

SUORITUSKORTTI

Ohje Euralaisille / Tulosta Suorituskortti ja kirjaa suorituksesi.

Palauta suorituskortti ti 3.12. mennessä liikuntatoimistoon

urheilutalolle os. Euran kunta, liikuntapalvelut, Eurantie 33, 27510

Eura tai lähetä kuva kortista sähköpostilla pia.malja@eura.fi

Liiku syksyllä

Merkitse kilometreinä päivittäinen liikkumisesi ajalta 1.9.-30.11.2024, seuraavilla liikkumistavoilla:

Kävely (K), sauvakävely (SK), retkeily (R), juoksu (J), suunnitus (S), pyöräily (P), maastopyöräily (MP),

melonta (M), uinti (U), frisbeegolf (F), rullaluistelu (RL), rullahiihto (RH), soveltava liikunta (SL)

viikko	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU	YHT.
35							/	
36	/	/	/	/	/	/	/	
37	/	/	/	/	/	/	/	
38	/	/	/	/	/	/	/	
39	/	/	/	/	/	/	/	
40	/	/	/	/	/	/	/	
41	/	/	/	/	/	/	/	
42	/	/	/	/	/	/	/	
43	/	/	/	/	/	/	/	
44	/	/	/	/	/	/	/	
45	/	/	/	/	/	/	/	
46	/	/	/	/	/	/	/	
47	/	/	/	/	/	/	/	
48	/	/	/	/	/	/	/	
							YHT.	

Nimi _____

Osoite _____

Sähköposti _____

Puhelin _____ Kylä _____

Työpaikka _____

Lisätietoa: liiku.fi/liikusyksylla