Kære (Indsæt navn)

Igen i år er (indsæt navnet på din forening) med til at sætte bevægelse i gang til Arbejdspladsernes Motionsuge i uge 41. Det er den uge, hvor kolleger på landets arbejdspladser bevæger sig sammen, og hvor vi dyrker det gode kollegaskab.

Vi er i fuld gang med at skabe nogle spændende aktiviteter for jer og øvrige lokale arbejdspladser. Vi håber, I har lyst til at være med.

**Hvad vil du og din kolleger give jer i kast med?**

Følgende aktiviteter kan du og kollegerne dyrke på vores matrikel i løbet af uge 41:

Aktivitet 1

Beskrivelse, tid, sted + henvisning til, hvordan man tilmelder sig

Aktivitet 2

Beskrivelse, tid, sted + henvisning til, hvordan man tilmelder sig

Aktivitet 3

Beskrivelse, tid, sted + henvisning til, hvordan man tilmelder sig

Har I et særligt ønske til en aktivitet, så kontakt os endelig. Vi vil altid gerne hjælpe. Find vores kontaktoplysninger på (indsæt jeres hjemmeside).

**Planlæg jeres egen motionsuge**

Har I ikke mulighed for at deltage i én af vores aktiviteter, så håber vi alligevel, I kan få presset aktivitet ind på arbejdspladsen i løbet af uge 41. Gå en tur hver dag efter frokost. Arrangér fælles morgentræning. Book en digital instruktør helt gratis fra Dansk Firmaidræt. Mulighederne er mange.

Find inspiration og tilmeld jer på:

[www.AMugen.dk](http://www.AMugen.dk)

Vi glæder os til at se jer til en aktiv Arbejdspladsernes Motionsuge.

Med venlig hilsen

*(Navn på* *forening)*