

Abteilung Personal

Fritz-Pregl-Straße 3, 6. Stock
6020 Innsbruck
Tel. +43 512 9003 71081
personalentwicklung@i-med.ac.at
www.i-med.ac.at/pa



MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT
INNSBRUCK

First Step: 20 Tage FIT UP Challenge

MUI in motion | Bewegung.Lebenslust.Auszeit

ZEITRAUM:

- **10.06.2024 - 30.06.2024**

JEDER SCHRITT ZÄHLT

- **20 Jahre Med Uni Innsbruck - Gemeinsam FIT durchs Jubiläumsjahr!**
- „Zum Aufwärmen“ sind **20** Tage am Stück geplant, die große Challenge folgt im August. Lasst euch überraschen, was auf euch zu kommt!
- Egal ob spazieren, wandern, schwimmen, Rad fahren oder ein FitUP-Kurs, alle verbrauchten Kalorien werden in Punkte umgerechnet und für dich und das eigene Team gesammelt.

GEWINN

- Der Hauptgewinn geht an jene Person, die mit ihrem Mittelwert am dichtesten am Durchschnitt liegt.
- Zusätzlich gewinnt das Team mit dem größten Mittelwert. An die Teilnehmer:innen des Siegerteams werden per Zufallsprinzip 3 tolle Sachpreise verlost.

TEILNAHMEVORRAUSSETZUNGEN

- Bereits für FitUP angemeldet:
Nichts wie los – alle Aktivitäten über Ihre Fitness-Uhr & Smartwatch, Google Fit oder Apple Health zählen.
- Noch nicht bei FitUP angemeldet:
E-Mail an personalentwicklung@i-med.ac.at senden, Informationen erhalten, App herunterladen und losstarten.

