

DIGITAL MEDIA REPORT

**ACTIVE
SWEDEN**

#BEACTIVEDAY 2025

#BEACTIVEDAY IS NOW A THEME DAY IN SWEDEN



#BEACTIVE DAY
RÖRELSENS DAG

TILLSAMMANS
kan vi skapa en mer aktiv och hälsosam framtid!



temadagar.se HEM BUTIK BLI MEDLEM KALENDER INSTIFTA TEMADAG FAQ HANTERA MEDLEMSKAP

BeActiveDay – Rörelsens dag

Den 23e september, som en del av European Week of Sport, bjuder Active Sweden in alla att delta i BeActiveDay. En kampanj skapad av Europa Active med stöd av Europeiska unionen. Rörelse är mer än bara träning. Det är glädje, gemenskap och hälsa. Dagen lyfter fram hur rörelse kan bidra till att hantera och förebygga icke smittsamma sjukdomar. Under BeActiveDay erbjuds gratis aktiviteter över hela Sverige där alla är välkomna, oavsett ålder, bakgrund eller fysisk förmåga. Tillsammans kan vi skapa en mer aktiv och hälsosam framtid.

#BEACTIVE DAY
RÖRELSENS DAG

SOCIAL MEDIA



theacademyutb Originalljud

theacademyutb Den 23 september är det dags för #BEACTIVEDAY2025 – och självklart är vi tillbaka! 🌟

Årets tema är Livsstilssjukdomar - och vi bjuder in dig och din familj, vänner och kollegor till ett helt kvällsprogram!

Under sändningen kommer du inte bara att höra om hur träning gör skillnad, utan vi lovar att skänka dig ett verktyg därifrån (som går att nyttja i din träning med dina klienter!). 🛠️

Dessutom väntar spännande artiklar, rörelseövningar och inspiration. 🌟

👉 Boka in dig på webinarer redan nu! 📅

! Alla inbokade får en inspelning av webinarerna om du inte kan vara med live!

#BEACTIVEDAY #activesweden #europesport

9 v


simonxforsberg 9 v 1 gilla-markering Svaret

— Visa svar (1)

Gillas av helenaarnold och 26 andra den 1 september

Lägg till kommentar...

ra med och skapa någonting fantastiskt på #BEACTIVEDAY den 23 september.



boson1938 Originalljud

boson1938 Välkommen till Bosöns öppna hus under #beactiveday2025! 🌟

Tisdagen den 23/9 kl 17-20 bjuder vi på en fullspäckad kväll med aktiviteter.

- 👉 Testa din biologiska ålder
- 👉 Få gratis PT-rådgivning
- 👉 Utveckla din lyftteknik
- 👉 Förbättra din löpsteknik
- 👉 Träna Hyrox

På plats har vi roliga tävlingar med fina priser. Utöver det, också exklusiva erbjudanden på både medlemskap och tester.

Länk till eventet ligger i bio. Varmt välkomna!

#bosön

8 v

Gillas av estrelamouraelaine och andra den 8 september

Lägg till kommentar...

Public

dig lyfta rätt och
na styrkelyft med
stationsutvecklare och
tränare Ida Kyrillis.

SOCIAL MEDIA



stc stc.ahus • Följ

stc stc.ahus Save the date och delta på Beactive day av Active Sweden – det är med hela europa kraftsamlar för att få samtidigt belysa de stora hälsofördelarna för att förebygga sjukdomar så som cancer, hjärtsjukdomar och diabetes.

Vi på STC Åhus vill också vara med och bidra till ett hälsosamt event därför kommer vi att hålla dörren öppen till ÖPPETHUS och på kvällen håller vi ett BÄSTÄMMANDE med en duktiga instruktör och löparcoach Oskari.

På det här passet som vi kallar STC löparpass kommer du att få med matnyttig information och tips på hur du blir en mer hållbar löpare. Ni kommer även att få hjälp att bli helt klart att anpassa till sin egen nivå.

Detta pass går att boka i appen precis som tidigare. Om du inte är medlem så ringer du 044-242120 eller mailar på ahu@stc.se så bokar vi passet åt dig.

#Beactiveday #stcmovingpeople #stcåhus

8 v

45 gilla-markeringar
den 11 september

Lägg till kommentar...



ÖPPET HUS
NORREMARK
SÖDRA
I11

TISDAG 23 SEPTEMBER
09:00 - 19:00

GLÄDJE. KVALITET. FÖR ALLA.
idrottskliniken

Co-funded by the European Union
europeactive

idrottskliniken

idrottskliniken ✨ #BEACTIVEDAY ✨

Den 23 september öppnar vi upp dörren till våra I11, Norre- och Södra för Öppet hus mellan 09:00-19:00. Alla är välkomna att träna och testa våra pass – helt kostnadsfritt!

👉 Är du inte medlem men vill prova våra gruppträningspass? Kom och testa på plats i någon av våra receptioner.

Vad är #BEACTIVEDAY?
Det är en årlig europeisk rörelsedag som är en del av European Week of Sport. Varje år arrangeras aktiviteter i hela Europa för att inspirera människor i alla åldrar och på alla nivåer av fysisk aktivitet. Dagen handlar om glädje, gemenskap och hälsa. Fysisk aktivitet kan vara enkelt, roligt och tillgängligt för alla.

I år lyfter kampanjen fram hur hälsofrämjande fysisk aktivitet kan bidra till att förebygga och hantera icke-smittsamma sjukdomar (NCDs) som hjärt-kärlsjukdom, diabetes, cancer och andra.

Vi på Idrottskliniken är stolta över att vara en del av denna kampanj. Kom och var med du också – tillsammans gör vi skillnad för alla!
Kom och var med du också – tillsammans gör vi skillnad för alla!

📍 I11 • Norre- och Södra

31 gilla-markeringar
den 9 september

Lägg till kommentar...

SOCIAL MEDIA



stc stc_vaxjo

stc stc_vaxjo Den 23 september är det dags för #BEACTIVEDAY europeisk kampanj som uppmuntrar till rörelse och Sverige drivs initiativet av Active Sweden, där Katarina en av STCs grundare, är ordförande.

Vi på STC är stolta över att vara en del av detta initiativ emot att tillsammans sprida rörelseglädje och inspiration till fler människor.

Varmt välkommen att ta med dig en vän och träna tillsammans med oss den 23 september! Vi är stolta över att vara en del av detta viktiga initiativ och ser fram emot en dag fylld av träning.

#BEACTIVEDAY #stcttrainingclub #scandinaviantrainingclub #movingpeople

Har redigerats · 8 v

29 gilla-markeringar
den 11 september

Lägg till kommentar...



stc stc.lyckeby · Följ

stc stc.lyckeby #BEACTIVEDAY – varmt välkommen att ta en vän och träna tillsammans med oss den 23 september över att vara en del av detta viktiga initiativ och ser fram emot en dag fylld av träningsglädje 🙌

Kom förbi receptionen under dagen, kl. 9-20, och annars träna tillsammans denna dag 🍷🍷

#BEACTIVEDAY #STC #ScandinavianTrainingCenter #movingpeople

7 v

physioak 🍷❤❤❤❤
7 v Svara

kokoandbianca ❤❤❤❤
7 v Svara

marikacarvalhal ❤❤❤❤
7 v Svara

Gillas av stc.sverige och 83 andra
den 16 september

Lägg till kommentar...

SOCIAL MEDIA



stc.karlskronalandbrogatan • Följ
CoffeeMusic • Active Sport Beat

stc.karlskronalandbrogatan ☀️ Den 23 september är det dags för **#BEACTIVE DAY**, en europeisk kampanj som uppmuntrar till rörelse och gemenskap.

Vi är stolta över att vara en del av detta viktiga initiativ och ser emot en dag fylld av träningsglädje.

Du är varmt välkommen att ta med dig en vän och träna tillsammans med oss den 23 september under bemannade tid 19!

Samt att Linnea och Evelina bjuder in till en social run 16:30-18:00. **ALLA ÄR VÄLKOMNA!** Vi kommer springa utomhus, ca 6 km och runt 6min/km. Dra med ditt företag, arbetslag, bästa kompis, eller bara kom själv och träna med oss!! 🍷🍷

Är du medlem? Boka din plats som vanligt i appen! Vi möts vid receptionen på STC Landbrogatan ☀️

[#beactiveday](#) [#stc](#) [#scandinaviantrainingcenter](#) [#movingpeople](#)

7 v

javierfrancofitness Que bien parceritas 🍷

👍 🗨️ 📌

stc Gillas av **stc.oskarshamn** och 48 andra
den 16 september

😊 Lägg till kommentar...



stc.knivsta • Följ
STC

stc.knivsta BEACTIVEDAY – varmt välkommen att ta del av och träna tillsammans med oss den 23 september! (Inget medlemskap krävs) Vi är stolta över att vara en del av detta viktiga initiativ emot en dag fylld av träningsglädje.

Under kvällen bjuds det på:

- ★ Prova på 30 min klasser, gruppträning
- ★ Prova på gymmet
- ★ Provsmakning på dryck och bars
- ★ Tävlning med pris

Boka dig i STC appen. Meddela receptionen, maila knivsta.centrum@stc.se eller i instagram direkt med [@stc.knivsta](#) vill ta med dig en vän på gruppträning så hjälper vi plats!

Välkomna! [#beactiveday](#) [#stc](#) [#scandinaviantrainingcenter](#) [#movingpeople](#)

7 v

rosettamaglio Bästa dagen!! 🍷🍷

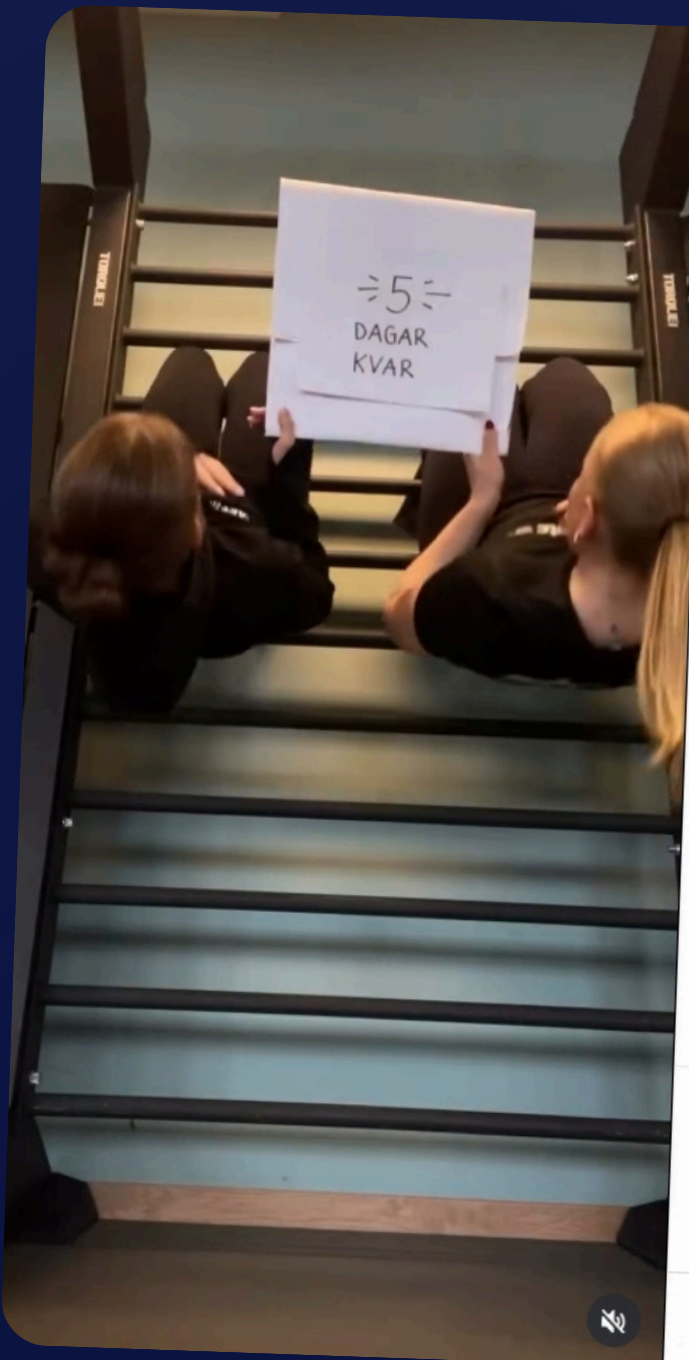
6 v Svara

👍 🗨️ 📌

55 gilla-markeringar
den 17 september

😊 Lägg till kommentar...

SOCIAL MEDIA



stc.kungälv
MC Sport • Let's Go (Alien Language)

stc.kungälv 🔥 #BEACTIVEDAY på STC Rollsbo – Öppet hus 23 september! 🔥

Varmt välkommen att ta med dig en vän och träna tillsammans oss den 23 september! Vi är stolta över att vara en del av detta viktiga initiativ och ser fram emot en dag fylld av träningsglädje!

📅 När? Tisdag 23 september
🕒 Öppet hus kl. 07:30–20:00

Under dagen erbjuder vi:

- Löpanalys med vår personliga tränare Joakim kl. 10:00–17:00 (paus kl. 11:30–13:00)
- Gruppträningspass att prova på – passa på att testa något nytt!
- Prova på gymmet – öppet för alla hela dagen, bjud med en vän!
- Provsbakning av bars och dryck!
- Tävlingar och härlig stämning!
- Inget medlemskap krävs – allt är gratis!
- Rådgivning av vår PT Joakim Larsson!

Vi ser fram emot att aktivera oss tillsammans med dig!

📍 STC Rollsbo
Tagga någon du vill ta med dig – vi ses den 23:e! 🍌

📍 Gillas av **stc.sverige** och 51 andra
den 18 september

😊 Lägg till kommentar...



stcnynashamn • Följ
STC Nynäshamn

stcnynashamn 🔥 #BEACTIVEDAY - varmt välkommen dig en vän och träna tillsammans med oss den 23 september 14-20! 🔥

Beactiveday är en europeisk kampanj som uppmuntrar till hälsa och gemenskap. Vi är stolta över att vara en del av detta viktiga initiativ emot en dag fylld av träningsglädje. Fira med oss genom att ta med en vän för gratis träning, var med på ett gruppträningspass eller kom förbi på en kaffe! Hoppas vi ses! 🍌

#BEACTIVEDAY #STC #ScandinavianTrainingCenter #STCNynashamn

Har redigerats • 7 v

📍 22 gilla-markeringar
den 18 september

😊 Lägg till kommentar...

SOCIAL MEDIA



SUNLIGHT GYM 23/9
ÖPPET HUS



PROVA PÅ GYM 16:00-20:00
VATTENTRÄNING 17:30-18:15
POWER YOGA 18:30-19:15

sunlight_gym_spa och active_sweden
Sunlight Gym & Spa

sunlight_gym_spa Tisdag 23/9 öppnar vi dörrarna till Be Active Day, ett initiativ av Europe Active med syftet? Att sprida rörelseglädje, förebygga ohälsa och förbättra fysisk & psykisk hälsa. 🌍🔥

Under kvällen bjuder vi på:
👉 Prova-på gym 16:00-20:00
👉 Vattenträning 17:30-18:15
👉 Power Yoga 18:30-19:15

Så kom och prova gymmet, simma eller delta i gruppträningarna. Allt kostnadsfritt.
Öppet för både medlemmar och icke-medlemmar.

Det blir en dag fylld med rörelse, glädje och gemenskap. Kom gärna med en vän!


Psst swipe för HALVA PRISET på klippkort 🙌

#beactiveday

Har redigerats · 7 v

Gillas av **helenaarnold** och 17 andra
den 21 september

Lägg till kommentar...



stc.lyckeby · Följ

stc.lyckeby ✨ BE ACTIVE DAY 23/9 ✨

Nu på tisdag den 23/9 firar vi Be Active Day - en dag full av rörelseglädje i hela Europa, och självklart är vi med!

Vi bjuder in till:

- 👉 Ta med en vän och träna gratis under bemanningen kl. 18:00-20:00. Glöm inte att anmäla er i receptionen!
- 👉 Ovanstående gäller också gruppträningen såklart! Anmäl er till gruppträningen på plats genom receptionen.
- 👉 Provsmaker från shopen!
- 👉 Alla som checkar in under dagen är med i utlottningen för att vinna fantastiska priser!

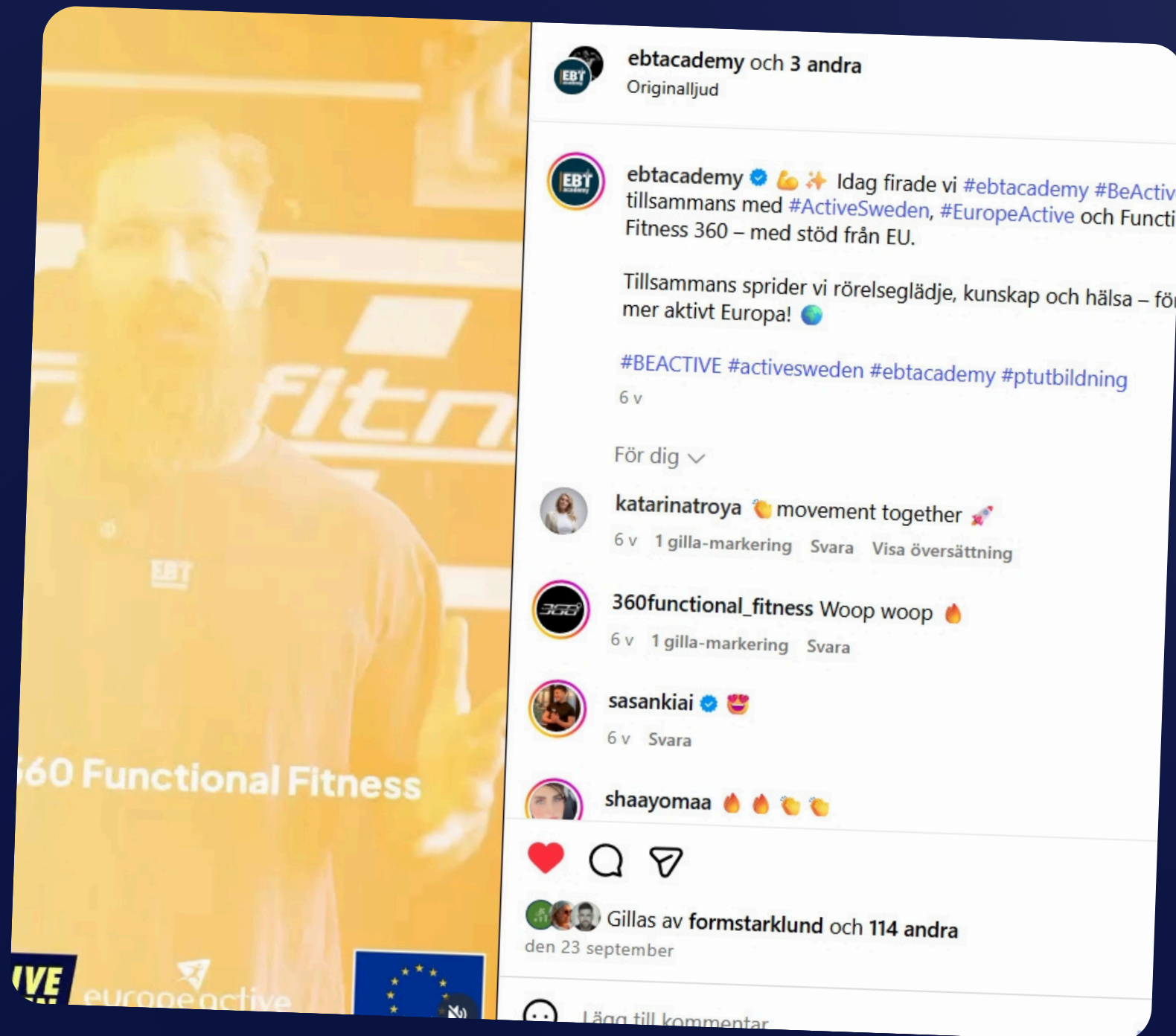
👉 Gruppträningar den här dagen:
Kl. 08.00 Rörlighet Senior
Kl. 09.00 STC Senior
Kl. 17.00 Strength Development
Kl. 17.15 Crosscage
Kl. 18.00 LesMills Shapes

Så, boka in den 23/9 - oavsett vilken tid du tränar den dagen. Vi gör det tillsammans för att hylla rörelseglädjen 🙌

Gillas av **stc.oskarshamn** och 80 andra
den 19 september

Lägg till kommentar...

SOCIAL MEDIA



ebtacademy och 3 andra
Originalljud

ebtacademy 🇪🇺 🙌 🌟 Idag firade vi #ebtacademy #BeActive tillsammans med #ActiveSweden, #EuropeActive och Function Fitness 360 – med stöd från EU.

Tillsammans sprider vi rörelseglädje, kunskap och hälsa – för mer aktivt Europa! 🌍

#BEACTIVE #activesweden #ebtacademy #ptutbildning
6 v

För dig ▾

katarinatroya 🌟 movement together 🌟
6 v 1 gilla-markering Svvara Visa översättning

360functional_fitness Woop woop 🌟
6 v 1 gilla-markering Svvara

sasankiai 🇪🇺 🌟
6 v Svvara

shaayomaa 🌟🌟🌟🌟

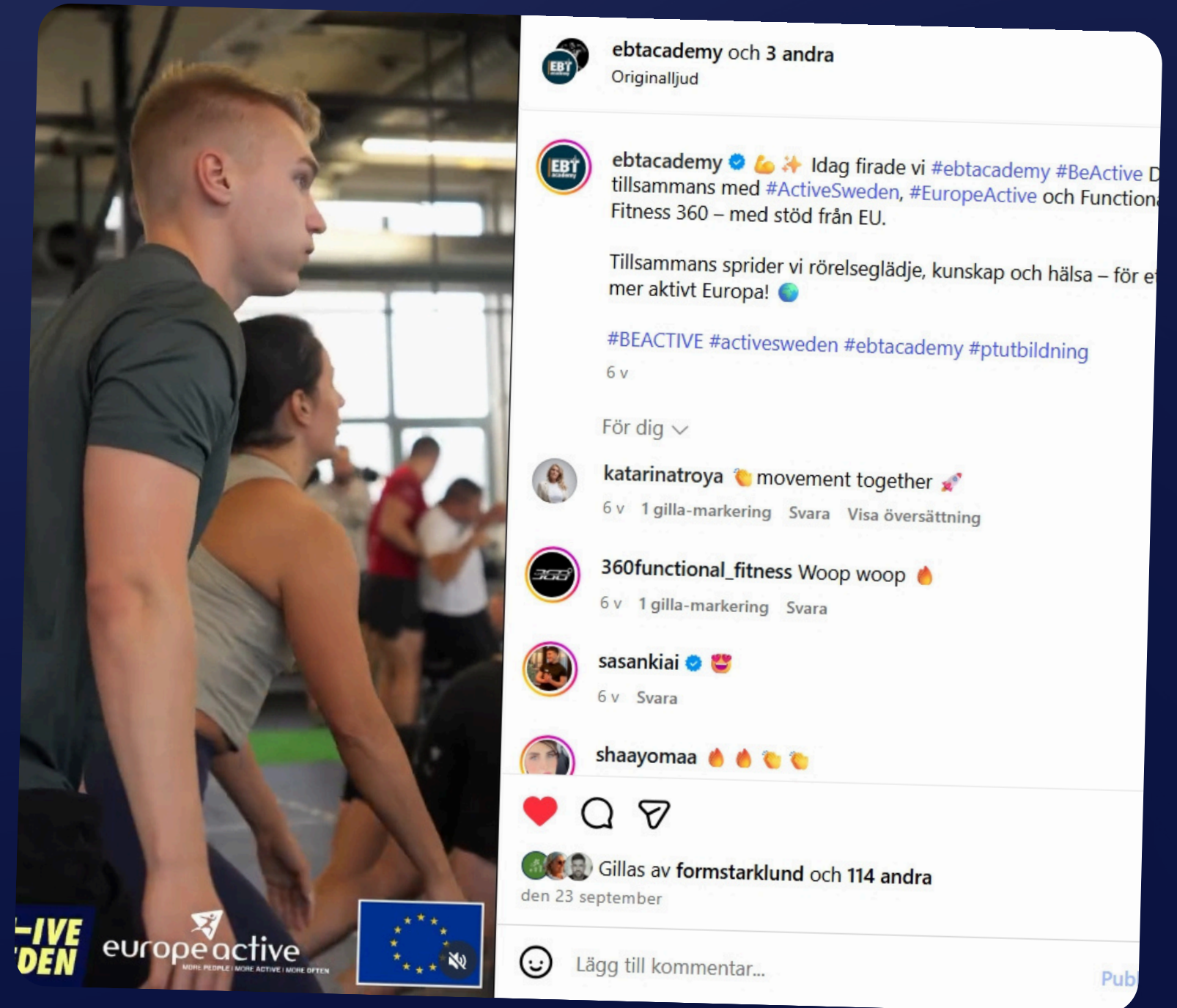
📍 Gillas av formstarklund och 114 andra
den 23 september

Lägg till kommentar

360 Functional Fitness

IVE europe active

EUROPE ACTIVE



ebtacademy och 3 andra
Originalljud

ebtacademy 🇪🇺 🙌 🌟 Idag firade vi #ebtacademy #BeActive tillsammans med #ActiveSweden, #EuropeActive och Function Fitness 360 – med stöd från EU.

Tillsammans sprider vi rörelseglädje, kunskap och hälsa – för mer aktivt Europa! 🌍

#BEACTIVE #activesweden #ebtacademy #ptutbildning
6 v

För dig ▾

katarinatroya 🌟 movement together 🌟
6 v 1 gilla-markering Svvara Visa översättning

360functional_fitness Woop woop 🌟
6 v 1 gilla-markering Svvara

sasankiai 🇪🇺 🌟
6 v Svvara

shaayomaa 🌟🌟🌟🌟

📍 Gillas av formstarklund och 114 andra
den 23 september

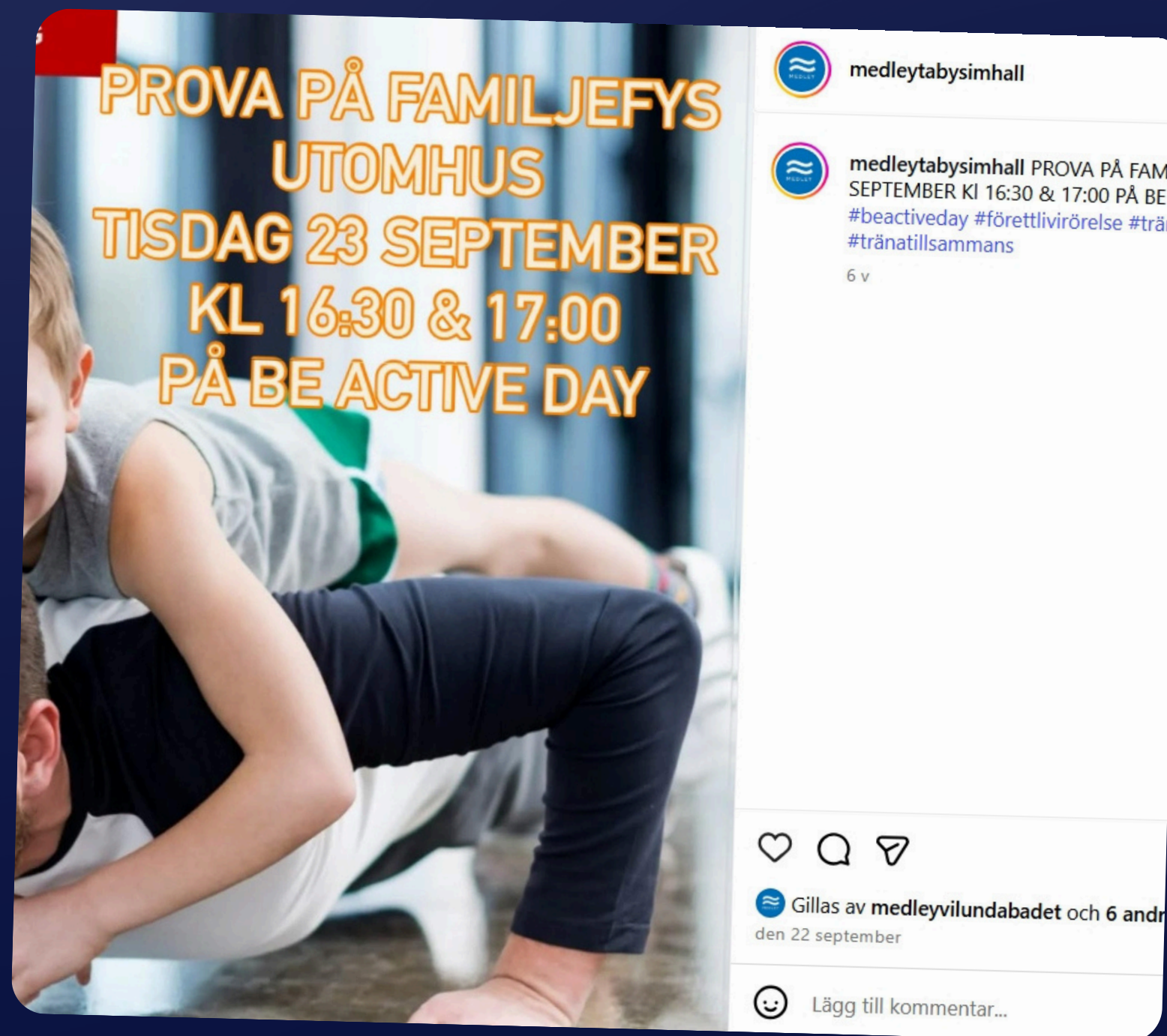
Lägg till kommentar...

IVE DEN europe active

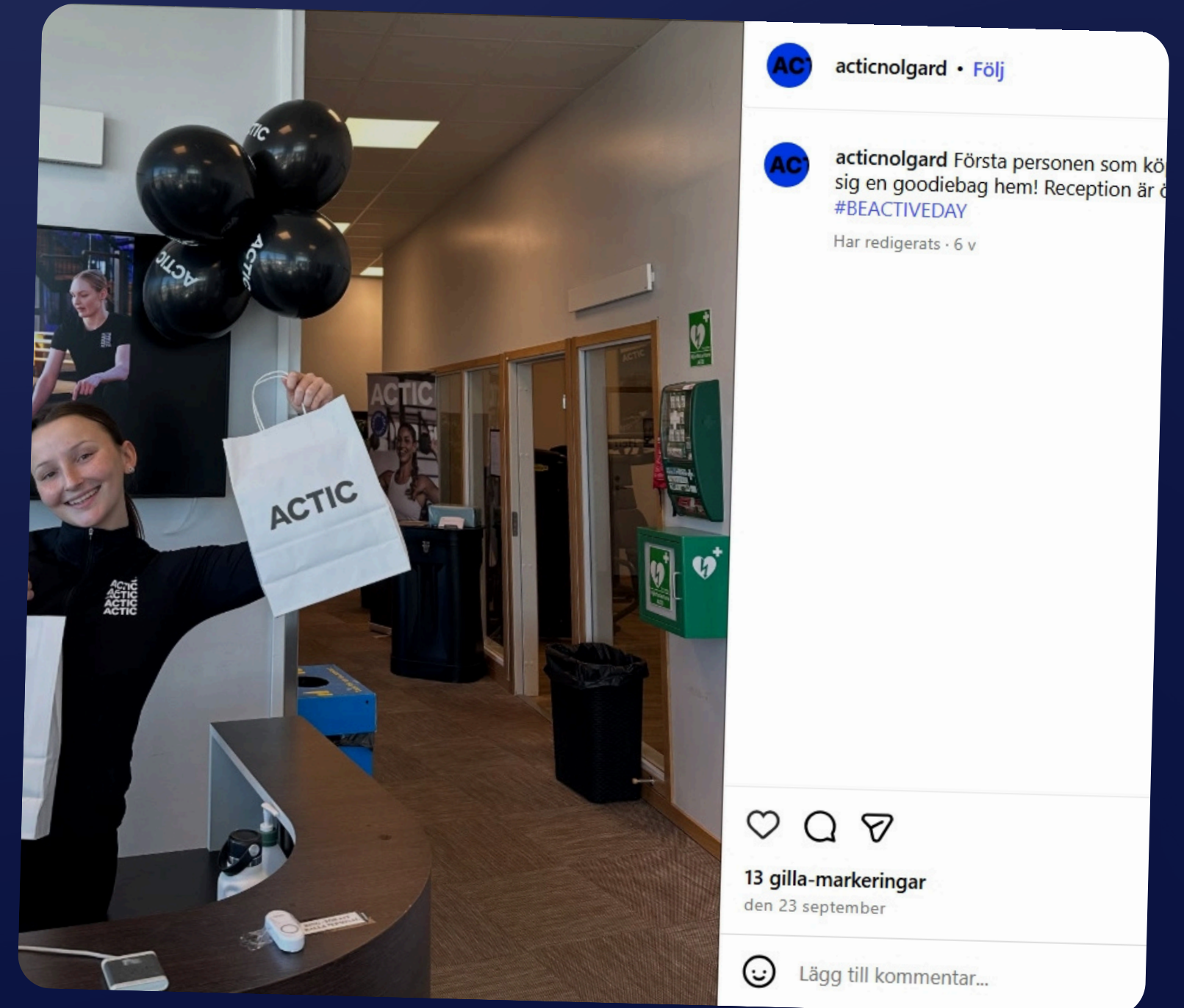
EUROPE ACTIVE

EUROPE ACTIVE

SOCIAL MEDIA



SOCIAL MEDIA



SOCIAL MEDIA



sats sverige Originalljud

sats sverige BE ACTIVE DAY 🌟🌟
Idag är det vi #BEACTIVEDAY och hela Europa går ihop för att uppmuntra och inspirera fler till fysisk aktivitet och rörelse! 🏃‍♀️

Vi är självklart med och stöttar detta initiativ och uppmuntrar alla att röra på sig idag! Hos oss hittar du allt från gruppträning och personlig träning till maskiner och fria vikter för egen träning. Vi vill inspirera fler till att röra på sig för att må bättre, bli starkare och känna mer glädje i vardagen ❤️

👉 Ta med en vän, familjemedlem eller kollega och träna hos oss idag!

👉 Dela gärna vad du tränar idag eller berätta vad rörelse betyder för dig och tagga oss så delar vi och inspirerar varandra till mer rörelse! 🌟

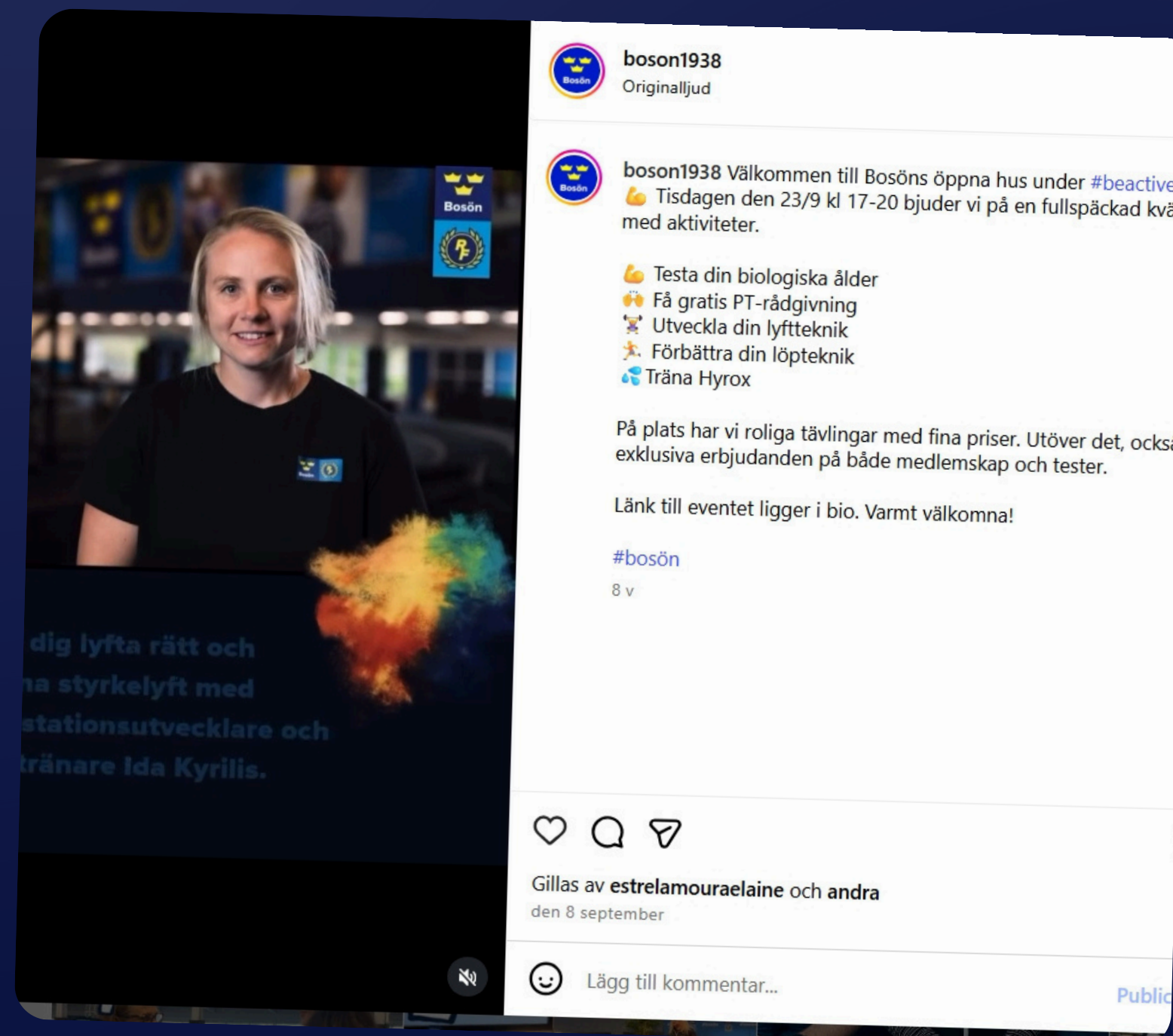
#träningsglädje #gymlife #beactiveday #inspiration

6 v

Visa dolda kommentarer

Gillas av **improve.educations** och **70 andra** den 23 september

Lägg till kommentar...



boson1938 Originalljud

boson1938 Välkommen till Bosöns öppna hus under #beactiveday! 🌟
Tisdagen den 23/9 kl 17-20 bjuder vi på en fullspäckad kväll med aktiviteter.

- 👉 Testa din biologiska ålder
- 👉 Få gratis PT-rådgivning
- 👉 Utveckla din lyftteknik
- 👉 Förbättra din löpteknik
- 👉 Träna Hyrox

På plats har vi roliga tävlingar med fina priser. Utöver det, också exklusiva erbjudanden på både medlemskap och tester.

Länk till eventet ligger i bio. Varmt välkomna!

#bosön

8 v

Gillas av **estrelamouraelaine** och **andra** den 8 september

Lägg till kommentar...

SOCIAL MEDIA



Twitch Health Capital AB
3 182 följare
1 mån • Redigerad •

☀️ Den 23 september är det dags för **#BEACTIVEDAY** – en dag fylld av rörelseglädje, inspiration och nya möjligheter!

Vi på Twitch Health Capital AB är glada över att, i samarbete med **Bosön - Riksidrottsförbundets utvecklingscentrum** – vara en del av detta viktiga initiativ som uppmuntrar fler till ett aktivt och hälsosamt liv. Passa på att kom förbi oss på plats, vi bjuder på "testa-massage".

👉 Under dagen bjuds det på massor av roliga aktiviteter, möten och inspiration – perfekt för dig som vill kombinera rörelse med gemenskap och ny energi i vardagen.

🔗 Antalet platser är begränsat, så passa på att säkra din plats redan idag:
<https://lnkd.in/d-Npk5ZR>

Vi ses den 23 september – låt oss göra Sverige ännu mer **#BeActive! Active Sweden**

👍👉



SALUTO
1 521 följare
1 mån •

SALUTO stöttar **#BEACTIVE DAY** 🥰

Den 23 september är det dags för **#BEACTIVE DAY** – en del av European Week of Sport – där vi tillsammans lyfter vikten av rörelse för att förebygga icke smittsamma sjukdomar som hjärt-kärlsjukdomar, typ 2-diabetes och psykisk ohälsa.

På SALUTO fokuserar vi på det som ofta är första steget mot ett mer aktivt liv: insikten om sin egen hälsa. Genom att mäta, följa och förstå kroppens signaler skapas motivation till rörelse och livsstilsförändring.

💡 Så här bidrar vi:

- Vi inspirerar till rörelse genom att visa hur hälsodata kan bli en drivkraft för förändring.
- Vi erbjuder verktyg för att mäta och följa sin hälsa – som stöd för hållbara vanor.
- Vi hänvisar till våra engagerade partners som står för den fysiska aktiveringen under veckan.
- Under **#BEACTIVE WEEK** erbjuder vi ett exklusivt kampanjpris på våra tester– för dig som vill ta första steget mot ett mer aktivt liv.

SOCIAL MEDIA




stc Scandinavian Training Center
3 703 följare
1 mån • Redigerad •


#BEACTIVEDAY – en dag då hela Europa rör på sig tillsammans. 🌍💜
I Sverige drivs initiativet av **Active Sweden**, där vår grundare **Katarina A.** är ordförande.

Vi på STC är stolta över att vara en del av denna viktiga dag. Idag bjuder vi därför in till öppet hus på våra gym med roliga aktiviteter – ta med en kollega, vän eller familjemedlem!

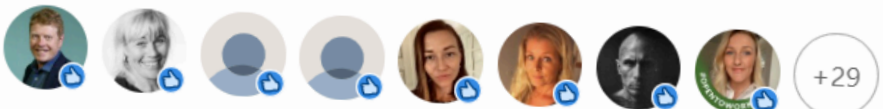
#BEACTIVEDAY #STC #ScandinavianTrainingCenter #MovingPeople


Läs mer om **#BEACTIVEDAY** här:

 **#BEACTIVEDAY på STC**
stc.se

 Daniel Claesson och 36 till
3 inlägg som lagts upp igen

Reaktioner

 +29



Idrottskliniken i Växjö AB
380 följare
1 mån • Redigerad •

Idag är det **#BEACTIVEDAY** då vi tillsammans med hela Europa rör på oss extra mycket för att upplysa vikten av att röra på sig 🏃💪
Tack till **Active Sweden** som ser till att samla krafterna i friskvårdsbranschen i hela Sverige. Vi har haft full fart på våra gym med öppethus för alla Växjöbor ❤️



beactiveday

Föreläsningens dag 23 september. På **Actic Group (publ.)** har vi haft öppet hus över hela landet för att främja fysisk aktivitet idag. Dagen skall in i vår kalender för att påminna och betona vikten av fysisk aktivitet.

Idag hade förmånen att föreläsa i morse på affärsnätverket Friends of business i Göteborg. Självklart rörde vi på oss genom 10 benböj 🏃. All rörelse spelar roll.

Idag gläds över många aktörer som idag uppmärksammat beactiveday. Starkt arbete av **Active Sweden** och vår ordförande **Katarina A.** att få fler att bidra. Tillsammans är branschen starkare!

Har du gjort du och ditt företag för att främja fysisk aktivitet idag?





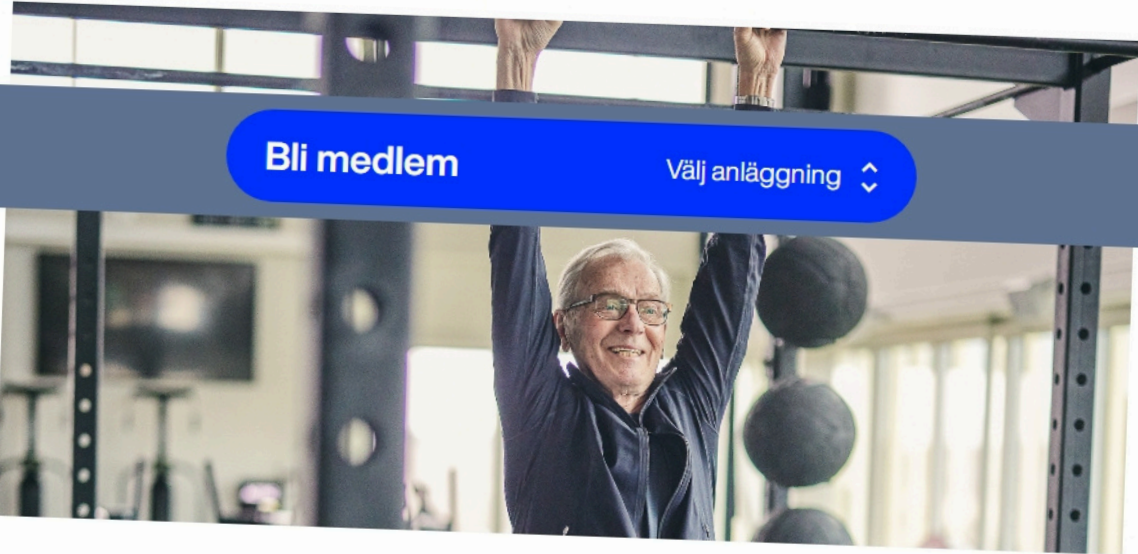
WEB PAGES

... / Inspiration / Fira rörelseglädjen med oss under #BEACTIVEDAY

Inspiration

Fira rörelseglädjen med oss under **#BEACTIVEDAY**

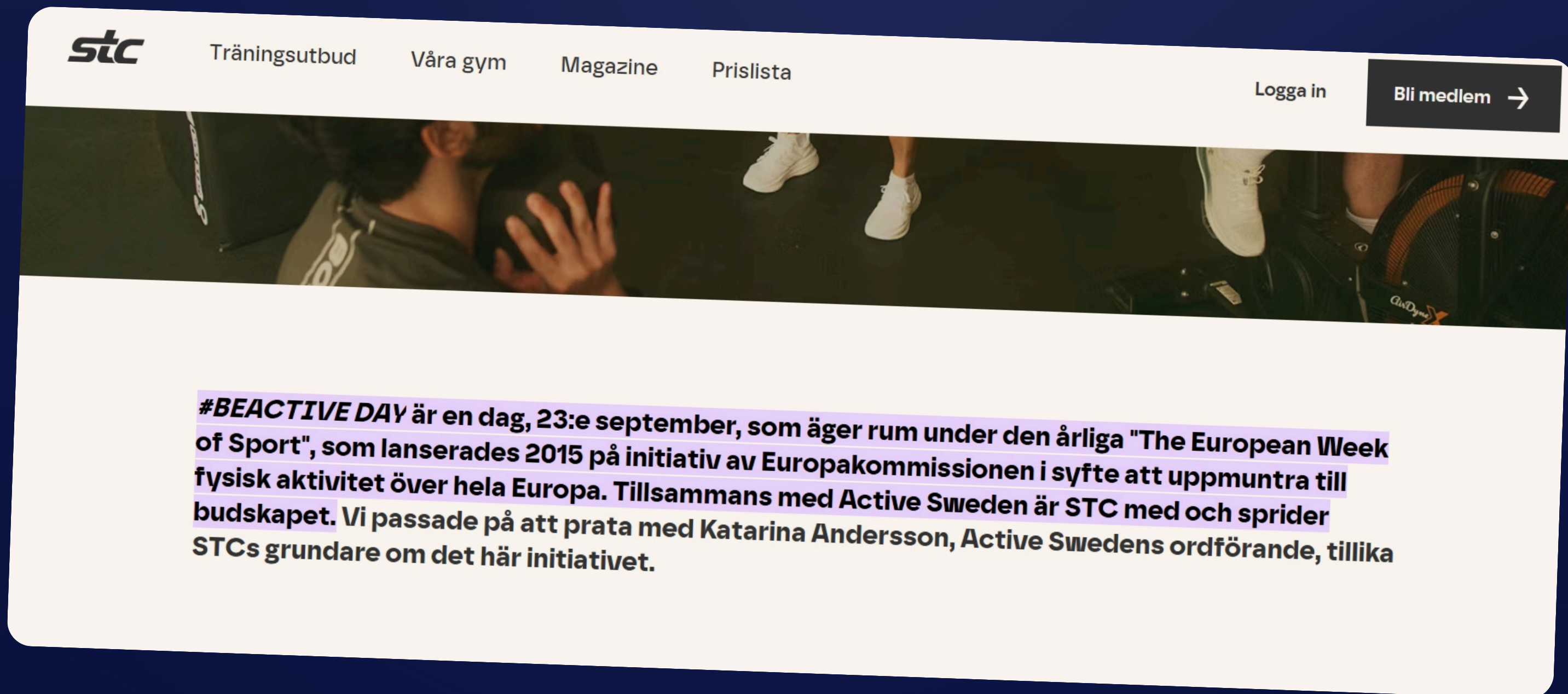
ACTIC [Bli medlem](#) [Välj anläggning ↕](#)  



Friskvårdsföretagen och Actic firar rörelseglädjen under **#BEACTIVEDAY** den 23 september

#BEACTIVEDAY är ett globalt initiativ som i år introduceras av Friskvårdsföretagen i Sverige, med fokus på att fira rörelse, hälsa och välmående. För att uppmuntra människor att omfamna en aktiv livsstil och uppleva rörelseglädjen engagerar vi på Actic oss genom att inspirera till

WEB PAGES



#BEACTIVE DAY är en dag, 23:e september, som äger rum under den årliga "The European Week of Sport", som lanserades 2015 på initiativ av Europakommissionen i syfte att uppmuntra till fysisk aktivitet över hela Europa. Tillsammans med Active Sweden är STC med och sprider budskapet. Vi passade på att prata med Katarina Andersson, Active Swedens ordförande, tillika STCs grundare om det här initiativet.

WEB PAGES

Form
GOTLAND

 BLI M

Beactive Day 23 september

Välkommen att träna på Form City och Form Visborg helt gratis under bemannade tider den 23 september. Gäller både gym och gruppträning.

PRESS RELEASE

Från stillasittande till rörelse - #BEACTIVE DAY 2025 sätter folkhälsan i fokus



TOR, SEP 18, 2025 09:46 CET

Den 23 september är det dags för #BEACTIVE DAY. Dagen genomförs över hela Europa och syftar till att uppmärksamma vikten av rörelse för att förbättra folkhälsan.

[Report this content](#)



SEMINAR HOSTED BY ACTIVE SWEDEN

