

All  
rörelse  
räknas!

# Vi är med i motionsveckan

**Du antar väl motionsveckans dagliga utmaning!**

**Häng med på världens största tipspromenad. En digital promenad med kluriga frågor direkt i din telefon! Utmana kollegorna på Trafikverket – svara både snabbast och rätt för att ta dig upp på topplistan!**

**Ladda ner appen Tipspromenader, scanna dagens QR-kod, rör på dig i 20 minuter och få koll på steg, sträcka och antal rätt.**

**Genomför tipspromenaden innan 23:00 på utsatt dag.  
(För att vara med och tävla, ange namn och organisatorisk tillhörighet innan du startar tipspromenaden).**

## **MÅNDAG 22/9**

**Tema: TRVFF**



## **TISDAG 23/9**

**Tema: Lycka**



## **ONSDAG 24/9**

**Tema: Sv. Infrastruktur**



## **TORSDAG 25/9**

**Tema: Sömn**



## **FREDAG 26/9**

**Tema: Rörlighet**



**HEJA  
HEJA!**

TRAFIKVERKET  
*fritid* 

**KORPEN**

■ ■ Svenska Motions-  
idrottsförbundet