

## 10 000 SKUDD

Skrevet av Alex

onsdag 15. mai 2013 06:09 - Sist oppdatert onsdag 15. mai 2013 06:16

---



TA UTFORDRINGEN MED 10 000 SKUDD DENNE SOMMER'N!

### Hvordan delta:

1. Lik siden vår på Facebook [www.facebook.com/10000skuddfor norge](http://www.facebook.com/10000skuddfor norge)
2. Send inn bilder av deg selv hvor du skyter
3. Hver onsdag mellom 15. mai. og 1. september ønsker vi at du legger ut informasjon på siden vår med hvor mange pucker du ha skutt!

### Eksempel:

Denne uken tok jeg 457 skudd og har igjen 6398 for å nå målet de neste 2 måneder!

---

### 10,000 Shots for Norge tips:

## 10 000 SKUDD

Skrevet av Alex

onsdag 15. mai 2013 06:09 - Sist oppdatert onsdag 15. mai 2013 06:16

---

1. Lag en plakat som du henger opp på rommet ditt eller hvor du ser den HVER DAG!
2. Hver gang du skyter skriver du ned datoen og hvor mange pucker du har skutt
3. Hver onsdag teller du opp antall skudd og viser ALLE hvilken framgang du har hatt på

[facebook.com/10000skuddfor norge](https://facebook.com/10000skuddfor norge)

4. Ha det moro med denne utfordringen og del med alle hockeyjenter i hele Norge!
- 

*"Take the Challenge! Take 10,000 Shots for Norway this summer!"*

*How to join in:*

1. *Like our page on Facebook*
2. *Send us a picture of where you are doing your shooting*
3. *Every Wednesday between May 15 and Sept 1, leave a comment on the 10,000 Skudd for Norge wall, telling us how many pucks you have shot so far.*

## 10 000 SKUDD

Skrevet av Alex

onsdag 15. mai 2013 06:09 - Sist oppdatert onsdag 15. mai 2013 06:16

---

*For example:*

*I took 457 shots this week for a total of 6,398 in 2 months!*

---

*10,000 Shots for Norway tips:*

- 1. Make a poster and put it somewhere in your home where you will see it every day.*
- 2. Every time you shoot pucks, write down the date and how many pucks you shot that day.*
- 3. Add up your total shots every Wednesday and tell everyone about your progress on our Facebook page [facebook.com/10000skuddfor norge](https://www.facebook.com/10000skuddfor norge)*
- 4. Have fun and enjoy the challenge with other girl hockey players from all over Norway!*

[www.facebook.com/10000skuddfor norge](https://www.facebook.com/10000skuddfor norge)