

Navn: _____



Mærk forskellen

BECOME A OFFICEFITTER

STÅ EN TIME + CYKLE ELLER GÅ 30 MIN HVER DAG

Mandag 	Tirsdag 	Onsdag 	Torsdag 	Fredag
Mandag 	Tirsdag 	Onsdag 	Torsdag 	Fredag
Mandag 	Tirsdag 	Onsdag 	Torsdag 	Fredag
Mandag 	Tirsdag 	Onsdag 	Torsdag 	Fredag

Sæt et hver gang du har gennemført udfordringen - hvor lang en streak kan du få på en måned

Become an OfficeFitter

Her hos _____ vil vi være OfficeFittere,

DERFOR

Udfordrer vi til at :

Stå op 1 time og gå eller cykle 30 min hver dag i _____ uger

Tilmelding

Navn: _____

Navn: _____

Navn: _____

Navn: _____

Navn: _____

Navn: _____

Navn: _____

Navn: _____

Navn: _____