

100-vuotias Paltamon Urheilijat haastaa Sinut tänä keväänä liikkumaan 100 kertaa

Kun liikut vähintään **30 minuuttia** kerralla, voit merkitä liikuntakerran kortin taulukkoon.

Voit siis tehdä useampia suorituksia päivän aikana.

Tavoitteena on kerätä 100 liikuntasuoritusta **14.2.-13.5.2025** välisenä aikana.

Kutsumme kaikki liikuntakortin täyttäjät hiihtokauden päättäjäisiin to 15.5. klo 18.

Siellä osallistujien kesken arvotaan palkintoja. Voit myös palauttaa kortin päättäjäisissä.

○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○

Nimi: Puhelin:

Alaikäisen huoltajan nimi ja puhelin:

Voit palauttaa täytetyn kortin tai kuvan kortista kirjaston palautuslaatikkoon,
s-postilla **paltamonurheilijat@gmail.com** tai puhelimella **+358 44 788 8858**