

Rekordmange aktiviteter i Danmarks Motionsuge

Idrætsforeninger, skoler og arbejdspladser er klar til at sætte borgere i bevægelse landet over, når Danmarks Motionsuge vender tilbage i uge 41.

En hel uge spækket med tusindvis af gratis idræts- og motionsaktiviteter over hele Danmark, hvor man kan smage på alt fra curling, capoeira og crossfit til fægtning, fodvolley og folkedans. Det er virkeligheden i Danmarks Motionsuge, hvor der også er rig mulighed for at blive en del af et aktivt fællesskab.

Alt, man skal gøre, er at klikke ind på Danmarks Motionsuges hjemmeside og finde de aktiviteter, man har lyst til at prøve. I år er der mere end 7000 aktiviteter på landsplan, når både arbejdspladserne, skolerne og ikke mindst idrætsforeningernes tilbud tælles med.

”Danmarks Motionsuge er den perfekte anledning til at prøve noget nyt og få øjnene op for gode fællesskaber. Der er aktiviteter for alle aldre og for ethvert temperament. Så det er bare at gå på opdagelse i de mange muligheder,” siger Ricco Victor, som er leder af Danmarks Motionsuge.

Fem organisationer – ét fælles formål

Bag Danmarks Motionsuge står Danmarks Idrætsforbund, DGI, Dansk Firmaidræt, Dansk Skoleidræt og den internationale breddeidrætsorganisation ISCA. Et partnerskab med et fælles ønske om at inspirere til mere bevægelse via et bredt spekter af aktiviteter og fællesskaber i motionsugen. Både i skolen, på arbejdet og ikke mindst i fritiden i en idrætsforening.

Tanken er at bygge videre på de gode traditioner som Skolernes Motionsdag og Arbejdspladsernes Motionsuge har etableret i ugen op til efterårsferien, og som idrætsforeningerne landet over tilbyder hver eneste dag. Med Danmarks Motionsuge er der skabt en overbygning, så der er aktiviteter for alle borgere - og det er helt i tråd med Bevæg dig for livet-visionen, hvor DIF og DGI arbejder sammen om at få flest mulige danskere til at være aktive, og i tråd med European Week of Sport, som sætter spot på at fremme sport og fysisk aktivitet på tværs af landene i Europa.

”Idræt og bevægelse er sjovt og gavner den fysiske og mentale sundhed. Og vi skal have endnu flere med. Det er baggrunden for Danmarks Motionsuge, og i kraft af partnerskabet bag initiativet og de enkelte organisationers netværk, kan vi samle og tilbyde en hel masse gode og inspirerende aktiviteter i én og samme uge,” fortæller Ricco Victor.

Motionsugen vokser

Danmarks Motionsuge så dagens lys i 2021. Siden har de fem idrætsorganisationer arbejdet for at forankre den som en fast tilbagevendende begivenhed i uge 41, og udviklingen går den rigtige vej.

”Vi har tidligere haft 6000 arrangementer i motionsugen, men i år er vi langt over 7.000 arrangementer på landsplan. Det er en meget positiv udvikling, og det er naturligvis dejligt, at flere arrangører ser Danmarks Motionsuge som en oplagt mulighed for at vise deres aktiviteter frem for nye, potentielle medlemmer, og at vi ad den vej kan inspirere flere til at skabe nye, aktive vaner,” siger Ricco Victor.

Danmarks Motionsuge indledes allerede i den kommende weekend og fortsætter i hele uge 41. Der er stadig mulighed for at oprette aktiviteter for interesserede foreninger og andre arrangører.

FAKTA OM DANMARKS MOTIONSUGE:

- Danmarks Motionsuge foregår over hele landet – og altid i uge 41.
- Partnerskabet bag består af Danmarks Idrætsforbund, DGI, Dansk Firmaidræt, Dansk Skoleidræt og den internationale breddeidrætsorganisation ISCA.
- Målet er at inspirere så mange som muligt til at bevæge sig og opleve de gode motionsfællesskaber i uge 41.
- Alle kan gå ind på hjemmesiden og søge på aktiviteter i deres nærområde. Der er en bred vifte af idrætter og noget for enhver alder.
- Arrangører af idræts- og motionsaktiviteter slår deres tilbud op på danmarksmotionsuge.dk.
- Arrangører kan være foreninger, klubber, arbejdspladser, skoler, institutioner, organisationer, kommuner og privatpersoner.
- Partnerskabet bag Danmarks Motionsuge er historisk stort og bredt. Det sikrer en enorm opbakning og deltagelse på tværs af et samlet dansk idrætsliv.
- Se mere her: <https://danmarksmotionsuge.dk>

Partnerskabet bag Danmarks Motionsuge



dansk
skoleidræt



ISCA
International Sport and
Culture Association