

An abstract graphic consisting of several overlapping, curved, teardrop-shaped elements in two shades of teal and light green. The elements are layered, with some appearing in front of others, creating a sense of depth and movement. The overall shape is reminiscent of a stylized letter 'M' or a wing.

Move for charity spelregels.

Van 11 t.e.m 22 december 2023

makeitfly.group

make it fly®

Move for charity

Intro

"Sporten is een basisrecht", is een stelling waarmee we het bij make it fly unaniem eens zijn. Het vermindert stress, geeft je zelfvertrouwen en gelukshormonen een flinke boost, levert een positieve bijdrage aan je sociaal contact (als je samen sport), verbetert de doorbloeding ... Kortom: het is gezond voor lichaam en geest!

En laat al deze redenen nu net onze Move for charity zo'n mooi initiatief maken. We steunen niet enkel een goed doel, we doen onszelf ook een enorme deugd met deze extra motivatie om met z'n allen meer te bewegen.

Dit jaar past het gekozen goede doel trouwens volledig in dit plaatje: Sportaround wil sporten mogelijk en laagdrempelig maken voor iedereen!

make it fly & Move for charity

Sportaround is dus een mooi initiatief waaraan wij maar al te graag ons steentje willen bijdragen. En jij kan meehelpen, door tussen 11 en 23 december je beste beentje voor te zetten voor onze Move for charity!

Tegenover onze sportieve prestaties zal de komende periode een geldbedrag staan ten voordele van SportAround. Hoe gaat dit precies in zijn werk? We vertellen het je graag met de spelregels hieronder!

Okaaaaaaaaay, let's go!

Hoe gaat het in zijn werk?

We sporen **jullie allemaal** aan om **zoveel mogelijk kilometers** af te leggen of zoveel mogelijk uren te sporten in de periode van **11 t.e.m. 22 december**. Want tegenover elke bewogen kilometer of uur zet **make it fly een bedrag**, dat we **doneren aan Sportaround**.

We maken hierbij een onderscheid tussen een **'trage', 'snelle' en 'actieve' sport**.

- **Trage sport - € 1,00** per afgelegde kilometer: lopen, wandelen, zwemmen, paardrijden, skateboarden...
- **Snelle sport - € 0,25** per afgelegde kilometer: fietsen, MTB, skeeleren...
- **Actieve sport - € 5,00** per gesport uur: padellen, voetballen, tennissen, golfen, boulderen, fitness...

Op charity.makeitfly.group kun je de tussenstand bekijken van het totaal aantal bewogen kilometers/uur & het verzamelde bedrag. We zullen de website regelmatig updaten.

Hoe geef ik mijn afgelegde kilometers door?

Voor elke dag dat je actief hebt bewogen in het kader van deze actie, kun je je kilometers en uren ingeven via de website. Halverwege de pagina klik je op de link **"Dien hier je prestatie in"**. Je geeft hierbij telkens je naam, actieve/trage/snelle sport en afgelegde kilometers of uur door.

We vragen jullie om je prestaties ook te **tracken** (via GSM, smartwatch, Fitbit, ...). Bezorg ons hier dus ook telkens een screenshot van!

Als je overigens niet tot de nodige middelen beschikt om je activiteit te tracken, dan is dat ook geen probleem en kun je nog altijd meedoen, stuur dan gewoon je prestaties door: we hebben het volste vertrouwen dat het eerlijk zal verlopen! ;-)

En natuurlijk ontvangen we ook graag af en toe **een fotootje** van je activiteiten!

Vervolgens **registreren wij je prestatie achter de schermen** in onze sheet, en updaten we op regelmatige tijdstippen de website en onze Instagram.

Aan het einde van deze **Move for charity actie** maken we het finale bedrag bekend dat we voor Sportaround hebben ingezameld.

Kunnen mijn familie en vrienden ook meebewegen?

Jazeker! Familieleden, vrienden, kennissen en andere 'externen' kunnen zeker **mee bewegen** en daarmee bijdragen aan het totaal afgelegde kilometers/ uren. **Zij betalen hierbij wel hun kilometers/uren uit aan het vooropgestelde tarief.** Op de website kunnen ze dit gemakkelijk doorgeven.

De afgelegde kilometers/uren kunnen ze ook doorgeven via de onepager, die verwerken wij dan in onze sheet achter de schermen. Ook hun kilometers/uren zullen dus worden toegevoegd aan het totaalplaatje.

Aan het einde van de Move for charity actie kunnen zij vervolgens hun eigen gesponsorde totaal bedrag overschrijven naar het volgende bankrekeningnummer: **BE84 7460 2070 0959, met vermelding van hun naam.** Deze gegevens krijgen zij ook toegestuurd op het einde van de campagne.

Kunnen mijn familie en vrienden mij ook sponsoren?

Familieleden, vrienden en kennissen kunnen **jou ook rechtstreeks sponsoren door de vooropgestelde bedragen te storten per afgelegde kilometer of aantal uur dat je gesport hebt.** Via de website kan dit gemakkelijk worden doorgegeven. Ook

hier geldt dat zij het bedrag kunnen overschrijven naar **BE84 7460 2070 0959**, met vermelding van **de naam van de collega die zij sponsoren**. Deze gegevens krijgen zij toegestuurd op het einde van de campagne.

Opmerking: wij kunnen familie, vrienden en andere externen geen fiscaal attest bezorgen voor de bedragen die zij sponsoren.

Sharing is caring!

Omdat we onze actie ook op onze **social media willen verspreiden**, vragen we jullie om **zoveel mogelijk leuke kiekjes te trekken** wanneer jullie op pad zijn, en deze te delen met ons. Zo kunnen we ze - mits jouw toestemming uiteraard - delen op het Instagram account van make it fly. Je volgt ons op Instagram via: **#moveforcharity** en via het account **@makeitflygroup**.

Zullen we samen sporten?

Omdat we ook dit jaar het groepsgevoel hoog in het vaandel willen dragen, moedigen we jullie aan om **samen te sporten**.

Heb je in het weekend een fietstochtje ingepland? Op vrijdagavond een potje voetballen? Of wil je graag de basics van je favoriete sport delen met je collega's?

Laat dit weten in het **#random-kanaal** zodat collega's zich kunnen aanmelden om jou sportief uitje te joinen.

Nog even in een notendop

Dit is de website van onze actie: charity.makeitfly.group

Via deze website:

- geef je zelf jouw afgelegde kilometers of uur door
- kunnen externen hun afgelegde kilometers/uur of gewenste sponsoring doorgeven
- lees je de tussenstand: hoeveel kilometers/uur er gesport werd & hoeveel geld er al ingezameld is voor Sportaround

Heb je vragen of opmerkingen over deze spelregels? Stuur je mailtje naar **charity@makeitfly.group**

Veel succes!! En sporten maar! :)

