

SPRING 2010



- Helårig folkehelsekonsept
- Målgruppe: Jenter og damer i alle aldre
- Mål: Få flere til å være i fysisk aktivitet
- Midt- Norge Sør bedriftsidrettskrets er initiativtaker og eier av konseptet



SPRING 2010

www.spring2010.no

- Kvinneportal
- Facebook
- Treningsdagbok
- Treningsprogram
- Tips og råd
 - Kosthold
 - Livsstil
 - Trening


SPRING 2010

- Tett samarbeide med Kreftforeningen
- Krafttak mot kreft
- Vinterlyd 20 mars

KRAFTTAK
MOT KREFT 2010



Spar Jentebølgen

- Årets fyrtårnsarrangement
- Mosjonsløp for damer i alle aldre
- Torget i Trondheim lørdag 5 juni
- Underholdning fra kl 12.00
- Målsetting: 5000 deltakere i 2010



SPRING 2010

SPRING 2010

