

PRESSEMEDDELELSE

30. september 2024

Hele Danmark i bevægelse:

DGI Byen inviterer alle til gratis træning under Danmarks Motionsuge i uge 41

DGI Byen er igen i år med til at sætte hele Danmark i bevægelse, når Danmarks Motionsuge løber af stablen fra mandag 7. oktober til søndag 13. oktober 2024. I motionsugen åbner DGI Byen dørene for alle og tilbyder over 20 forskellige træningshold helt gratis.

DGI Byen er en central aktør i dette års motionsuge og støtter Københavns vision om at blive en globalt førende sundhedshovedstad. I løbet af Danmarks motionsuge i uge 41 tilbyder DGI Byen over 20 gratis træningshold i ønsket om at gøre motion og aktive fællesskaber tilgængelige for alle københavnere. De gratis hold spænder bredt, og her kan der prøves kræfter med alt fra TRX og boksetræning til yoga, Latin Dance og funktionel udendørs træning. Holdene er åbne for alle, uanset om man er rutineret træningsentusiast eller nybegynder. Danmarks Motionsuge er en oplagt mulighed for at prøve nye idrætsgrene og mærke fællesskabet i bevægelse.

"Vi er glade for at kunne støtte op om Danmarks Motionsuge. Det er en fantastisk mulighed for at invitere folk i alle aldre til at opdage glæden ved motion og styrke fællesskabet. I DGI Byen glæder vi os til at byde velkommen til en uge fyldt med energi, sjov og sund bevægelse," udtaler Michael Stensbøl, CEO hos DGI Byen.

Danmarks Motionsuge er en årlig tradition, som første gang blev afholdt i 2021, der samler hele landet om bevægelse og sundhed i uge 41. Det er en national fejring af motion og fællesskab, hvor folk i alle aldre, og uanset fysiske niveau, kan deltage i en bred vifte af aktiviteter. Ugen strækker sig fra mandag 7. oktober til søndag 13. oktober og tilbyder et hav af lokale begivenheder, der gør det muligt for både skoler, arbejdspladser, foreninger og enkeltpersoner at prøve nye motionsformer og aktiviteter.

"Som en del af vores strategi arbejder vi på at gøre DGI Byen til et samlingssted for bevægelse, sundhed og aktive fællesskaber i København. Vi ved, at sundheden og livskvaliteten for mange københavnere er udfordret, og vi vil bidrage til at vende denne udvikling. Danmarks Motionsuge er til for at gøre motion og sundhed tilgængeligt for alle og skabe et sundere København, og det vil vi selvfølgelig gerne være en del af," fortæller Michael Stensbøl, CEO hos DGI Byen.

Med over 20 forskellige hold i løbet af ugen er der rig mulighed for at prøve kræfter med alt fra Dancehall/Hip Hop til udendørs funktionel træning. Tilmelding er åben, og du kan allerede nu sikre dig en plads på dit foretrukne hold her: <https://www.dgiby.dk/da/vand-sport/events/danmarks-motionsuge/>

For yderligere information om xx

Nathalie Meinhardt Møller, DGI Byen

Mobil: +45 26 25 86 35

nm@dgiby.dk

Om DGI Byen

DGI Byen tager årligt imod over en million københavnere og turister. Placeret i det absolutte centrum af København, klos op ad Hovedbanegården, består DGI Byen bl.a. af Øksnehallen, Vandkulturhuset, CPH Hotel og de femstjernede konferencefaciliteter, CPH Conference. www.dgiby.dk.