



Arbejdspladsen motionerer! 30 minutter om dagen.

Får I alle 30 minutters motion om dagen?

Tilmeld et hold til Firmaidrættens motionskampagne ”Arbejdspladsen motionerer” som kører fra den 20. september til den 10. oktober og deltag i den landsdækkende konkurrencen med præmier for over 100.000 kr. Lokalt i Assens kommune bliver der derudover trukket lod om gratis deltagelse i vores indefodboldturnering eller vores firmabowlingturnering.

Det eneste I skal gøre er at samle mellem 4 - 16 kollegaer og tilmelde jer konkurrencen via www.arbejdspladsenmotionerer.dk

Her er en hel række gode motionsmuligheder i kampagneperioden – hvoraf flere af dem er gratis

Motionsløb: Vi tilbyder gratis løbetræning hver mandag kl. 18.15 fra Erhvervsskolen i Glamsbjerg, hver onsdag kl. 17.30 og søndag kl. 10.00 fra p-pladsen bag Sportigan i Assens. Derudover er der følgende lokale motionsløbsmuligheder:

Bike & Run stafetten lørdag den 25. september kl. 10 med start ved FKS hallen, Odense SV,
Willemoes løbet søndag den 26. september kl. 10 med start ved Pilehaveskolen, Assens og
Sportigan Assens Stafetten den 3. oktober kl. 14 med start ved Assens Hallerne, Assens.

Klatring: Klatrevæggen ved KFUM spejdernes hytte, Møllerhuse 1, Assens er i alle 3 kampagneuger åbent hver onsdag kl. 17-19, hvor det er gratis at komme ud og prøve at klatre på både væg og ølkasser. Hvis I ønsker et tilbud på et firmaarrangement så kontakt os på vestfynsfirmaidraet@gmail.com

Bowling: Tilmeld et hold til vores efterårsturnering i Assens Bowling Center, så er I garanteret 7 bowling kampe, hvoraf minimum 2 af den ligger i kampagneperioden. Invitation er vedlagt. Den kan også hentes på vores hjemmeside eller i bowlingcentret.

Fodboldgolf: Vi afholder fodboldgolf turnering for 3 personers hold fra 23. august til 9. oktober. Tilmeld et hold og kom ud og få noget god og sjov motion på Vestfyns Fodboldgolfs bane i Ebberup. Invitationen er vedlagt, men kan også hentes på vores hjemmeside.

Floorball: Kom og spil med når vi hver onsdag aften kl. 20 til 22 spiller indendørs hockey i Ebberup Hallen. Det er gratis at deltage i kampagneperioden og vi har udstyret, så bare mød op og spil med. Det eneste du skal have med er sportstøj og indendørs sportssko.

Mere information om vores motionstilbud: se på www.vestfynsfirmaidraet.dk eller send en mail til vestfynsfirmaidraet@gmail.com