

Gör så här när ni anmäler er till Stegutmaningen

Anmäl er på www.tappa.se/sll

1. Gå ihop i lag (2 - 8 deltagare rekommenderas).
2. Välj ut en lagledare som anmäler antalet deltagare i laget.
3. Efter anmälan får lagledaren inloggningsinformation till alla lagmedlemmar på mail och eventuella stegräknare kommer med posten.
4. När alla i laget har registrerat sin profil kan lagledaren skapa laget inne på utmaningssidan och lägga till lagmedlemmarna.

Anmäl er innan 19 april.

Bilda lag om 2 - 8 deltagare, välj ut en lagledare som registrerar er och som också får leveransen av stegräknarna några dagar före stegutmaningens start.

När du fått stegräknaren av din lagledare får du även en kod som du ska registrera dig på www.tappa.se/sll

När du skapat din profil och lagledaren valt in dig i sitt lag, är det bara att börja gå.

Alla dina steg räknas! Logga in på din sida och registrera hur många steg du tagit - varje dag.

Snittmål: Nå ett stegsnitt på 10 000 steg / dag så är du och ditt lag med i utlottning av priser.

Hela laget behöver ha ett stegsnitt på 10 000 steg/dag och person för att få vara med i utlottningen. Så peppa varandra i laget!

Vill du registrera annan aktivitet kan du lägga in antal minuter på den aktiviteten som du finner i listan på din sida så omvandlas det till steg. Du kommer då hamna i en annan resultatlista än de som väljer att endast registrera steg. Men du kan se båda topplistorna om du vill.

Anmälan och läs mer: www.tappa.se/sll