

Navn: _____



Mærk forskellen

BECOME AN 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

Vidste du at ved at være OfficeFit kan du på en måned forbrænde det der svarer til 0,5 kg

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: _____