



AKTIVITETSKLIPPET

Fyll i en ruta varje gång du tränat minst 30 minuter. Det kan vara en promenad, onlineträning på vår hemsida eller vad som passar dig. När kortet är fullt, sparar du det för att fr o m augusti kunna byta in det mot en go'fika hos oss. Du kan fylla i flera kort; spara dem bara så kan det bli en härlig fikahöst!



DATUM AKTIVITET

DATUM AKTIVITET

NAMN & KORTNUMMER _____