

Liiku Syksyllä SUORITUSKORTTI



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

Kävely (K), sauvakävely (SK), retkeily (R), juoksu (J), suunnistus (S), pyöräily (P),
maastopyöräily (MP), melonta (M), uinti (U), frisbeegolf (F), rullaluistelu (RL),
rullahiihto (RH), soveltava liikunta (SL)

Esim.
5 / R

Liikuntakortin palautus lähikirjastoon tai liikuntatoimiston postilaatikkoon (Perniöntie 7, Salo) 2.12.
mennessä. Kaikkien osallistujien kesken arvotaan palkintoja joulukuussa ja voittajille ilmoitetaan
henkilökohtaisesti. Mobiilisovellukseen kirjauksen tehneet osallistuvat automaattisesti arvontaan.
Lisätietoja liikunnanohjaaja Timo Saarelalta, timo.saarela@salo.fi

	vko	ma	ti	ke	to	pe	la	su	km yht.
SYYSKUU	35								
	36								
	37								
	38								
LOKAKUU	39								
	40								
	41								
	42								
MARRASKUU	43								
	44								
	45								
	46								
	47								
	48							kaikki yhteensä:	

Nimi _____

Osoite _____

Sähköposti _____

Puhelin _____