Malteser
…weil Nähe zählt.

Geh raus für das Malteser-ZuHAUS‘

Laufen, Radeln, Abnehmen für Abersfeld – ich mach mit!

Meine persönlichen Daten

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

Mein Aktionszeitraum: von _____ bis _____

Mein Ziel ist: ☐ Laufen _____ Kilometer / Woche

☐ Radeln _____ Kilometer / Woche (☐ E-Bike)

☐ Abnehmen _____ Kilo

Meine Abschluß-Dokumentation

Kilometer Laufen: _____

Kilometer Radeln: _____

Startgewicht: _____

Endgewicht: _____

Gewichtsverlust: _____

(Foto von Waage oder Screenshot von App hier einfügen oder extra aus-drucken und beifügen!)

Unterschrift: _____

(Ort, Datum, Name)

Malteser
…weil Nähe zählt.

Geh raus für das Malteser-ZuHAUS‘

Laufen, Radeln, Abnehmen für Abersfeld – ich mach mit!

Meine Unterstützer

Name, Vorname: _____

Name, Vorname	Adresse	Betrag/km Laufen	Betrag/km Radeln	Betrag/kg Gewicht	Unterschrift	Abrechnung

Malteser
…weil Nähe zählt.

Geh raus für das Malteser-ZuHAUS‘

Laufen, Radeln, Abnehmen für Abersfeld – ich mach mit!

Meine Aktivitiäten

Name, Vorname: _____

Datum	km Laufen	km Radeln	Gewichtkontrolle