



SPIN OF HOPE 2019

TID	LEDARE	TEMA
Kl 07.00	Sanna	"Så mycket bättre"
Kl 08.00	Jonas	Rockdubbel
Kl 09.00	Petra	Nostalgi
Kl 10.00	Josefine	Pubrunda
Kl 11.00	Lotta	Re-Cykling (Intervall)
Kl 12.00	Malin	Sommar
Kl 13.00	Bene	Tyska backar (Spin Spurt)
Kl 14.00	Marie	Dansband VS Rock
Kl 15.00	Sandra	Bara sport
Kl 16.00	Marie	Schlager
Kl 17.00	Petra	80-tal
Kl 18.00	Bene	Grande finale



Spin Of Hope 2019 – dina ben räddar barn!

Lördagen den 30 mars arrangerar Friskis & Svettis Uddevalla eventet Spin Of Hope 2019.

Vi trampar till förmån för de sjuka barnen där samtliga av våra intäkter går till Barncancerfonden. Priset för en cykel som rullar i 12 timmar från kl 7-19 är endast 1500 kr. Det kommer under hela dagen vara fullt ös i hela anläggningen där vi på alla sätt ska samla ihop så mycket pengar som möjligt. Vill man ha en cykel med riktig guldkänsla så finns även "Guldcyklar" att köpa till ett pris av 3000 kr.

En spinningledare kommer varje timma blanda glädje och motion med sitt eget valda "Temapass". Varför inte låta respektive person i laget välja pass utefter det temat som tilltalar just honom eller henne?

Mat och fika kommer självklart att finnas tillgängligt att köpa under hela dagen. Även här hamnar intäkterna hos Barncancerfonden, så ju mer gofika desto mer pengar till barnen. På kvällen samlas vi alla för att fira lagets gemensamma samlade insats till förmån för barnen. Platsen är inte bokad till 100% i dagsläget men det ser ut att bli en stor fin lokal inne i stan. Vi återkommer med mer information så fort vi bokat lokal.

Företag och föreningar har möjlighet att marknadsföra sig genom Rollups, Beachflaggor samt Giveaways. Vi kommer även presentera anmälda lag/Föreningsnamn/Företagsnamn på en anslagstavla i anläggningen.

Arbetsplatser, föreningar eller kompisgäng, häng med på en riktigt rolig och inspirerande dag för ett välgörande ändamål. Tränad eller otränad, lång eller kort, yngre eller äldre, hur som helst så är detta är en dag för alla.

Alla är välkomna att delta trots att man inte innehar medlemskap i Friskis&Svettis Uddevalla

För anmälan gå in på: <https://www.barncancerfonden.se/event/spin-of-hope/delta/spin-of-hope-20195/>

Kontaktperson: Susanne Andersson 0768974246 susanne@uddevalla.friskissvettis.se

Med förhoppning att vi ses den 30 mars!

/ Spinningledarna Friskis&Svettis Uddevalla

