

Kommunutmaningen

TEAMSTÄRKANDE HÄLSOUTMANING DÄR ALLA KAN BIDRA

Start

23

Mars
Måndag

Mål

3

Maj
Söndag



kommunutmaningen.se



info@motionsrace.com · 010-207 82 02



Kommunutmaningen

TEAMSTÄRKANDE HÄLSOUTMANING DÄR ALLA KAN BIDRA

Stärker teamkänsla, hälsa och miljö

- Färdigt koncept - enkelt att haka på
- Lag från flera kommuner utmanar varandra mellan och inom kommunen.
- Poäng samlas genom olika typer av aktiviteter - allt från fysisk aktivitet till sömn och återhämtning eller feedback till kollega är poänggivande.
- Aktivitet registreras lätt och poänglistor mm kan följas på webben eller i appen
- För att hålla utmaningen på en sund nivå kan man max ge sitt lag 120 poäng per dag
- Peppande veckobrev och extrapoäng genom bonusmedaljer håller motivationen igång
- Möjlighet att testa sig själv i olika övningar och följa sitt resultat.
- Pokal till bästa laget totalt.
(Vid fler än 100 personer från en kommun, pokal till bästa laget inom kommunen)
- Diplom till alla deltagare (pdf)

Ett lag = minst 4 deltagare

Kontakta oss:

info@motionsrace.com eller 010-207 82 02



Vad tidigare deltagare förknippar med Kommunutmaningen



Ingår i Kommunutmaningen

- Kompletta utmaning med reklamfri portal
- Vid behov hjälp med egen poster, loggor och texter till intern marknadsföring
- Vid behov hjälp med lagindelning efter organisation/självanmälan
- Välkomstbrev innan start
- Veckobrev som berättar om kommande veckoutmaning/medaljer mm.
- Vinnarbrev efter avslutad utmaning till deltagare. (via epost)
- Teknisk support för deltagarna under utmaningsperioden (svar inom 24 tim mån-fre)
- Vid behov hjälp med utlottningar under perioden
- Slutresultat till kontaktpersoner
- Stor graverad pokal till bästa lag totalt (vid 100 betalande från samma kommun ingår en graverad pokal till bästa lag)
- All data raderas ur systemet 2 månader efter avslutat uppdrag.

Tilläggstjänster - be om förslag och offert

- Före- och efterenkät
- Startkit/vinster
- Föreläsningar
- Träff med hälsoinspiratörer

Anmälan och avgifter

- 4-15 deltagare per lag - bildas med fördel utifrån organisationens avdelningar och grupper. Lagen kan vara olika stora, lagpoängen = genomsnittet av deltagarnas poäng.
- 149 kr/deltagare (exkl. moms)
Rabatt vid fler än 500 deltagare, gäller vid en betalande part. Begär offert.
- **Enkel anmälningsadministration** - 2 alternativ
 1. Anmäla alla med lista från arbetsgivaren, ingen anmälan från enskild individ krävs, ni betalar endast för de som kommer igång. (Om alla anmäls - kan "ej aktiva" döljas automatiskt av oss efter 1-2 veckor - Skapar roligare utmaning bland de aktiva).
 2. Självanmälan (deltagarna anmäler sig själva via webben).

Mer om anmälan på kommunutmaningen.se eller scanna QR-koden



Några ord från tidigare deltagare

Jag har gått trapporna upp till 6 våningar varje morgon tack vare MotionsRace. Tänkte fortsätta med det. 😊

Det är så himla kul att det går så bra, att alla är med och att vi tillsammans är så starka. Fortsätt så nu gänget! Peppa er själva och varandra och glöm för allt i världen inte bort belöningen. ;-)

”Bra utmaning, alla kan vara med och bidra med sitt. Kul med utmaning!”

”Att samla poäng och när jag kom igång med träningen så märker jag att jag mår så mycket bättre i vardagen!”

”Draghjälp för att förbättra sina levnadsvanor och att bryta negativa mönster”