

### Hilsen fra løpesjef Bjørnar Tho

Å løpe er god helse. Fysisk aktivitet kan gjøre under med både hode og kropp. Når Vesterøy menighet og konfirmantene løper fasteaksjonsløpet er det en ekstra dimensjon bak løpsarrangementet. Vi samler inn penger til mennesker i nød. Kirkens Nødhjelp er tilstede med arbeid over hele verden og det er mange som trenger hjelp med noe som er en selvfølge for oss: rent drikkevann!

Løpet kan gi deg motivasjon? Kanskje er du spreker enn du tror? Poenget er ikke å være sprekest - men mest engasjert!

Sett av datoen og bli med på løp!

Ta kontakt hvis jeg kan hjelpe med noe

Løpehilsen  
Bjørnar Tho  
Sokneprest Vesterøy menighet  
+47 413 36 415

# Løper du fra presten?

## HÅP I EN DRÅPE VANN

Fasteaksjonsløp 26. mars 2023  
Vesterøy kirke





Fasteaksjon er i dag den nest største innsamlingsaksjonen i Norge, etter TV-aksjonen. Over hele landet er det konfirmanter som går med bøsser. I 2023 har vi valgt å arrangere sponsorløp

### Sponsorløp

På løpsdagen får du 20 minutter på deg til å løpe så mange runder du klarer rundt kirken (bilvei ca 400meter). Barneløp på 10min arrangeres først

En passende forespørsel på SMS eller annen måte er:  
"Hei! Jeg løper fasteaksjonsløpet 26. mars. Utfordringen er å løpe så mange ganger som mulig rundt Vesterøy kirke, jeg tror jeg klarer 5. Vil du sponse meg med 20 kr per runde?"

### Søndag 26. mars kl 12:15 *En annerledes kirkekaffe*

Løpet arrangeres rett etter gudstjenesten kl 11:00. Bjørnar løper ikke i prestekjole, men vil måtte stille med løpetøy (om ikke under) så i alle fall lett tilgjengelig. Sokneprest Bjørnar Tho utfordrer profiler fra lokalmiljø til å løpe fra han, hvem tror du klarer å løpe fra presten?

### Påmelding

Bruk mobilkamera over QR-kode. Obligatoriske felt er navn og mobilnummer.

Løpet er gratis - du oppfordres til å sponse andre og laste ned sponsorskjema på nettsiden. Det er lov å sponse seg selv også. Mer info

[www.vesteroy.menighet.no/fasteaksjonslopet](http://www.vesteroy.menighet.no/fasteaksjonslopet)

### Sponsor?

Er du sponsor bruker du informasjon over til å sende beløp. Vesterøy menighet - ofring

Du kan sponse flere løpere, og du bestemmer selv totalsum, men det kan være motiverende for løpere å løpe for et beløp per runde. kanskje klarer vedkommende en ekstra runde på grunn av dette?

Pengene går til fasteaksjonen og Kirkens Nødhjelp