

Hittaut.nu och Uppsalaskolornas hittautmaning – Uppsalas största friskvårdsprojekt

Hittaut.nu är Uppsalas största friskvårdsprojekt där du på ett nytt och inspirerande sätt får motion och samtidigt upptäcker nya platser. Vi kommer att placera ut ca 100 checkpoints på vackra och intressanta platser runt om i Uppsala och i början av maj delar vi ut vår detaljerade karta över Uppsala där alla checkpoints är markerade. Med hjälp av kartan och/eller en GPS ska du leta rätt på dessa checkpoints. På www.hittaut.nu registrerar du sedan den bokstavs- och sifferkombination som finns angiven vid varje checkpoint som ett kvitto på att du varit där. Ju fler checkpoints du tar desto bättre kondition och desto större chans att vinna fina priser.

hittaut.nu

- Pågår från maj – okt 2012
- Gratis karta till 90 000 hushåll och elever i alla de skolor som väljer att delta i "skolornas hittaut-maning"
- Priser för över 100 000kr
- Företagsutmaning – reducerat pris för skola och universitet
- Under 2011 lades 200 000 friskvårdstimmar på hittaut.nu

Häng på Uppsalaskolornas "hittautmaning". Bir det kanske din skola som hittar ut allra mest?

Uppsalaskolornas hittaut-maning körs för första gången 2012 och påminner om företagsutmaningen som funnits med sedan hittaut.nu startade 2010. När ni som skola deltar i utmaningen ger ni elever och personal goda möjligheter att förbättra sina motionsvanor, med alla positiva hälsoeffekter det för med sig. Ni ger också möjlighet att öva på orientering med hjälp av en riktigt bra karta och kvalitetssäkrade checkpoints i både skogs-, park- och stadsmiljö. Genom att skapa interna lag skapar ni lätt en motiverande tävlingskänsla som ger bra drivkraft och samtidigt stärker sammanhållningen. Ni får också chansen att jämföra er med och tävla mot andra skolor i Uppsala för att se vilken skola som har mest aktiva elever och personal.

Topplista Företag	
Garmin	72
ÅF	72
Uppsala Akademiförvaltning	56
Bolander & Co	51
Ramböll	40

Antal checkpoints per anställd

Det här ingår i Uppsalaskolornas hittautmaning:

- Kartor levererade direkt till skolan
- Genomgång/introduktion på plats
- Statistik och uppföljning via hemsidan hittaut.nu
- Topplistor på individ- och lagnivå

Uppsalaskolornas hittaut-maning är gratis för skolklasser och för skolans personalgrupp är kostnaden 1250 kr + 50 kr/deltagare (företag betalar 2500 kr + 100 kr/deltagare).

Skolornas hittaut-maning: så här går det till

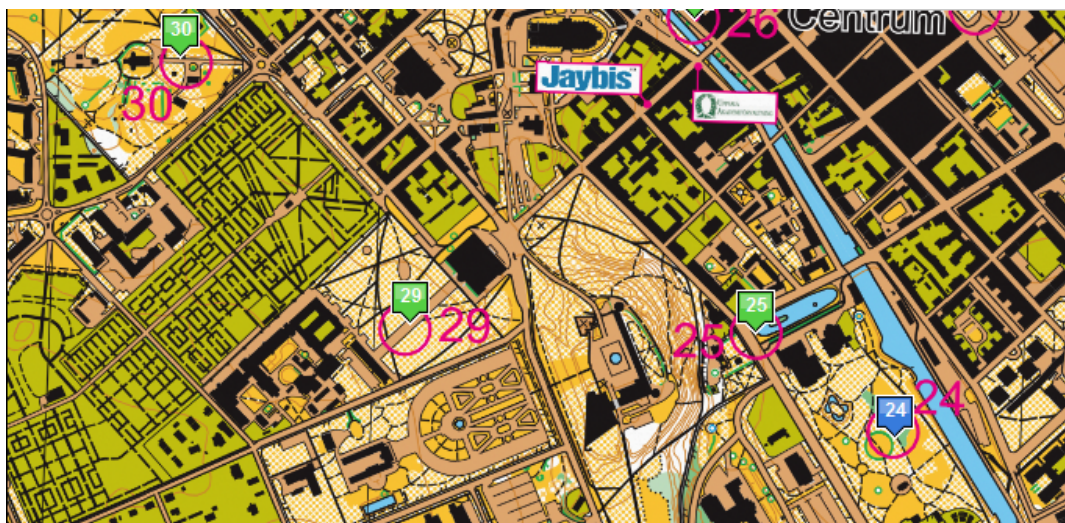
1. Alla elever och lärare registrerar sig själva på hittaut.nu och knyter sig till skolan/laget de representerar. Vi har på förhand lagt in laget så att det blir valbart vid registreringen.
2. När man har lagt in sina uppgifter är det bara att börja ta checkpoints och registrera dem på hemsidan.
3. Alla som registrerat sig får automatisk tillgång till både personlig statistik och statistik för andra deltagare på sin skola och kan lätt jämföra sig både internt inom skolan och med andra skolor.

Skapa interna lag eller utmana andra skolor

Ett tips för att öka drivkraften hos din skolas elever och personal att komma ut och motionera och ta fler checkpoints är att skapa egna lag internt inom skolan. Eller varför inte utmana andra skolor i stan?

Fina priser – Vinstdragning varje månad

Oavsett om du deltar genom Uppsalaskolornas hittautmaning eller som privatperson har du chans att vinna fina priser. Ju fler checkpoints du tar, desto större chans att vinna. Varje månad har vi vinstdragningar och förra året hade vi priser från NetOnNet och Alewalds med ett totalvärde på 140 000kr.



Mer information: www.hittaut.nu/upsala