



Fit im Februar

HSV Team-Challenge 2023

Wer kennt das nicht - die guten Vorsätze zum neuen Jahr sind größtenteils schon wieder Schnee von gestern, das Wetter ist bescheiden und ein gemütlicher Nachmittag auf dem Sofa lockt wesentlich mehr als eine Jogging-Runde durch den Park? Dann ist genau der richtige Zeitpunkt für „Fit im Februar“! Nach der super Resonanz in 2022 möchten wir auch in diesem Winter gemeinsam mit euch zu unserer Team-Challenge antreten.

Wie funktioniert das?

1. Du findest zwei bis neun motivierte Mitstreiter/innen aus deinem Verein, deiner Familie, deiner Firma oder Schule oder deinem Freundeskreis. Es gibt keine Altersbeschränkungen.
2. Ihr gebt euch einen Team-Namen und meldet euch [hier](#) an.
3. Vom 1. bis zum 28. Februar sammelt ihr gemeinsam mit Outdoor-Aktivitäten möglichst viele Punkte

Was zählt als Outdoor-Aktivität und wie erfolgt die Wertung?

- a) Laufen, Walken, Wandern oder Nordic Walking: Jeder Kilometer zählt 3 Punkte
- b) Inline, Ski Langlauf oder Rollski: Jeder Kilometer zählt 2 Punkte
- c) Radfahren oder Ski Alpin: Jeder Kilometer zählt 1 Punkt

Damit eure Aktivität in die Wertung kommt, trackt ihr eure Strecke (über eine Pulsuhr oder eine App wie Strava, Fitbit, Komoot o.ä.) und macht einen Screenshot. Diesen könnt ihr über einen Link in die Punkteliste eurer Gruppe hochladen. Zweimal wöchentlich veröffentlichen wir eine Auswertung mit dem Zwischenstand aller Teams und einmal wöchentlich die aktivsten Einzelsportler.

Was haben wir davon?

Vor allem jede Menge Spaß bei der Teilnahme an einem spannenden und motivierenden Wettbewerb! Auch wenn die Sportarten nicht vergleichbar sind und eine „faire“ Punktevergabe daher schwierig ist, bietet die Challenge eine tolle Möglichkeit, mit Freunden oder der Familie aktiv zu werden und die Freude an Outdoor-Aktivitäten (wieder) zu entdecken. Denn nicht nur im Skisport gilt: gemeinsam macht es einfach mehr Spaß! Auch wenn „gewinnen“ hierbei nicht im Vordergrund steht, gehört natürlich ein gewisser sportlicher Ehrgeiz dazu.

Wir freuen uns auf einen aktiven Februar mit euch!

Euer HSV Team



Hessischer Skiverband e.V.
Parkstraße 16, 61231 Bad Nauheim
verband@hsv-ski.de Tel. 06032 / 927 44-00