***Challenges / Work outs Scheidsrechtersvereniging Doetinchem en Omstreken***

Binnen de SDO wilt de TC Challenges / Work outs gaan opzetten voor bij u thuis. Dit is om u toch een beetje bezig te houden, en toch nog een alternatief hebben voor de clubavonden die wij normaal op de donderdag avonden hebben.

Het is de bedoeling dat jullie (de leden), de “challenges” gaan opnemen en door gaan sturen. Hierin worden de mooiste, leukste, en bijzonderste filmpjes uitgekozen, en wordt er ook een winnaar gekozen.

De work outs gaan wij (TC) plaatsen. Deze work out filmpjes worden samen met jullie challenges iedere donderdagavond voor 19:00 geplaatst, zodat u er direct mee aan de slag kunt.

Het mooiste is, als u in gezonde fysieke toestand bent en blijft, en zoveel mogelijk meedoet. Want hoe meer mensen meedoen, hoe mooier deze uitdagingen worden.

Filmpjes opsturen kan via de mail naar [TC@covsdoetinchem.nl](mailto:TC@covsdoetinchem.nl)

**LET OP! Deze opdrachten gaan in vanaf donderdag 30 april 2020. Houdt vanaf dan de site in de gaten!**

