



17.11.2021

## Delta i SHVS utmaning på sociala medier och vinn 20 träningsvästar till er organisation!

Hälsningar från SHVS kommunikationsteam!

Det här meddelandet gäller vår utmaning "Sätt fart!", som arrangeras på sociala medier och riktar sig till studerandeorganisationer.

Vi vill motivera alla högskolestuderande att fortsätta röra på sig trots att vi nu är inne i den mörkaste tiden på året. Därför arrangerar vi en lekfull utmaning på sociala medier och bjuder in också er att motionera tillsammans med oss!

**Vi lottar ut 20 träningsvästar bland alla organisationer som deltar i utmaningen. Den vinnande organisationen får sin egen logo tryckt på västarna.**

Det är enkelt att delta:

1. Kolla in videon om utmaningen på SHVS Instagramkonto
2. Skapa en egen lekfull video med motionstema
3. Publicera videon i er organisations Instagram Stories eller i ert flöde (om er organisation endast använder Facebook kan ni också delta där)
4. Tagga SHVS i ert inlägg

Vi önskar att ni använder hashtaggen #lähdeliikkeelle i ert inlägg och att ni uppmuntrar era medlemmar att sätta fart.

Utmaningen pågår 17.-10.12.2021. Instagram har ingen del i tävlingen.

*Utmaningen är en del av vårt temaår Motion 2021–2022 vars syfte är att motivera högskolestuderande att motionera. Genom att delta i utmaningen ger ni oss tillstånd att dela det material ni producerat för utmaningen i våra kanaler på sociala medier. Kom ihåg att respektera upphovsrätten ifall ni använder musik eller annat material i er video. Läs mer om tävlingsreglerna här:*

<https://www.yths.fi/sv/nyheter/2021/delta-i-satt-fart-tavlingen/>

Vi svarar gärna på eventuella frågor om utmaningen.

Lycka till med utmaningen, och njut av att motionera!

Med vänlig hälsning,  
SHVS Kommunikationsteam