

FÅ HUMØRET OG PULSEN OP TIL WALKING FITNESS-EVENT

ZONEN I NAKSKOV TILBYDER DIG OG DINE KOLLEGER
ET EVENT FYLDT MED HØJT HUMØR

**VI FYRER OP FOR FARVERNE, PULSEN
OG DE STORE SMIL TIL WALKING
FITNESS I NAKSKOV IDRÆTSCENTER.**

Ta' en kollega eller 10 under armen og brug et
par timer på at trampe lidt energi og grin ind i
kroppen.

HVAD?

Walking Fitness – go' energi, pulsen op, grin
og skridt på kontoen

HVOR?

Nakskov Idrætscenter
A. E. Hansensvej 1
4900 Nakskov
Hal 2

HVORNÅR?

Torsdage fra 17.30 – 19.00:
Den 2. feb, 4.maj, 7.sep, 23.nov 2023

HVEM?

Alle kan være med. Alle!

PRIS

På din arbejdsplads kan I deltage gratis, hvis I
er med i Zonen. Ellers koster det 25,00 kr.

TILMELDING

Tilmeld jer via:
www.nf-fs.dk/zonen-i-nakskov/walking-fitness

**SNØR
SKOENE OG
KOM MED!**

Tilmeldingsfrist
23. januar 2023



FÅ EKSTRA SKRIDT PÅ KONTOEN

Tæl Skridt er en landsdækkende kampagne
med fokus på gang, hvor I sammen med
kollegaerne kan få lidt venlig konkurrence,
mere bevægelse og socialt samvær ind i
hverdagen.

Kampagnen løber fra
23. januar til 5. februar 2023.

Hvis I er tilmeldt Zonen, kan I årligt
deltage gratis i én omgang Tæl Skridt.

Læs mere og se hvordan I tilmelder jer her:
www.nf-fs.dk/zonen-i-nakskov/tael-skridt



**Tæl
SKRIDT**