

HÄNG MED OCH GÅ

MALLORCA RUNT



SLL:s årliga utmaning är tillbaka! Förra året deltog över 6000 personer – i år satsar vi på ännu fler. Tillsammans ska vi gå "Mallorca runt". Med 10 000 steg om dagen når ni målet, det är inte mycket som ska till för att uppnå stora hälsovinster.

UTMANINGSPERIOD;

26 april – 24 maj

LÄS MER OCH ANMÄL ER
INNAN 19 APRIL PÅ:

www.tappa.se/sll

MÅLET

Målet är att under fyra veckor fokusera på vardagsmotionen och peppa varandra att klara av det dagliga steg- & aktivitets- snittet som krävs för att gå Mallorca runt- 10 000 steg om dagen. Utöver att ni kommer i bättre form, får mer energi och har roligt på jobbet har ni också chans att vinna fina vinster!

