


Week 2:  Explore mindfully this week

ⓘ Denne meddelelse er blevet identificeret som uønsket mail. Vi sletter den efter 2 dage. [Det er ikke uønsket mail](#)
| [Vis blokeret indhold, og aktivér links](#)

 Oversæt meddelelsen til Dansk | [Oversæt aldrig fra Engelsk](#)



Komoot <notification@komoot.de>

Til: Dig



Man 08-04-2024 17:05

Week 2 Mindful adventures

A huge benefit of time outdoors is its mindful quality. It pulls you into the here and now, lifts you up, and provides a calming perspective.

[Find adventures](#)

<https://api.komoot.de/v007/mail/c?u=2879663609123&t=2403-springstreaks-week2-b&d=50...>