






NORODD

MEDLEMSBINGO 2025

11. april til 16. mai

Navn:.....

DELTA PÅ EN FRIIDRETTS TRENING	DELTA PÅ EN SYKKEL/SPINNING TRENING	DELTA PÅ EN SVØMME TRENING	DELTA PÅ EN STYRKE TRENING
POST ET TRENINGSBILDE OG TAGG #havmaraton #kristiansundhavmaraton #ilnorodd #norodd	GÅ/LØP 5KM	DELTA PÅ RUN FOR FUN TRENING	SNAKK MED ET ANNET MEDLEM SOM DU IKKE KJENNER
BESØKE NORODD LOKALET	GÅ/LØP ELLER SYKKEL BDO-MILA	BAD I HAVET (I KRISTIANSUND)	TA MED EN VENN PÅ PRØVE TRENING
GÅ HAVMARATON 6KM TRASE 	HA EN SUKKERFRI UKE	GÅ /LØP HAVMARATON 13KM TRASE 	LIK IL NORODD PÅ FACEBOOK/ INSTAGRAM
GÅ, JOGG ELLER SYKKEL TIL OG FRA JOBB/SKOLE EN DAG	GÅ, JOGG ELLER SYKKEL TIL OG FRA TRENING EN DAG	LIK KRISTIANSUND HAVMARATON PÅ FACEBOOK/ INSTAGRAM 	GÅ , LØP ELLER SYKLE SPONSOR RUNDEN: Sparebanken Møre, Varig forsikring, Neas, Møre drift, Slatlem, Intersport.

Uttrekkspremier blant de som leverer inn skjema. Sendes inn til norodd@norodd.no eller leveres i postkassa til IL Norodd.