

Участвайте и спечелете таблет

Предизвикателство за компании 2025 - Пребройте минутите си за упражнения

Тазгодишното предизвикателство за компании ще се проведе от 1 октомври до 19 ноември 2025 г. Повече упражнения през обикновения ден означават по-добро здраве. Минутите упражнения, които натрупвате, имат за цел да подчертаят значението на здравословния начин на живот. За всеки 1000 минути упражнения ще бъде засадено 1 дърво.

Колкото повече стъпки правите, толкова повече се движите, толкова по-голям е шансът ви да спечелите фитнес гривна или ваучер за спортен магазин. Лицето, което събере най-много минути упражнения, ще спечели таблет.

Започнете още днес:

Отидете на <https://my.straide.com/invite/LP1K6R> , за да се регистрирате.

Въведете пълното си име, имейл адрес и изберете парола. Обърнете внимание на полетата „**Datenschutzerklärung**“ и „**AGB**“. Ако сте съгласни, отбележете квадратчето и кликнете върху „**weiter**“.

Изберете пол, дата на раждане, ръст и тегло и кликнете върху „**Registrieren**“. Ще получите имейл и сега трябва да „**E-Mail Adresse bestätigen**“.

Влезте с вашите данни. Сега ще получите покана за участие в предизвикателството като лидер. Моля, кликнете върху „**annehmen**“ и след това върху **OK**.

Aktivitäten

Под тази икона ще можете да въведете минутите си за упражнения. С „**erstellen**“ и „**Sportart**“ можете да изберете вида упражнение. Моля, кликнете върху подходящия вид и въведете „**Start**“, „**Dauer**“ и „**Ende**“.

Пожелаваме ви успех!