



Utmaning 1/30:

Balansera, eller gå balansgång,
på en sten eller ett liggande träd.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 2/30:

Hitta 3 saker i naturen
som börjar på bokstaven B.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 3/30:

Sitt helt tyst i några minuter
och lyssna på naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 4/30:

Spela ett parti luffarschack, i naturen.

*Använd gärna pinnar, kottar, snö, stenar, o.s.v. för att skapa ert luffarschack.
Alternativ för yngre barn: kasta stenar/kottar/snöbollar i en hink.*

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 5/30:

Fika, i naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 6/30:

Plocka upp 5 skräp, i naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 7/30:

Mät omkretsen* på stammen
på det största träd ni kan hitta.

**i famnar eller centimeter*

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 8/30:

Skapa en streckgubbe av naturmaterial*. Gärna skala 1:1

**snö, is, pinnar, stenar, kottar, o.s.v.*

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 9/30:

Räkna årsringarna på
en stubbe/stock.
På vilken ring föddes du?

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 10/30:

Kan ni se 5 olika djur?

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 11/30:

Använd känslen – kan ni hitta 3 olika temperaturer i naturen?

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 12/30:

Vinter, vårvinter, vår – kan ni hitta tecken på kommande årstid?

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 13/30:

Använd näsan – kan ni
hitta 3–5 olika dofter i naturen?

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 14/30:

Använd öronen – kan ni hitta 5 olika ljud i naturen?

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 15/30:

Färgbingo! Måla 4–9 st rutor på ett papper, och måla/skriv en färg i varje ruta. Hitta något i naturen för varje färg.

#Skogsmulle30 day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 16/30:

**Bygg en pyramid, av pinnar,
stenar och/eller snö.**

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 17/30:

Kan ni hitta olika spår av djur?

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 18/30:

Prova en ny stig/tur.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 19/30:

Hitta något i naturen som är mjukt, hårt, blött, torrt, lent, skrovligt, tungt respektive lätt.

#Skogsmulle30 day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 20/30:

Fika i naturen!

Favorit i repris. /Fikafrämjandet

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 21/30:

**Klättra i ett träd eller
upp för litet berg/snöhög.**

#Skogsmulle30 day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 22/30:

Ligg raklång på marken
– titta upp på trädtopparna
och molnen.

#Skogsmulle30 day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 23/30:

Ta foto på det
vackraste i naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 24/30:

Bygg 3 st kottedjur.

*Använd kottar som kropp och barr/småpinnar som ben.
Och, spara kottedjuren till utmaning 25.*

#Skogsmulle30 day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 25/30:

Bygg ett litet hus till kottedjuren.

Använd naturmaterial som pinnar, stenar, snö, löv, o.s.v.

#Skogsmulle30 day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 26/30:

Ät lunchen i naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 27/30:

Bygg en barkbåt, och sjösätt den*.

**I badkar, handfat, sjö, jock, pöl, hav eller flod.*

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 28/30:

Plocka upp 5 skräp, i naturen.

Ja, tyvärr igen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 29/30:

Doppa fötterna i vatten eller snö, i naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se



Utmaning 30/30:

Ta med pennor, kriter eller färg
och papper, och måla av naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



FRILUFTS
FRÄMJANDET



På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet roliga, trygga och lärorika äventyr. Med över 100 000 medlemmar, 7000 ledare, 300 lokalavdelningar, verksamhet i 500 förskolor och skolor, och skidskola i 80 skidbackar är Friluftsförbundet Sveriges största friluftsförbundet.

Friluftsförbundet är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. I 128 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Orden Skogsmulle och Mulle, samt figuren Skogsmulle, är registrerade varumärken som ägs av Friluftsförbundet. Syftet med att varumärkesskydda Skogsmulle är att bevara de värderingar som Skogsmulle varje vecka kommunicerar till tusentals barn.

www.friluftsfremjandet.se