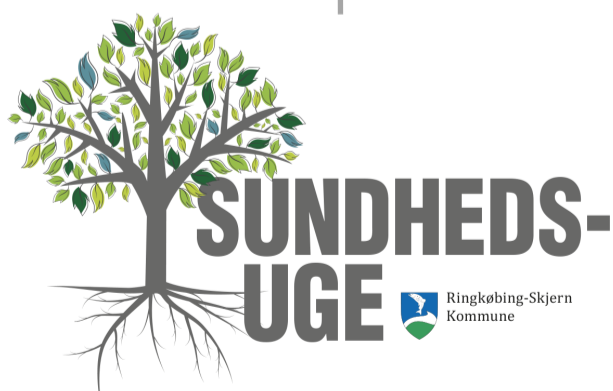
Det fine ved femkamp er, at er man ikke så god i en af konkurrencerne, så kan det være man i stedet får mange point i en anden konkurrence.

De fem konkurrencer er:

- Tæl skridt
- Flest kilometer på cykel
- Sjov med vand
- Få noget til at gro
- En tur i skoven, på heden eller på stranden

I kan optjene point i de fem konkurrencer mandag-søndag i uge 17. Jeres holdkaptajn skal registrere jeres point på vores hjemmeside.

Alle deltagende hold får en velkomstpakke med blandt andet inspiration til udeaktiviteter. De hurtige får også et flot udespil.



Se mere og tilmeld jer på sundhedsuge.dk

Har du spørgsmål? Kontakt Trine Burmølle, tlf. 20 18 33 01 eller e-mail: trine.burmoelle@rksk.dk

