

# Firmenlauf 2021

## Ein Mix aus virtueller Challenge und echtem Live-Event



- 21-Tage-Challenge

- Live-Event mit mehreren  
kleinen Startwellen



Vitale AWO mehr als gesund!

### Wir leben und bewegen die AWO Senioren- und Sozialzentrum gGmbH Sachsen-West!

Startberechtigt sind alle Mitarbeiter\*innen, Azubis und deren Familienangehörige.

#### Was ist neu?

Ab dem 17. August 2021 startet der Firmenlauf mit einer virtuellen 21-Tage-Challenge. Diese besteht aus täglich wechselnden Themen, mit Fokus auf Bewegung, Gesundheit und Achtsamkeit. Den Abschluss bildet vom 7. bis 9. September 2021 ein Live-Event, mit einer Laufstrecke von 5 Kilometern. Alternativ zu diesem, steht allen Teilnehmenden die Option des virtuellen Selbstläufers zur Verfügung. Detailliertere Informationen finden Sie auf dem Informationsschreiben und auf [www.leipzig-firmenlauf.de](http://www.leipzig-firmenlauf.de).

#### Anmeldeschluss ist der 30.06.2021

Bitte melden Sie sich bei Ihrer Einrichtungsleitung oder Gesundheitsbeauftragten. Wir melden Sie dann gemeinsam für den Lauf an.

Bitte bringen Sie Ihr **Firmenlauf-Shirt** aus den vergangenen Jahren mit! Sollten Sie noch kein T-Shirt besitzen oder ein Neues benötigen, geben Sie dies bitte mit Größenangabe bei Ihrer Anmeldung mit an.

Weitere Infos erhalten Sie über Ihre Gesundheitsbeauftragten,  
Ihre Einrichtungsleitung sowie der Gesundheitsmanagerin Jana Büttner:  
Tel.: 034205 2014 364, E-Mail: [jana.buettner@awo-sachsen-west.de](mailto:jana.buettner@awo-sachsen-west.de)



Senioren- und Sozialzentrum  
gGmbH Sachsen-West

Dafür schlägt unser Herz.