

## Mit Power in den Wonnemonat Mai!

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



### Sie möchten mit Elan und Power in den Mai starten?

Dann sind Sie bei der GesundheitsChallenge der AOK Mittlerer Oberrhein und des Turngaues Mittelbaden-Murgtal genau richtig. Ob mit Joggen oder Walken – das bleibt Ihnen überlassen – Hauptsache Sie sind mit Spaß und Freude dabei und bleiben vier Wochen am Ball.

### Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen können alle Vereine des Turngaues Mittelbaden-Murgtal. Jedes Vereinsmitglied kann mitmachen und für seinen Verein Kilometer sammeln, egal ob jung oder älter. Dabei werden die gewalkten bzw. gelaufenen Kilometer unterschiedlich gewichtet. Für den Nachweis der Kilometer vertrauen wir voll und ganz auf das Fairplay der Vereine.

### Wann beginnt die Challenge?

Die GesundheitsChallenge **beginnt am Samstag, den 1. Mai 2021 und geht bis zum 30. Mai 2021.** Alle innerhalb dieser vier Wochen erreichten Kilometer zählen für das Vereinsteam.

### Wie kann man als Verein teilnehmen?

Jeder Verein benennt einen VereinsCaptain. Dieser meldet seinen Verein mit untenstehendem Formular **bis zum 01.05.2021** zur GesundheitsChallenge an. Während der Challenge teilt der VereinsCaptain dann per Onlineformular einmal wöchentlich die gelaufenen und/oder gewalkten Kilometer mit. Außerdem gibt es ein wöchentliches Ranking, das der Turngau auf seiner Homepage **turngau-mittelbaden-murgtal.de** kommuniziert.

### Was kann ich als Verein gewinnen?

Zunächst einmal ganz viele fitte und zufriedene Mitglieder, die etwas für ihre Gesundheit tun und gleichzeitig ihren Verein unterstützen. Am Ende der Aktion werden die Gewinnerevereine ermittelt und die besten drei Vereine durch einen **Förderbeitrag in Höhe von 300 Euro / 200 Euro / 100 Euro** virtuell prämiert.

Bei Fragen und Unklarheiten können Sie sich gerne an die Geschäftsstelle des Turngaues Mittelbaden-Murgtal wenden. **Turngau-mittelbaden-murgtal@t-online.de**

Alles klar? Dann nichts wie rein in die Walking- oder Joggingsschuhe und raus in die Natur. Wir freuen uns auf viele Vereine mit möglichst vielen „bewegten“ Teilnehmerinnen und Teilnehmern.