

**Osallistu Liikkuva Lokakuu –liikuntakuukauteen!** Kun olet päivän aikana liikkunut vähintään puoli tuntia, merkitse päivän kohdalle miten olet liikkunut. Kaikki liikunta lasketaan: kävely, pihatyöt ym. hyötyliikunta, metsästys ja kalastus, kotijumppa, jne. Osallistut arvontaan, kun merkintöjä on vähintään 15 päivänä ja palautat tämän lomakkeen kirjastossa olevaan Liikkuva Lokakuu -palautuslaatikkoon 11.11. mennessä. Arvonta suoritetaan seuraavana arkipäivänä. **Arvontapalkintona on ämpärillinen kahvipaketteja! Lisäksi arvotaan yllätyspalkintoja.**

# Liikkuva Lokakuu

RAUTAVAARA

Lokakuu

1 \_\_\_\_\_

17 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

18 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

19 \_\_\_\_\_

4 \_\_\_\_\_

20 \_\_\_\_\_

5 \_\_\_\_\_

21 \_\_\_\_\_

6 \_\_\_\_\_

22 \_\_\_\_\_

7 \_\_\_\_\_

23 \_\_\_\_\_

8 \_\_\_\_\_

24 \_\_\_\_\_

9 \_\_\_\_\_

25 \_\_\_\_\_

10 \_\_\_\_\_

26 \_\_\_\_\_

11 \_\_\_\_\_

27 \_\_\_\_\_

12 \_\_\_\_\_

28 \_\_\_\_\_

13 \_\_\_\_\_

29 \_\_\_\_\_

14 \_\_\_\_\_

30 \_\_\_\_\_

15 \_\_\_\_\_

31 \_\_\_\_\_

16 \_\_\_\_\_

Nimi \_\_\_\_\_

Puhelin \_\_\_\_\_

