



münsingen

vielfältig nachhaltig



## Coop Gemeinde Duell

# Die Schweiz bewegt sich

Mach mit und verhilf Münsingen zum Sieg!  
Wir bewegen uns vom 1. bis 31. Mai 2023.

Der Spass an der Bewegung wird grossgeschrieben! Egal ob jung oder alt, sportlich oder gemütlich – jede Minute zählt. Hilf auch du mit, unsere Gemeinde zur «bewegtesten Gemeinde der Schweiz» zu machen! Alle Infos hier und unter dem QR-Code.



### Gemeindeaktivitäten

#### Schnupperwochen

Während zwei Wochen, vom 1. bis 14. Mai 2023, kannst du bei vielen Vereinen und Organisationen bei diversen Schnuppertrainings mitmachen.

#### Bewegungsangebote

Vom 29. April bis 27. Mai 2023 finden ganz viele unterschiedliche und kostenlose Bewegungsaktivitäten statt, wie der Geschichts-OL, Wanderungen, eine Veloutour, Schnitzeljagden mit oder ohne Hund, ein Lindy Hop-Kurs, Garten-Fitness und ein geleitetes Training für den Münsiger-Louf.

Bitte beachte, dass du dich bei einigen Aktivitäten anmelden musst. Alle Angebote sind kostenlos.

### Bewegungsminuten sammeln – so funktioniert's:

Es gibt zwei Möglichkeiten, wie du unsere Gemeinde beim Sammeln von Bewegungsminuten unterstützen kannst:

1. Nimm an den kostenlosen Gemeindeaktivitäten (Schnupperwochen und Bewegungsangebote) teil! Bei allen Gemeindeaktivitäten werden die Bewegungsminuten der Aktivität durch den Kursleitenden erfasst.
  2. Lade die kostenlose App herunter. Mit der App kannst du vom 1. bis 31. Mai all deine Bewegungsminuten erfassen und somit wertvolle Minuten für unsere Gemeinde sammeln.
- App «Coop Gemeinde Duell» herunterladen (kostenlos)
  - Benutzerkonto erstellen und die Gemeinde Münsingen auswählen
  - Via Stoppuhr in der App alle Bewegungs-Aktivitäten erfassen.



Für die rot hinterlegten Anlässe ist eine Anmeldung erforderlich.

Anmeldungen via App «Coop Gemeinde Duell», via QR-Code oder via [www.coopgemeindeduell.ch](http://www.coopgemeindeduell.ch)



groupe **mutuel**

**Blick**

ein projekt von **schweiz.bewegt**