NRK Super inviterer alle idrettslag, klubber og toppidrettsutøvere til å danse BlimE-dansen!

**Vi danser for vennskap fredag 11. november**

BlimE er NRK Supers årlige vennskapskampanje. I utgangspunktet var dette en kampanje rettet mot barn, men de senere årene ser vi at stadig flere voksne også deltar. Både nødetatene, Hæren og regjeringen har tidligere deltatt i dansen. Vi opplever at BlimE-dansen blir brukt mer og mer på idrettsarrangementer og håper enda flere utøvere vil danse i år!

Hvert år lager vi en ny BlimE-sang, med tilhørende dans. Når vi danser sammen skaper vi felles minner og glede, og bedrer samholdet i gruppen.

Dette er en perfekt teambuildingsaktivitet, og det er helt gratis å delta!

**Årets BlimE-låt heter «**[**Den Ene**](https://tv.nrk.no/serie/blime/sesong/11/episode/2/avspiller)**» og synges av Selma Ibrahim.**

**Dansen dere lære dere** [**HER**](https://tv.nrk.no/serie/blime/sesong/11/episode/1/avspiller)**!**

I [NRK TV](https://tv.nrk.no/serie/blime/sesong/11) vil dere finne flere versjoner av BlimE-dansen, blant annet sangen på [samisk](https://tv.nrk.no/serie/blime/sesong/11/episode/3/avspiller), i [tegnspråkversjon](https://tv.nrk.no/serie/blime/sesong/11/episode/14/avspiller) og for [ASK-brukere](https://tv.nrk.no/serie/blime/sesong/11/episode/15/avspiller).

[BlimE-låta finnes på flere språk](https://tv.nrk.no/serie/blime/sesong/11/episode/4/avspiller), laget i forbindelse med den internasjonale delen av kampanjen «[Eurovision Kids Friendship campaign](https://www.ebu.ch/media/sayhi-eurovision-kids-friendship-campaign)»

Slik går dere fram for å delta:

* Øv på dansen frem mot den store BlimE-dagen. Kan dere ikke danse fredag 11.11, så gjør det ingenting hvis dere f.eks. danser noen dager/uker i forveien.  Det viktigste er å BlimE!
* Film gjerne dansen og send den inn til oss. Lenke til innsending ligger [HER](https://bidra.nrk.no/BlimE2022). (innsendingen åpner 31. oktober) BlimE er en vennskapskampanje og skal ikke brukes til egen kommersiell vinkling.
* Vi klipper sammen noen av de innsendte videoene til en reportasje som publiseres i NRK TV 11. november. Alle videoen som blir sendt inn til oss innen 30. november blir lagt ut på nettsidene våre.
* Legger dere ut BlimE-dansen i sosiale medier så tagg gjerne med #BlimeNRK #blimedansen #sayhi @nrksuper

**Vi håper dere vil BlimE!**

Har dere noen spørsmål? Kontakt: blime@nrk.no