

# Kilometer Challenge

vom 01.01. – 01.02.2024

*Es geht wieder los!*



## Neuaufgabe: Kilometer Challenge der TU Clausthal

- Es geht wieder los...wir fordern euch auf über einen Zeitraum von 4 Wochen Kilometer zu sammeln!
- Das Schöne, ihr tut gleichzeitig etwas Gutes für eure Gesundheit.

### Wie können Kilometer gesammelt werden?

- Wandern
- Spazieren gehen
- Laufen
- Skilanglauf
- Skiwandern
- Schwimmen

### Wie kannst du teilnehmen?

- Plane Deine Kilometer Challenge, dokumentiere deine Trainingseinheiten per Tracking und sende es uns am Ende der Challenge per Mail zu.
- Die Person mit den meisten Kilometern gewinnt!
- Wer wird die meisten Kilometer sammeln, Mitarbeitende oder Studierende?
- Preise wird es natürlich auch wieder geben!



KIM



Challenge

Weitere Informationen:

