



YLÖS JA ULOS - NYT KUNTOILEMAAN

Osallistut haastekilpaan rastimalla liikuntapäiväsi 1.3 ... 30.4.2015

Ilmoita suorituskerrat Erkki Siraiselle 7.5. mennessä puh. 0400 104 567 ersirai@gmail.com

Viikko	Ma	Ti	Ke	To	Pe	La	Su	Kertoja	
9	MAALISKUU 2015						1	☐	☐
10	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	8 ☐	☐	
11	9 ☐	10 ☐	11 ☐	12 ☐	13 ☐	14 ☐	15 ☐	☐	
12	16 ☐	17 ☐	18 ☐	19 ☐	20 ☐	21 ☐	22 ☐	☐	
13	23 ☐	24 ☐	25 ☐	26 ☐	27 ☐	28 ☐	29 ☐	☐	
14	30 ☐	31 ☐						☐	
HUHTIKUU 2015									
14			1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	☐	
15	6 ☐	7 ☐	8 ☐	9 ☐	10 ☐	11 ☐	12 ☐	☐	
16	13 ☐	14 ☐	15 ☐	16 ☐	17 ☐	18 ☐	19 ☐	☐	
17	20 ☐	21 ☐	22 ☐	23 ☐	24 ☐	25 ☐	26 ☐	☐	
18	27 ☐	28 ☐	29 ☐	30 ☐				☐	

Nimi

Kertoja yhteensä



YLÖS JA ULOS - NYT KUNTOILEMAAN

Osallistut haastekilpaan rastimalla liikuntapäiväsi 1.3 ... 30.4.2015

Ilmoita suorituskerrat Erkki Siraiselle 7.5. mennessä puh. 0400 104 567 ersirai@gmail.com

Viikko	Ma	Ti	Ke	To	Pe	La	Su	Kertoja	
9	MAALISKUU 2015						1		
10	2	3	4	5	6	7	8		
11	9	10	11	12	13	14	15		
12	16	17	18	19	20	21	22		
13	23	24	25	26	27	28	29		
14	30	31							
HUHTIKUU 2015									
14			1	2	3	4	5		
15	6	7	8	9	10	11	12		
16	13	14	15	16	17	18	19		
17	20	21	22	23	24	25	26		
18	27	28	29	30					

Nimi

Kertoja yhteensä