

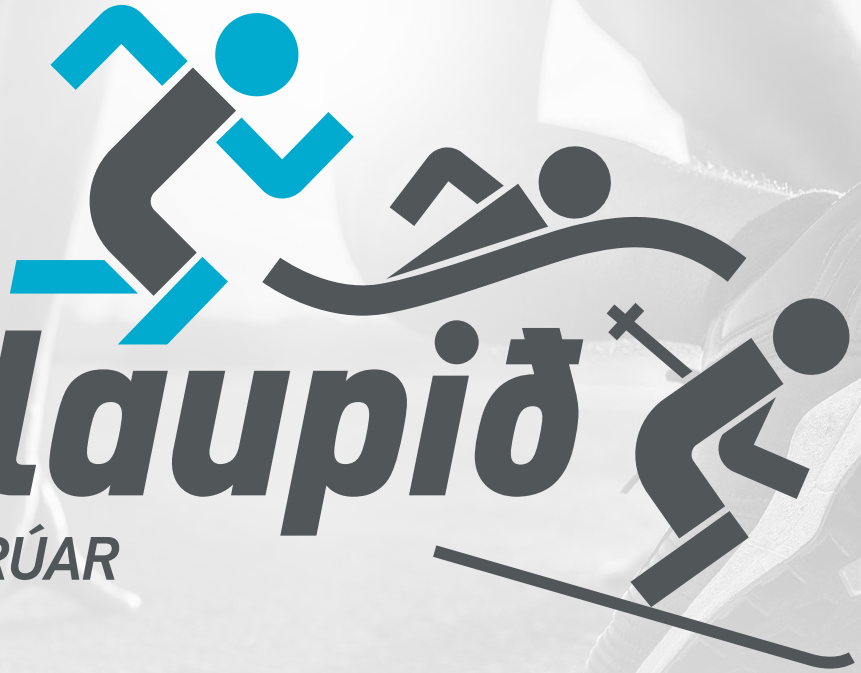
Íþróttá- og Ólympíusamband Íslands kynnr:



Landskeppni  
í hreyfingu

# Lífshlaupið

HEFST 6. - 26. FEBRÚAR



## VERTU MEÐ!

SKRÁÐU ÞIG Á  
[WWW.LIFSHLAUPID.IS](http://WWW.LIFSHLAUPID.IS)



EINSTAKLINGS-  
KEPPNI



VINNUSTAÐA-  
KEPPNI



GRUNNSKÓLA-  
KEPPNI



FRAMHALDSSKÓLA-  
KEPPNI

**Lífshlaupið**  
*þín heilsa – þín skemmtun*

Lífshlaupið er heilsu- og hvatningarverkefni ÍSÍ fyrir alla aldurshópa. Markmið verkefnisins er að hvetja landsmenn til þess að fara eftir ráðleggingum Embættis landlæknis um hreyfingu. Allir landsmenn eru hvattir til að taka þátt og nota tækifærið til að rækta líkama og sál með því að hreyfa sig daglega.

SAMSTARFSADILAR

