



Mission: 3.000 Der OTH-Schritte-Contest

Wir freuen uns, euch zur 4-wöchigen Schritte-Challenge von **Donnerstag, den 15.10.2026 bis Mittwoch, den 11.11.2026** einzuladen, um gemeinsam mehr Bewegung in unseren Arbeitsalltag zu integrieren.

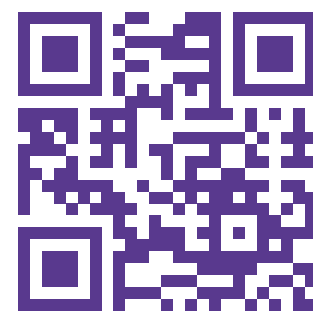
- **Jeder Schritt zählt:** Schon 3.000 Schritte täglich wirken positiv auf deine Gesundheit.
- **Gemeinschaft stärken:** Gemeinsam macht Bewegung noch mehr Spaß!
- **Motivation steigern:** Überwinde deinen inneren Schweinehund und setze dir neue Ziele.

So funktioniert's:

- **Anmeldung:** Registriere dich ab sofort unter folgendem Link www.dasfitnesswunder.de/044530
- **Teilnahme:** Nutze dein Smartphone oder deinen Fitnesstracker, um deine Schritte zu zählen.
- **Teams:** Nimm alleine oder im Team teil und motiviere deine Kolleginnen und Kollegen.

Wir freuen uns auf viele gemeinsame Schritte und gemeinsamen Spaß bei der Challenge!

Hier geht's zur Challenge:



www.dasfitnesswunder.de/044530



REGENSBURG

BARMER