|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Gå uppför Yxbacken | Ta en virtuell fika med en släkting | Gå runt Ågelsjön | Gör en cykelutflykt och ta med picknick | Utmana grannarna i en kubbmatch |
| Skriv och posta ett brev till någon | Sitt i jägarvila i minst 2 minuter | Spela ett sällskapsspel | Bada i en sjö ni inte badat i förut | Ät en glass ni aldrig ätit innan |
| Laga mat utomhus | Lös ett Sudoku | Plocka blommor och ge bort dem | Hoppa i vattenpölar | Spela minigolf |
| Bada i havet på ett ställe ni inte badat på förut | Ligg i gräset och titta på molnen | Genomför ett trädgårdsprojekt tillsammans | Plocka bär eller frukt och gör sylt och/eller saft | Lär er namnet på fem fåglar ni inte kunde innan |
| Jogga/ gå  minst 5 km | Spela frisbeegolf | Sätt mobilerna på flygplansläge under minst  8 timmar (dagtid) | Gör en smoothie | Genomför F:07s sommarutmaning tillsammans (kicka, skjut och kör fys) |

Familjeutmaning F07 - sommaren 2020

Härmed utmanas alla härliga F07-familjer att delta i vår familjeutmaning. Under veckorna 27-31 ska ni som familj genomföra så många utmaningar som möjligt. Högst frivilligt så klart. Kryssa för de ni klarat. Ni behöver vara minst två som genomför utmaningen för att den ska vara godkänd.

Lapparna samlas in under vecka 32 då även vinnande familj presenteras.

Varmt lycka till och många härliga stunder önskar vi er! 😊

Vi som tävlat heter:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_