

KORPEN

VERKSAMHETSUTVECKLA
OCH SAMVERKA

STÄRK KORPENS GRÖNA OCH
SKÖNA LEDARSKAP

STÄRK KORPENS VARUMÄRKE OCH
KOMMUNICERA BÄTTRE

DIGITALISERA MERA

MER RESURSER
PÅ ALLA NIVÅER!

DEN MODERNA
FÖRENINGEN ENGAGERAR

2018

UNGDOMAR

FAMILJEN

ARBETSPLATSER

SENIORER

ROLIGARE

ENKLARE

TILLGÄNGLIGARE

TILLSAMMANS

EN ROLIGARE RÖRELSE

2025

VISION 2025
KORPEN –BÄST PÅ MOTION

MÅL 2025
VI SKA BLI FLER
MEDLEMMAR! VI ÄR
MER FYSISKT AKTIVA,
MER ENGAGERADE
OCH NÖJDARE!

ETT TYDLIGARE
KORPEN:
UPPDRAGET,
VARUMÄRKET OCH
POSITIONEN!

KORPEN

KORPEN

UNGDOMAR

FAMILJEN

ARBETSPLATSER

SENIORER

VERKSAMHETSUTVECKLA
OCH SAMVERKA

SKONA LEDARSKAP

STÄRK KORPENS VARUMÄRKE OCH
KOMMUNICERA BÄTTRE

DIGITALISERA MERA

MER RESURSER
PÅ ALLA NIVÅER!

DEN MODERNA
FÖRENINGEN ENGAGERAR

2018

ROLIGARE

ENKLARE

TILLGÄNGLIGARE

TILLSAMMANS

EN ROLIGARE RÖRELSE

2025

VISION 2025
KORPEN –BÄST PÅ MOTION

MÅL 2025
VI SKA BLI FLER
MEDLEMMAR! VI ÄR
MER FYSISKT AKTIVA,
MER ENGAGERADE
OCH NÖJDARE!

ETT TYDLIGARE
KORPEN:
UPPDRAGET,
VARUMÄRKET OCH
POSITIONEN!

KORPEN

Et Sjovere Danmark i Bevægelse.

Strategi 2019 - 2022



DANSK
FIRMAIDRETS
FORBUND

MISSION

Dansk
Firmaidrætsforbund
motiverer
arbejdspladserne til
firmaidræt og
kollegamotion.

VISION

Vi vil være
arbejdspladsernes og
ungdomsuddannelser
nes foretrukne
samarbejdspartner
inden for firmaidræt
og kollegamotion.

Indsatsområder



Pejlemærker

Fællesskaber

Firmaidræt og kollegamotion styrker fællesskaber og skaber relationer.



FÆLLESSKABER

Frivillighed

Vi er båret af frivillighed, som vi skal understøtte og udfordre.



FRIVILLIGHED

Flere aktiviteter

De bedste aktiviteter og de rigtige løsninger skaber vi lokalt.



FLERE
AKTIVITETER

Partnerskaber

Skaber større netværk, sikrer et stærkere fundament og understøtter en større volumen og kvalitet

Udvalgte events og aktiviteter.

4.176 deltagere i Xtreme
Mandehørm fordelt på 6 byer.
Mændene løb 45.936 km og
forcerede ca. 187.920
forhindringer.

7.812 deltagere i Ladies Mud Race
fordelt på 6 byer.

<https://youtu.be/sqHytaFLN9M>

4.405 deltog i aktivitets dage for
personalegrupper

Tæl Skridt: 55.279 deltagere gik
8.544.138.776 skridt, hvilket svarer til
godt 149 gange rundt om jorden.

Arbejdspladsernes Motionsdag:
26.210 deltagere fra 348
arbejdspladser.

3.140 erhvervsskoleelever har deltaget
i ES Cup i fodbold, høvdingebold,
rundbold og floorball

Vi tager afsæt lokalt

Flere aktiviteter og events

**Styrke relationerne til lokale
partnere**

Mere lokal firmaidræt



**Skabe stærkere traditioner for
kollegamotion**

**Styrke relationerne til de lokale
arbejdspladser**



**Kollegamotion
på flere
arbejdspladser**

**Øget dialog med engagerede
ildsjæle**

Signaturprojekter

Vi starter strategiperioden med to udvalgte signaturprojekter - ét fra hvert indsatsområde

Tæl Skridt



Arbejdspladsernes Motionsdag



DYRK SAMMENHOLDET



Rigtige Mænd: 2:26 – 3:44: <https://www.dr.dk/tv/se/rigtige-maend/rigtige-maend-2/rigtige-maend-1-6#!/>

Rigtige Mænd - 2017/18



DANSKE MÆNDS SUNDHEDSTILSTAND

- Mænd lever 5 år kortere end kvinder...
- Dårligst stillede mænd lever 13 år kortere...
- Flere enlige mænd – dør 7 år før mænd i forhold
- Søger ikke læge
- Mangler råd til ændring af livsstil
- Danske mænd **vurderer** deres egen sundhed HØJT



Formål med projektet

Skabe en bevægelse blandt danske mænd, som gennem sjov holdtræning får viden og lyst til at fastholde nye sunde motionsvaner.

Projektaktiviteter:

- Digitalt træningsfællesskab
- Event: Rigtige Mænd Løbet
- Forskning: Syddansk Universitet



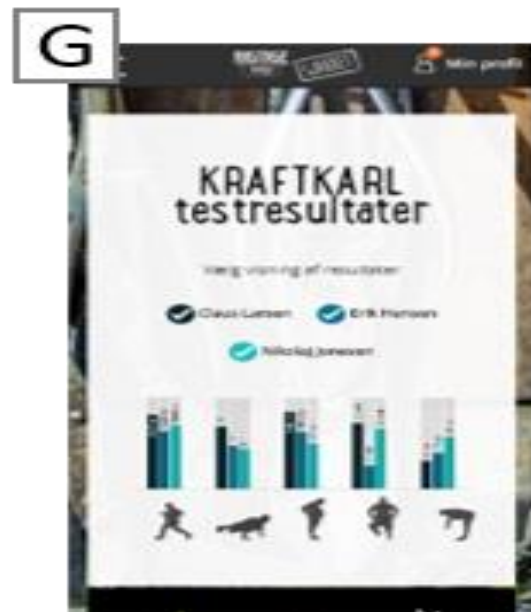
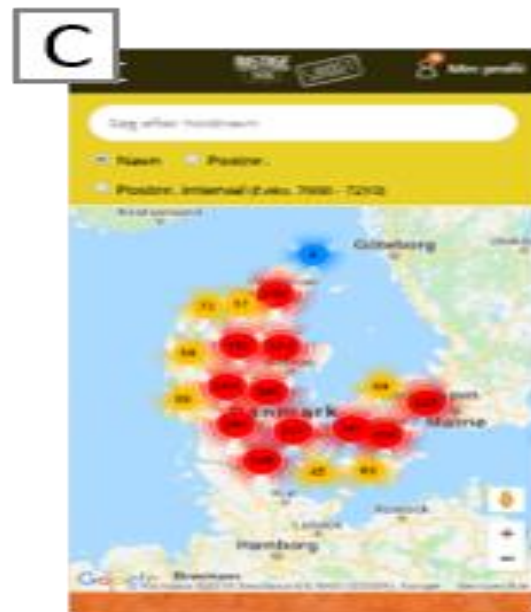
Digitalt community

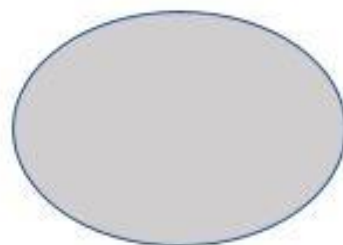
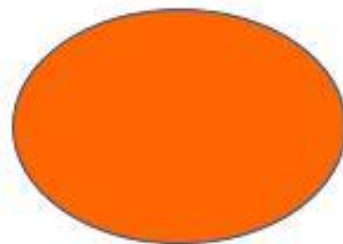
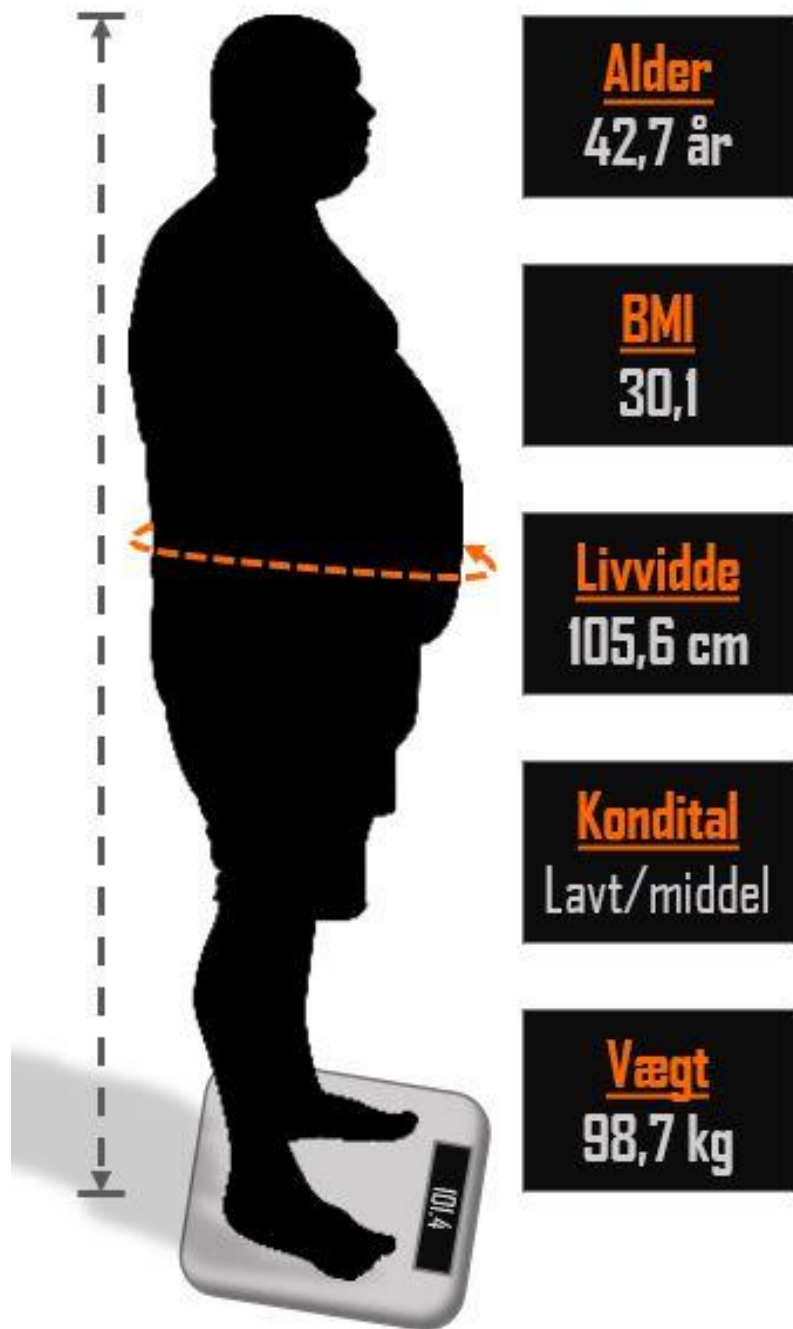
Gamificering af sundhedsbudskaber

Website - digitalt træningsfællesskab:

- Indhold: Træning, kost og søvn
- Form: Test, udfordringer, sjove videoklip m.m.
- Humor, overraskelser, uhøjtidelig tone







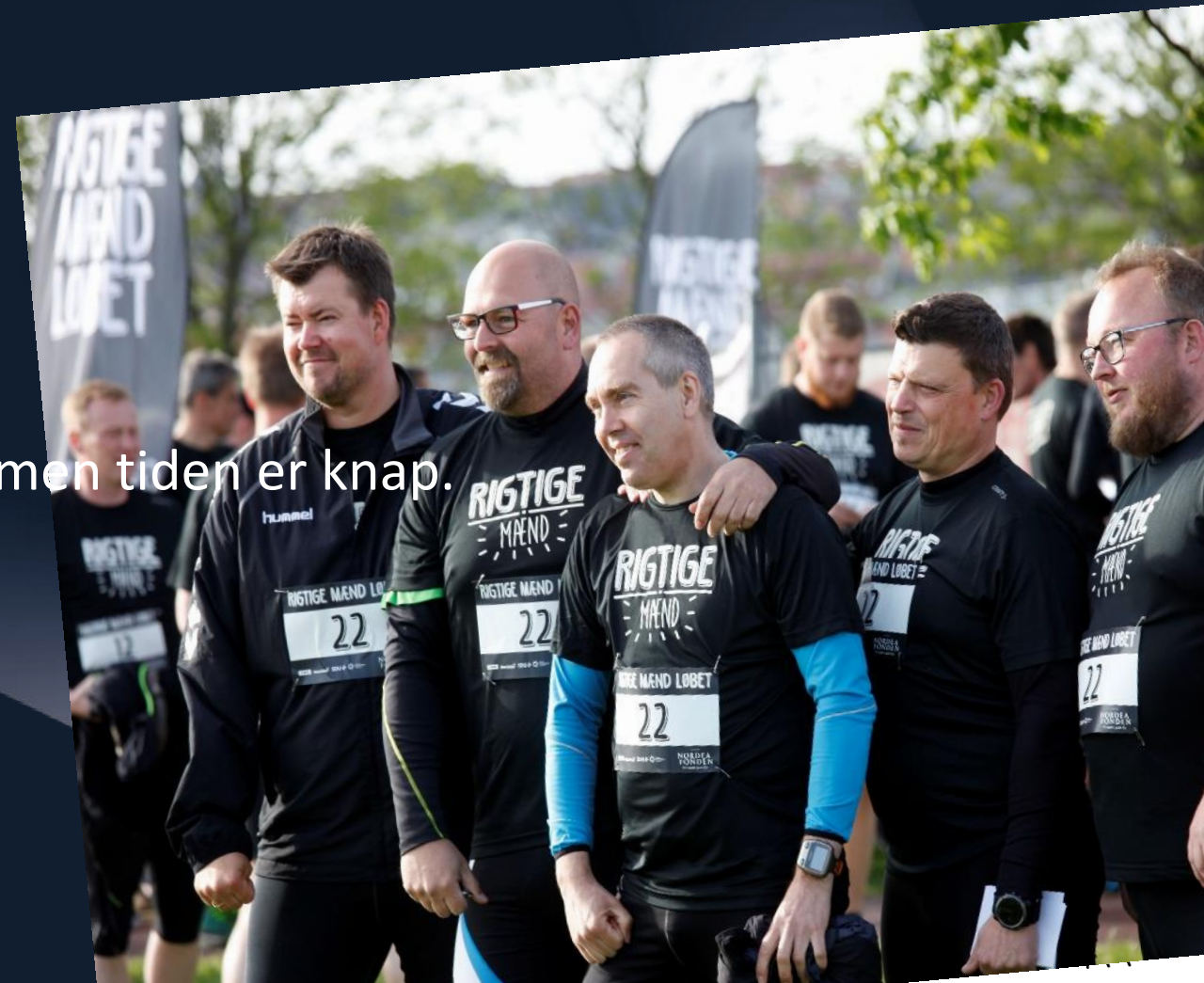
RIGTIGE
MAEND



Rigtige Mænd website

Over 5.000 brugere over hele landet

- Mændene brugte website til at finde nye træningsfællesskaber
- Stor variation i aktivitet, men lav aktivitet er ikke det samme som ikke at være aktiv.
- 39% har fundet ny træningsmakker han ikke kendte tidligere
- Brugerne glade for website
 - det gav viden om hvordan man kan træne, men tiden er knap.
- Giver en bevidsthed om at de "bør gøre noget" for deres sundhed
- Skaber en kulturforandring med fællesskab og relationer



ERFARINGER FRA WEBSITE

- Generel lav anvendelse af de gamificerede elementer
- Ca. 50% var på et hold
- Ca. 32% havde interageret med de gamificerede elementer

Konklusioner

- De elementer som opfordrer til samarbejde lader til at være mere anvendt end de der opfordrer til konkurrence
- Forskel på konkurrence mellem holdmedlemmer (delvist motiverende) og mellem hold (mindre motiverende)



Indsigter og fremtidsperspektiver

Den sociale kontekst er central for motivation:

- Teknologien kan understøtte og inspirere fællesskaber

Meningsfuldhed og brugervenlighed i focus:

- Teknologiens rolle ift. Behovet og teknologivaner
- (KISS – *Keep It Simple Stupid*)
- Fokus på brugerinddragelse

Fremtidigt design- og forskningsområde:

- Teknologi som potentielt vidt-rækkende og effektivt medie
- Brug for viden indenfor design og målgruppen



KANALER

Lokal presse



Facebook

I virkeligheden



Tryksager



Web



Radio – redaktionelt
Radio-spots



Arbejdspladser

Annoncer - print



TV

Firmaidrætsforeninger

Debat

Samarbejdspartnere



Støttet af



Næste video – kommentarer

- Nordea Fonden
- Kommunerne
- www.rigtigemænd.dk
- [Video](#)

A photograph of two men participating in a mud run obstacle course. They are both wearing bright neon green long-sleeved shirts and are covered in mud. The man in the foreground is standing in a muddy pit with his arms raised in a celebratory gesture, mouth open as if shouting. The man behind him is also smiling and looking towards the camera. A green banner with white text is overlaid across the middle of the image.

MOTIONSEVENTS I FIRMAIDRÆTTEN



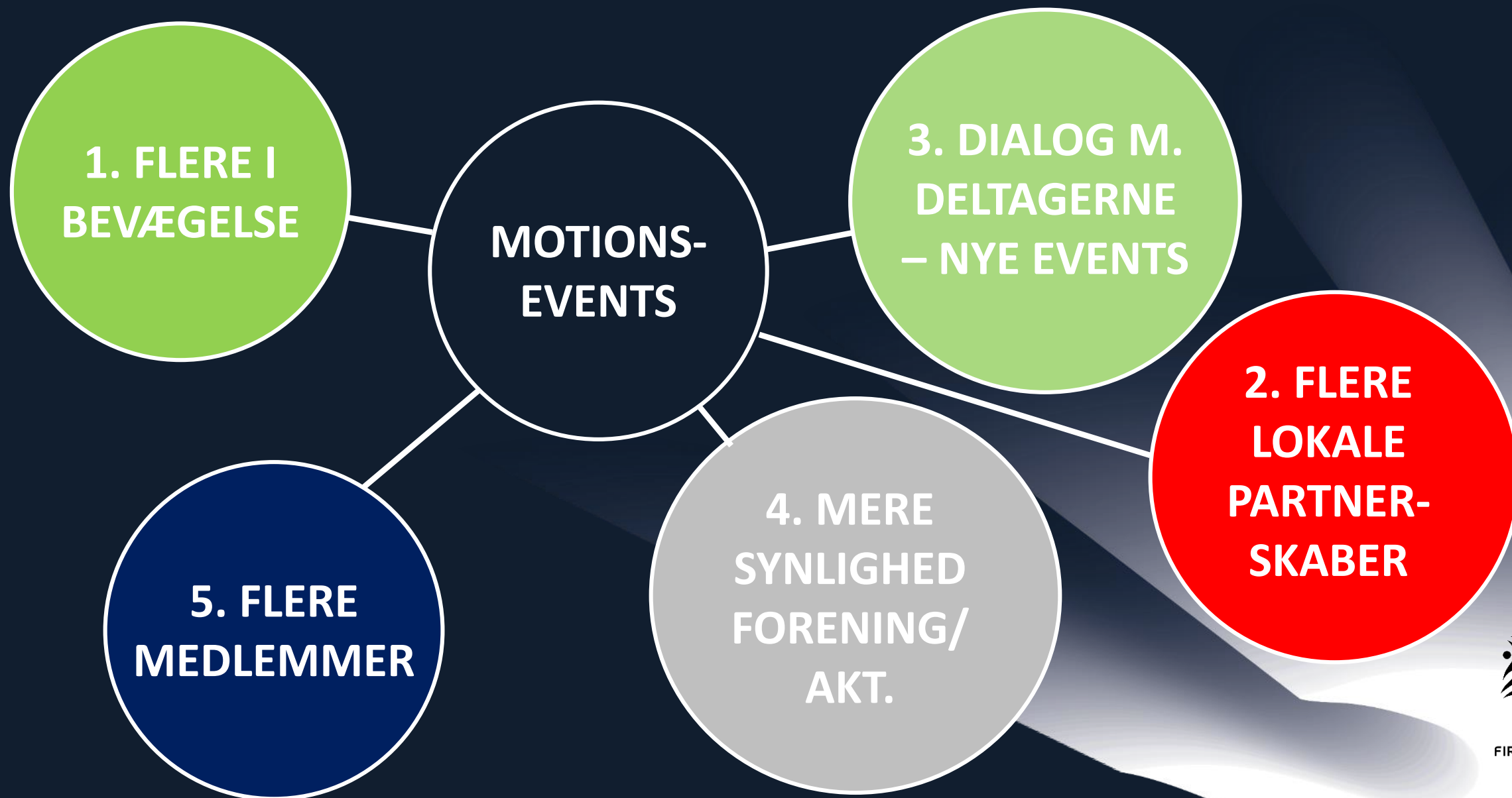
DANSK
FIRMAIDRÆTS
FORBUND

MOTIONSEVENTS I FIRMAIDRÆTTEN

- ✓ ENKELTSTÅENDE ARRANGEMENT
- ✓ BEVÆGELSE/MOTION OG SAMVÆR SOM KERNEELEMENTER
- ✓ ÅBEN FOR ALLE – MEDL./IKKE MEDL.
- ✓ TILMELDING/BETALING
- ✓ SYNLIGGØR ARRANGØR LOKALT
- ✓ PRIMÆRE MÅLGRP. ER DEN "BREDE" MOTIONIST
- ✓ FOKUS PÅ KOLLEGAFÆLLESSKABET = #DYRK SAMMENHOLDET



HVAD VIL FIRMAIDRÆTTEN MED MOTIONSEVENTS?



FORBUND - FORENING

Forbundet supporter arrangørforeninger med fx:

- Fællesaftaler = stordriftsfordele på fx tidtagning, fotoservice, indkøb.
- Markedsføring – trykte materialer og Facebook indsatser.
- Sponsoraftaler – landsdækkende.
- Konsulentstøtte og evaluering.
- Eventseminar – vidensdeling.

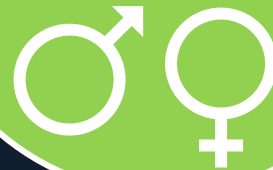
Eksempler på motionsevents



Mænds
Motionsdag

Holdspil

Bike & Run
Stafetten

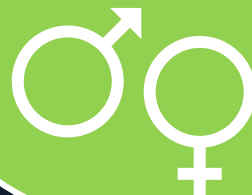


Ladies Mud
Race



 Rigtige
Mænd
Løbet

K1
Teamrun



Xtreme
Mandehørm



DANSK
FIRMAIDRÆTS
FORBUND

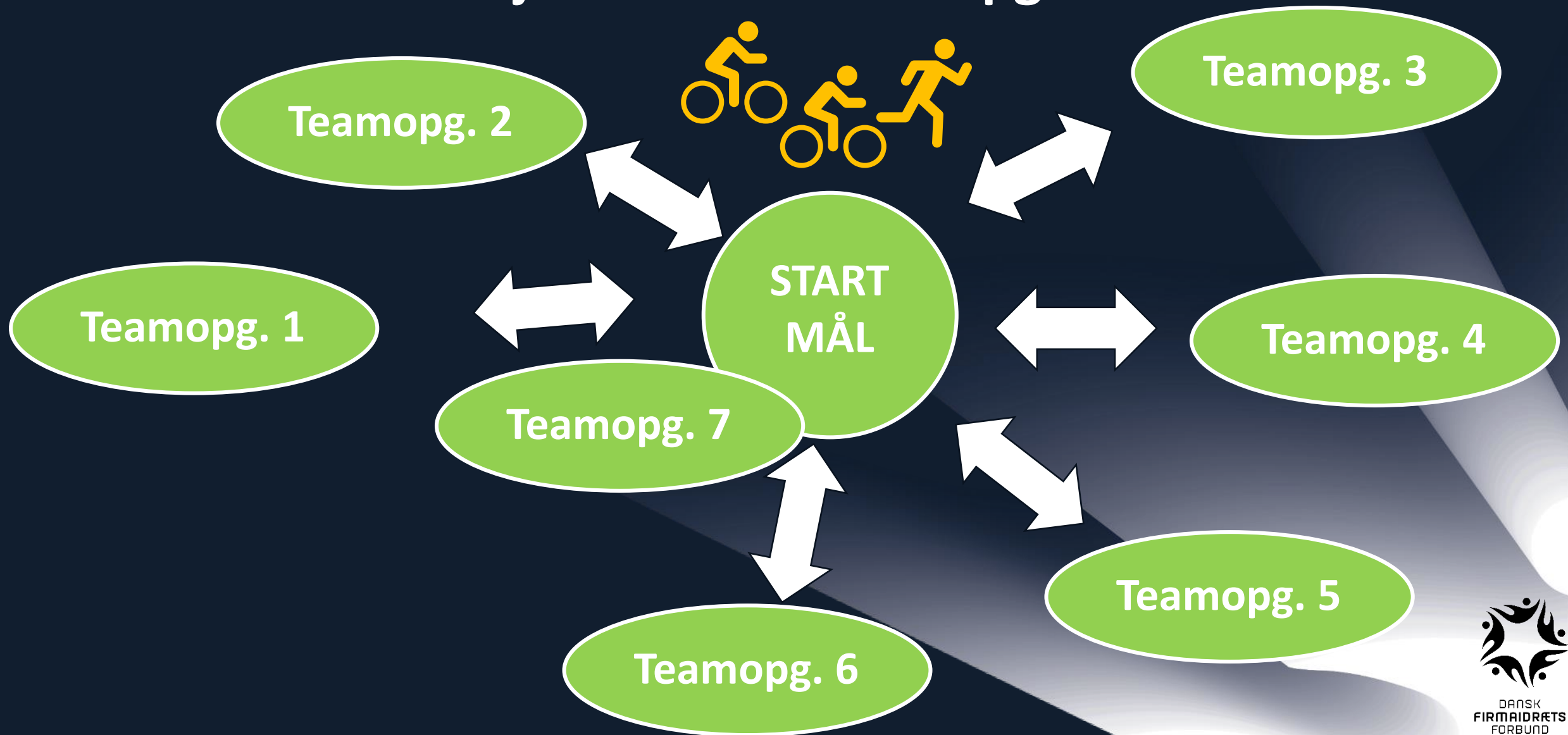
Rigtige Mænd Løbet

- ✓ 3 mand – 2 cykler + 1 løber
- ✓ 3 vægtklasser (mellem, letsvær og sværvægt)
- ✓ 5 el. 10 km og 2½ times racetime
- ✓ 6 – 8 teamopgaver

DET SKAL
VÆRE SJOVT!



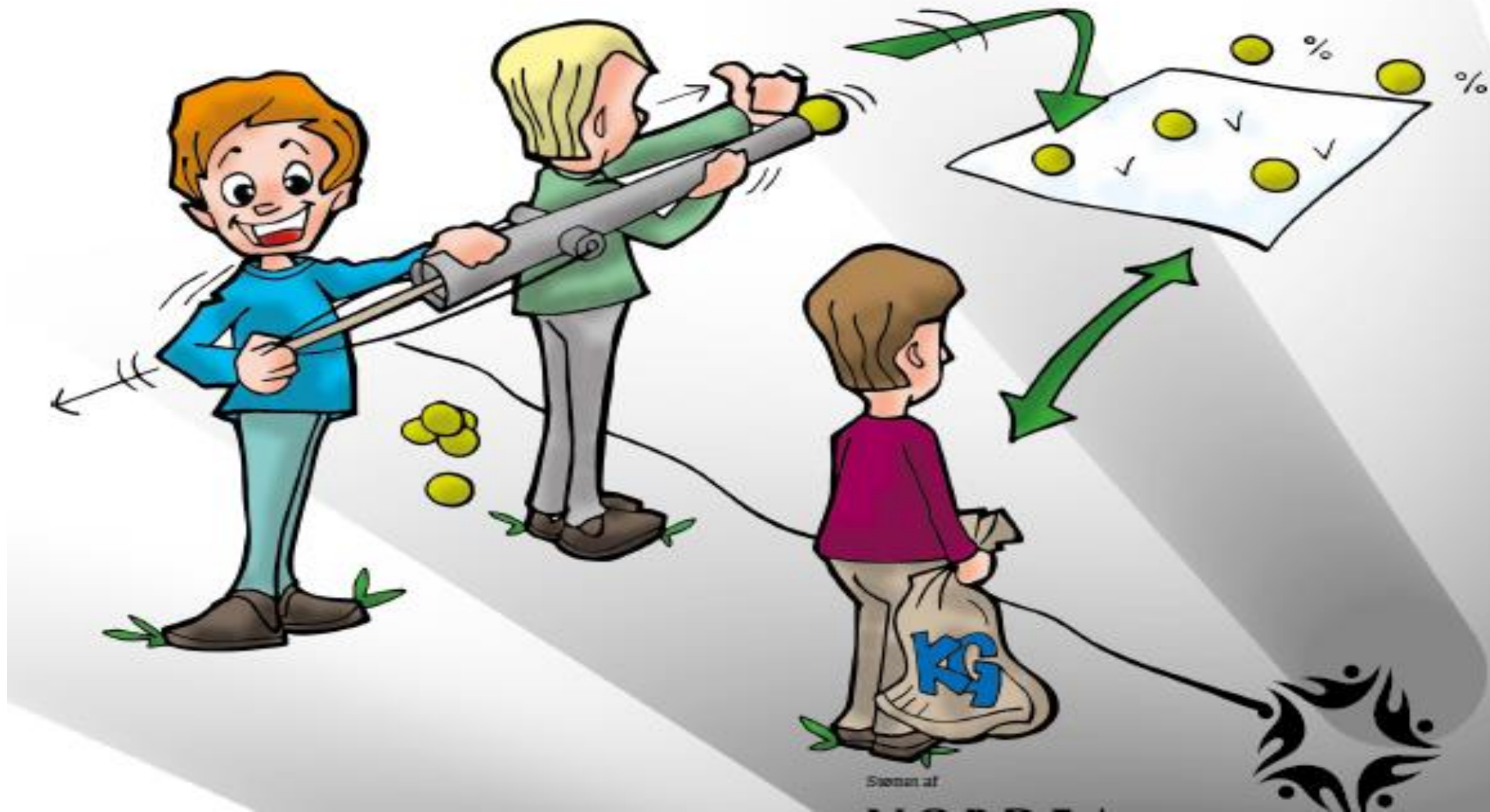
Stjerneløb m. teamopgaver



BULLS EYE



BAZOOKA



LANGREND



LUMBERJACK



Støttet af

**NORDEA
FONDEN**

Vi støtter gode liv

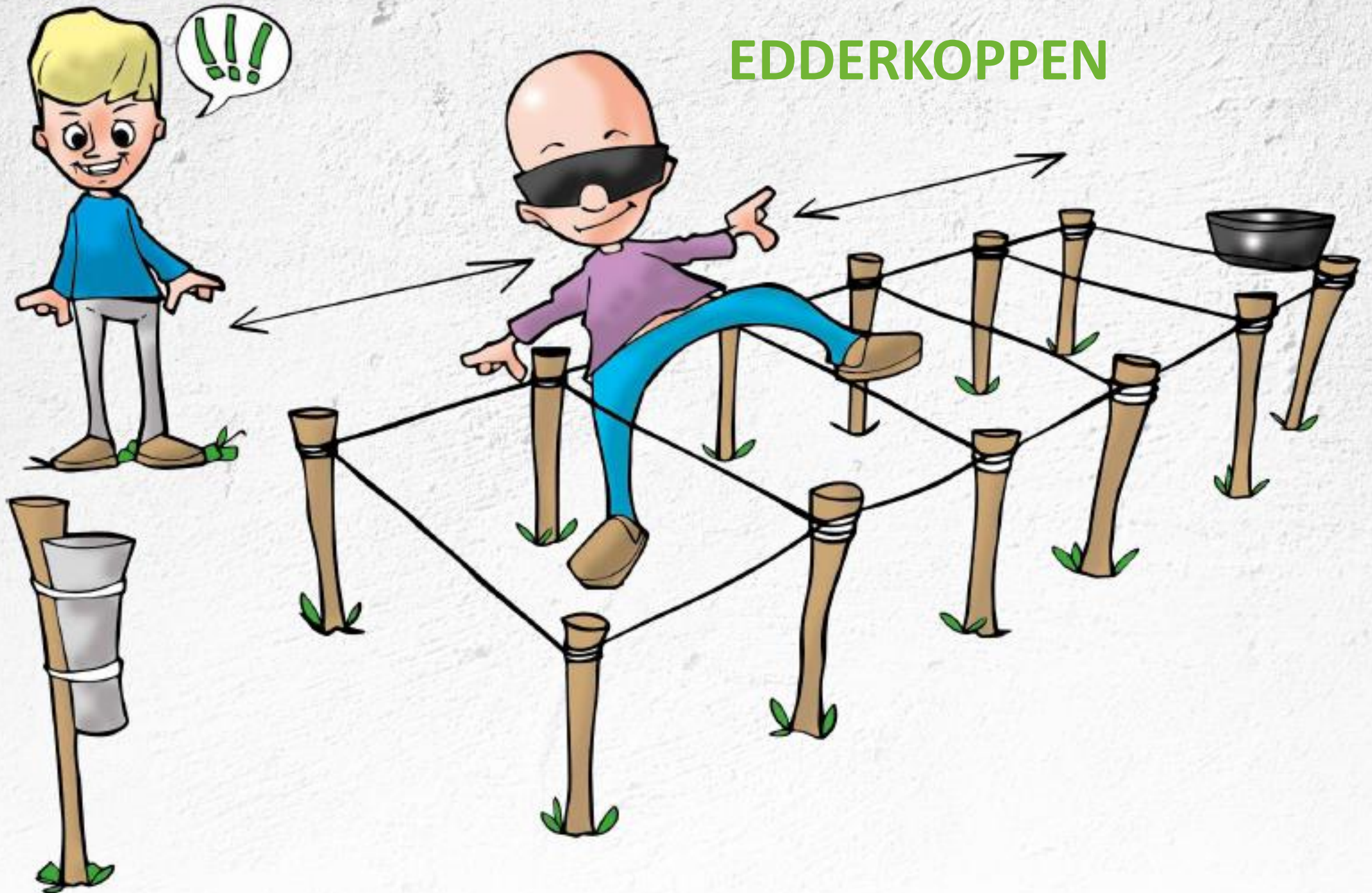


DANSK
FIRMAIDRÆTS
FORBUND

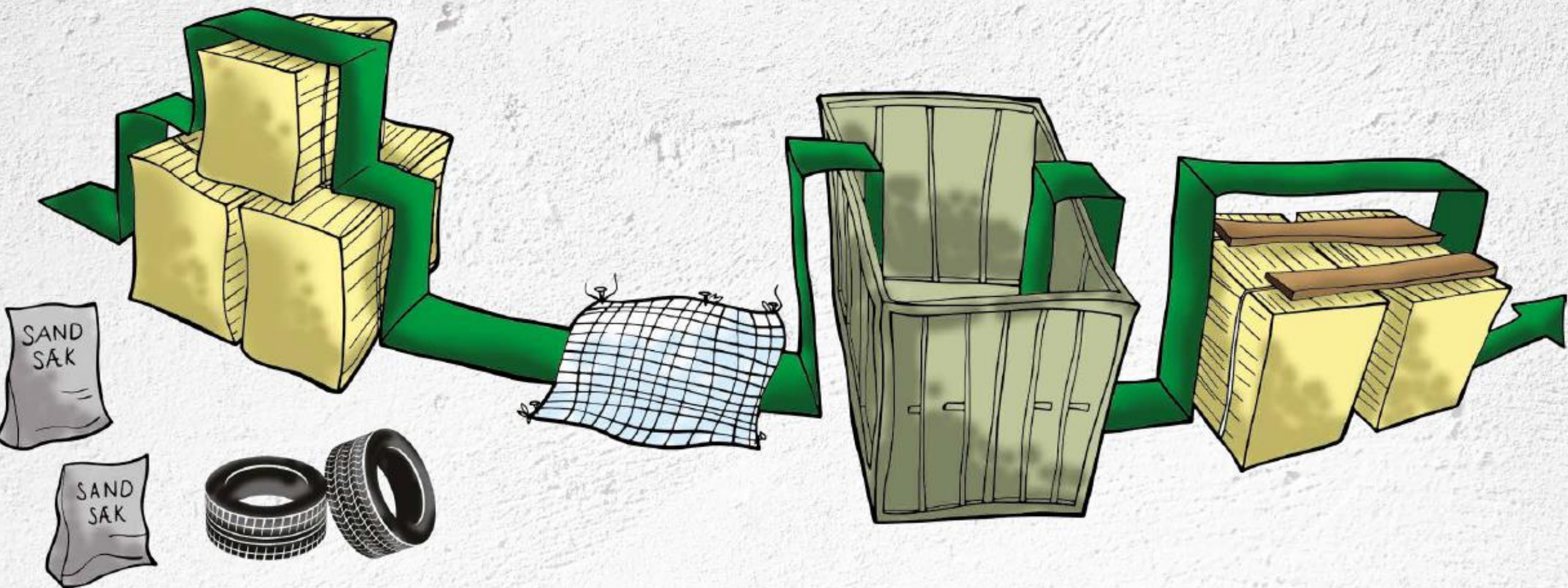
ARKITEKTEN

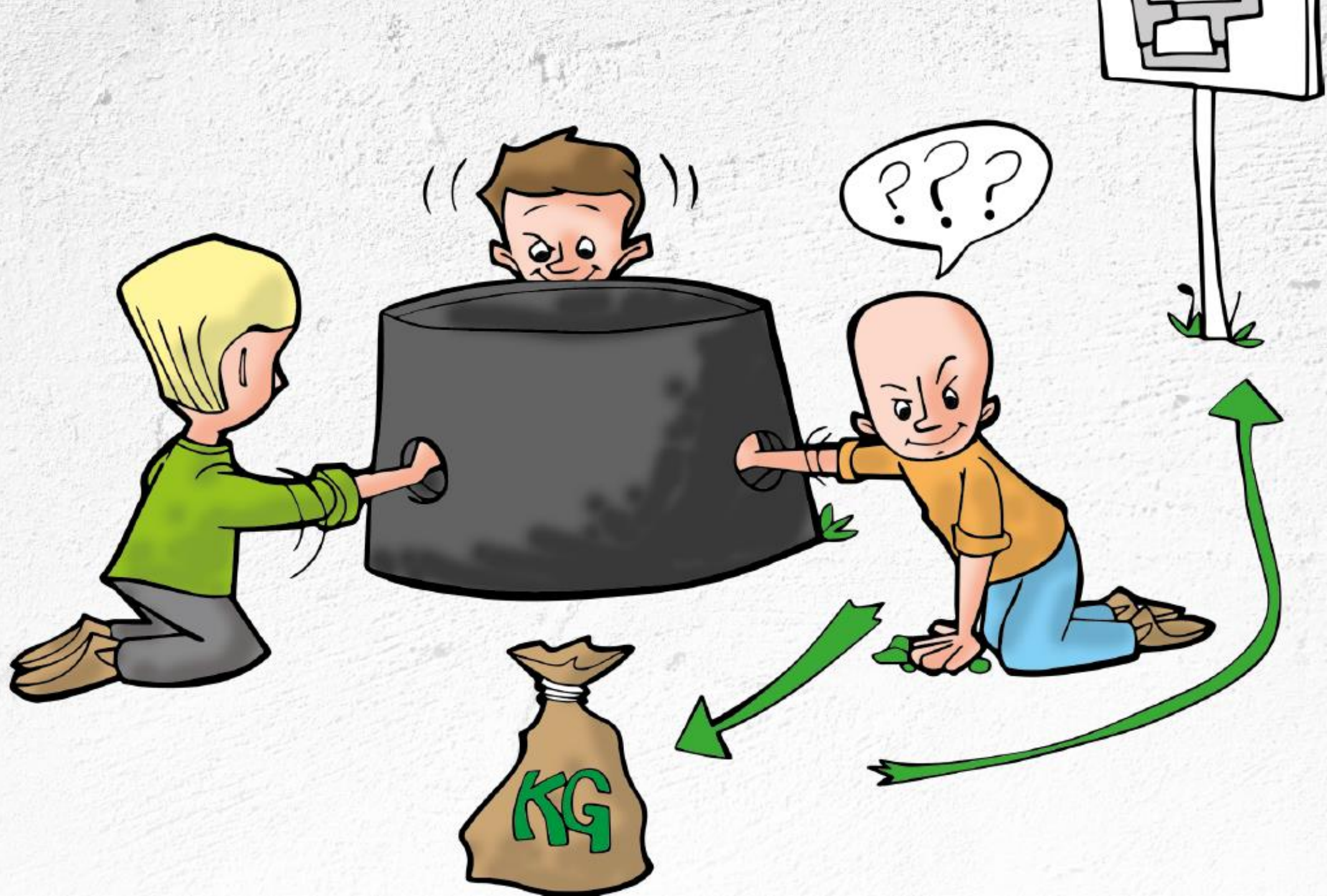


EDDERKOPPEN



RIGTIGE MÆND BANEN





TAK FOR JERES
OPMÆRKSOMHED –
VI HÅBER I FORSTOD
OS 😊

