

# Sponsorenevent für die Erwachsenen SC Uni Basel

## Badminton 09.04.2024 von 18- 20 Uhr in der Pfaffenholzhalle

Liebes Vereinsmitglied

Auch dieses Jahr findet der Sponsorenevents statt und wir hoffen damit möglichst vielen eine Plattform zu bieten, sich gemäss ihren eigenen Möglichkeiten sportlich zu betätigen und Sponsorengelder zu sammeln.

So sieht es aus:

Es geht darum, dass sich alle eine Challenge für eine Stunde suchen. Du kannst beginnen, wann du willst.

z.B.: Meine Challenge: So viele Ecken eines Badmintonfeldes in 1 Stunde anzulaufen, wie nur möglich. Max. werde ich 300 schaffen. D.h. der Sponsor/in muss sicher nicht mehr bezahlen. Es kann auch ein Pauschalbetrag angegeben werden.

Für 10 angelaufene Ecken erhalte ich einen Beitrag. Er darf nicht weniger als .-50 sein und am Ende nicht 100.- überschreiten.

Wir haben auch noch ein paar Ideen für mögliche Challenges aufgeschrieben. Ihr dürft aber selber sehr kreativ sein 😊

### Ideen:

- 1 Std. Planks machen (pro Minute wird ein gewisser Betrag gesponsert)
- 1 Std. Ecken auf dem Badmintonfeld anlaufen ( pro Ecke oder Minute sponsoren)
- 1 Std. Liegestützen (pro 10 Liegestützen oder pro Liegestütze einen Betrag)
- 1 Std. Seilspringen (pro 10 Umdrehungen einen Betrag )
- 1 Std. Squats (pro 10 Squats einen Betrag)
- 1 Std. Situps und Rücken (pro 10 Stück einen Betrag)
- 1 Std. Sprünge (pro 10 Stück einen Betrag)

Wir freuen uns auf eure Challenge 😊

Christina Matthey de l'Etang

# Sponsoring event for the adults SC Uni Basel Badminton

## 09.04.2024 from 18- 20 o'clock in the Pfaffenholzhalle

Dear club member

The sponsor event will take place again this year and we hope to offer as many people as possible a platform to participate in sports according to their own abilities and to collect sponsorship money.

This is what it looks like:

The idea is for everyone to find a challenge for an hour. You can start whenever you want.

For example: My challenge: to hit as many corners of a badminton court as possible in 1 hour. I will manage a maximum of 300. This means that the sponsor certainly does not have to pay more. A lump sum can also be specified.

I will receive a contribution for every 10 corners I run. It must not be less than .-50 and must not exceed 100 in the end.

We have also written down a few ideas for possible challenges. But you can be very creative yourself 😊

Ideas:

- Do 1 hour of planks (a certain amount per minute will be amount is sponsored)
- 1 hour of corners on the badminton court (sponsor per corner or minute)  
run up
- 1 hour of push-ups (a certain amount per 10 push-ups or per push-up)
- 1 hour jumping rope (one amount per 10 rotations)
- 1 hour squats (one amount per 10 squats)
- 1 hour sit-ups and back (one amount for every 10)
- 1 hour of jumps (one amount for every 10 jumps)

We look forward to your challenge 😊

Christina Matthey de l'Etang



