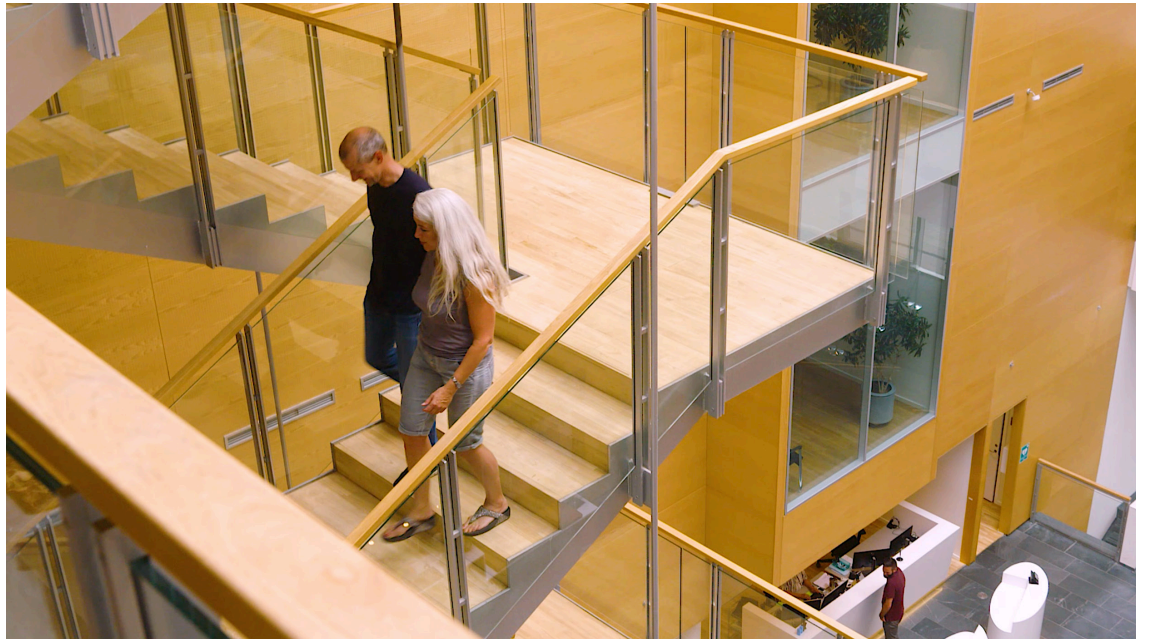


SÆT GANG I BEVÆGELSEN



WALK AND TALK

Få afveksling fra det stillesiddende arbejde ved at holde flere møder udenfor og gående. Planlæg nogle faste ruter, og aftal på forhånd en rute, der passer til mødets længde.

NOTER JERES FAVORITRUTER, OG HVILKEN MØDELÆNGDE DE PASSER TIL
