



# Wir sind dabei!

## Worum geht's?



01

### Körperlich & mental fitter in 50 Tagen!

Wir achten bewusst auf unsere Gesundheit und werden dabei 50 Tage lang von Expert:innen und Sport-Legenden unterstützt.



02

### Minuten sammeln und gewinnen!

Wir sammeln mit unseren Handys gemeinsam im Team Bewegungsminuten und treten dabei gegen andere Firmen aus Österreich an.



03

### Egal wie - jede Minute zählt!

Egal ob mit dem Rad, zu Fuß oder bei der Gartenarbeit - es zählt jede Minute, niemand wird durch vorgegebene Sportarten ausgeschlossen.



04

### Videos, Podcasts und noch viel mehr!

Während der Firmenchallenge steht euch eine große Auswahl an Gesundheitscontent mit Expert:innen & Sportlegenden zur Verfügung.



05

### Durch uns werden Bäume gepflanzt!

Bewegung soll belohnt werden - darum wird für jede 1000. Bewegungsminute ein Baum gepflanzt - seit 2022 bereits über 28.000 Bäume!



06

### Am 1. Oktober startet die Firmenchallenge!

Dann heißt es 50 Tage lang: JEDE MINUTE ZÄHLT. Viel wichtiger ist jedoch, dass wir gemeinsam als Team auf unsere Gesundheit achten!

## Firmenchallenge Österreich

1. Oktober bis 19. November