

BEWEGUNGS- BINGO




STADTBEWEGUNG

**MITMACHEN
UND PREISE
GEWINNEN.**

JETZT ETWAS FÜR DIE EIGENE
GESUNDHEIT TUN.

7 TAGE. 7 WOCHEN.

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1	 Spaziergang						
2							
3							
4							
5							
6							
7							

So funktioniert's: Für **30 Minuten Bewegung** am Tag (Spaziergang, Joggen, Training zu Hause, etc.) darf ein Kreuz gemacht werden. Wer **fünf Kreuze** in Reihe hat (waagrecht, senkrecht oder diagonal) "**ruft Bingo**" per Email oder WhatsApp.

Kontakt: info@stadtbewegung.de, 030 577 03 597 (WhatsApp)
Anregungen für Bewegung und virtuelle Nachbarschaftsgruppen zur Motivation gibt es unter: stadtbewegung.de/rollberg



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat



ROLLBERGTM



Bezirksamt
Neukölln

Senatsverwaltung
für Stadtentwicklung
und Wohnen

berlin Berlin