

# NYHETSBREV

NORGES  
SPREKESTE  
FYLKE



## NORD-TRØNDELAG – NORGES SPREKESTE FYLKE

26.SEPTEMBER 2013

### SPREK HØST

#### **NORGES SPREKESTE FYLKE 2013**

Nord-Trøndelag Idrettskrets ønsker sammen med våre hovedsamarbeidspartnere og støttespillere velkommen til en **SPREK HØST 2013!**

#### **Bli med og blås liv i prosjektet NORGES SPREKESTE FYLKE!**

Vårt arbeid med folkehelse, fysisk aktivitet og med å beholde tittelen som det sprekeste fylke i Norge fortsetter!

#### **Mål 2013**

Flest mulig av fylkets innbyggere skal være mest mulig fysisk aktiv lengst mulig.

"Det registrerte aktivitetsnivået i Idrettsregistreringen for aldersgruppen 20 år og eldre skal økes med minst 2% , og med minst 1% for aldersgruppen 13-19 år i forhold til aktivitetstallet pr.31. desember 2012!"

#### **HVERDAGSAKTIVITETEN**

Det største potensialet i en klubb ligger i etableringen av aktivitetstilbud til ungdom (13 – 19 år) og voksen (20 år og eldre) som er lite eller ikke fysisk aktive.

Tilrettelagte aktivitetstilbud i nærmiljøet av varig karakter som tilbys gjennom store deler av året, der det viktigste er å ha det gøy sammen med andre.

#### **FYRTÅRSAKTIVITETER**

Fyrtårsaktivitetene skal fortsatt være en viktig og sosial aktivitetsarena, og skal komme som fellesarenaer i tillegg til den daglige idrettsaktiviteten som gjennomføres ute i idrettslagene. For å skape bredde og mangfold er det ønskelig at de tre fyrtårsaktivitetene gjennomføres til de ulike årstidene. Henholdsvis høst, vinter og sommer.

# SPREK HØST

## NORGES SPREKESTE HØSTKAMPANJE

**Kampanjeperiode fra 1. oktober - 15. november.**

Vi utfordrer idrettslag, bedriftsidrettslag, kommuner, 4H og NKS til å bli med. Bidra til at vi fortsatt er Norges sprekeste fylke!

**Bli med du også!** Gå inn på [www.norgessprekeste.no](http://www.norgessprekeste.no) i dag og registrer deg.

### Facebook

Skriv Norges sprekeste fylke i søkefeltet og kom direkte til facebooksidene. Norges sprekeste fylke har 289 tilhengere. Bli en tilhenger du også!



### Instagram

Del dine turbilder og inspirer andre! Tagg dine Instagrambilder med #norgessprekestefylke .Bildene blir linket til hjemmesiden.

Til alle ambassadører og deltakere i årets Norges sprekeste fylke:  
**Lykke til med årets kampanje!**

Det er i hverdagen det store slaget står, vær fysisk aktiv i dag !

**GOD TUR!**



En sprek hilsen  
Nord-Trøndelag Idrettskrets

