

# Tour de France 2023

Så skal der dystes - Cykel, stå, gå om kap med årets tour ryttere, kommer i, i mål først, hvis i tyvstarter lidt?



## REGLERNE

**HUSK:** at knytte din aktivitet til den gældende etape, når du registrer den i OfficeFit app'en. ALT tæller både gå, stå og cykel

**HOV:** Er du endnu ikke kommet ind i vores app? Gå ind på [app.officefit.dk](http://app.officefit.dk) eller hent vores app og log ind. Hvis du har glemt dine oplysninger trykker du forgot password så kommer der en ny kode. Hvis det ikke virker, så kontakt os endelig på [motivation@officefit.dk](mailto:motivation@officefit.dk) og vi står klar til at hjælpe dig!

**Start:** NU - du vil modtage en invitation i din mail, så ved du at i er i gang.

**Slut:** Når alle 21. etaper er gennemført

**Rute:** 21. etaper hvor km og endestationer passer med årets Tour de France distancer.

Du vil modtage en mail hver gang en etape slutter og når en ny starter.

Så op på "lakridserne" og spred go' kollegakarma!



**OFFICEFIT**  
STAY ACTIVE WHILE WORKING