**Mail: Introtekst til avisen**Hej x avis

Jeg sender jer her en lille tekst, som jeg håber, I vil bringe i avisen/på jeres hjemmeside.

Den (dato) starter boldklub i kommune et nyt motionshold ”Fodbold for Hjertet”, målrettet mænd og kvinder med hjerte-kar-sygdomme.

Motionsfodbold er godt for hjertet og for den fysiske sundhed – og så synes de fleste tilmed, at det er både sjovt og hyggeligt at spille med.

Michael Laudrup har allerede valgt at støtte 'Fodbold for Hjertet’ i en film og citat i pressetekst – I kan se eller linke til filmen, som ligger på dbu.dk/fodboldforhjertet

Vi håber, at at I vil hjælpe os med at få budskabet ud, så vi kan få 'Fodbold for Hjertet’ i X kommune/klub godt i gang.

Hvis du/har spørgsmål, er I velkomne til at kontakte mig. Jeg ser frem til at høre fra jer

Venligst,

Navn, fx træner/kommunekontakt, mobilnummer og mail

* **Vedlæg gerne foto (kan fx fås ved henvendelse til DBU på tjell@dbu.dk)**
* **Vedhæft presseteksten her (læg den fx i en PDF eller word, alternativt kan teksten komme lige under dine kontaktinfo):**
* **Link til filmen**

**Pressetekst:**
**Bliv en del af ‘Fodbold for Hjertet’-holdet i klubnavn/by**

**Kom og vær med, når klub/kommune starter 'Fodbold for Hjertet’, et tilbud om motionsfodbold for mænd og kvinder, der har hjerte-kar-sygdomme - eller som er i risikogruppen for at få disse sygdomme. Der er plads til alle, både den aldrende Messi og den absolutte nybegynder på grønsværen.**

‘Fodbold for Hjertet’ er et helt nyt motionskoncept, som kommer til x kommune/klub til august/september. Holdet er for alle, uanset forudsætninger, og træneren er uddannet i at tage hensyn til alle. Det handler ikke om at være den stor boldkunstner, men om at hygge sig og have det sjovt sammen med gode holdkammerater.

Bevægelse er godt for både krop og sind – og motionsfodbold er et rigtig godt bud, når du skal i gang eller videre med motion, uden at det bliver hårdt og kedeligt. Motionsfodbold er god og varieret træning, som styrker både krop, kondi og knogler. Men du vil sikkert opleve, at det bedste er sammenholdet og det gode fællesskab på holdet.

Evt citat fra holdansvarlig i klubben eller kommunekontakt:
Vi starter 'Fodbold for Hjertet’-holdet, fordi vi gerne vil give et godt og sundt motionstilbud til mænd og kvinder, som måske ikke dyrker så meget sport i forvejen. I x boldklub får de chancen for have det lidt sjovt på lige fod med holdkammeraterne, samtidig med at de får sved på panden, siger x.

Kom og vær med, når ‘Fodbold for Hjertet’ starter den x/x i x klub. Du er også velkommen til at tage fat i x i x klub for at høre nærmere - eller du kan læse mere om projektet på [www.dbu.dk/fodboldforhjertet](http://www.dbu.dk/fodboldforhjertet)

**Faktaboks: 'Fodbold for Hjertet’ i By/klub:**

* **Hvor: klub, adresse, postnummer**
* **Hvornår: dage og klokkeslet**
* **Holdet startede/starter op d. dato**
* **Pris: pris fx pr. halvår, angiv gerne om der er prøvegange el.lign.**

**Faktaboks: Hjerte-kar-sygdomme og forebyggelse**
En halv million danskere kæmper med eksempelvis forhøjet blodtryk, blodpropper eller hjerteproblemer. Dertil kommer den store gruppe af mennesker, som har øget risiko for at få hjerte-kar-sygdomme eller har andre former for livsstilssygdomme. For risikogrupper er det særligt vigtigt at motionere for at få et sundere og bedre liv, og fodbold kan blive vejen dertil.