Delta i DUV Sydösterbottens motionskampanj 

Kampanjtid 15.5-15.8 2025

Namn:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Utlottning av olika priser bland inlämnade motionslistor. Skanna och mejla din lista eller dina poäng/månad till sydosterbotten@duv.fi.

Dra ett streck i rutan för varje gång du motionerat, till exempel om du har promenerat, cyklat, kastat boll, städat, simmat, bowlat, varit på fysioterapi eller deltagit i sittdans mm. Huvudsaken att du rör på dig och eller är ute i friska luften. Minst sammanlagt 20 streck behövs för att delta i tävlingen.

|  |  |
| --- | --- |
| MAJ | Antal streck i maj |
|  |  |
| JUNI | Antal streck i juni |
|  |  |
| JULI | Antal streck i juli |
|  |  |
| AUGUSTI | Antal streck i augusti |
|  |  |