

NURMES
VS. JUUKA

PORRASHAASTE

Kumpi kunta kerää enemmän askeleita kuntoportaissa?
Osallistu haasteeseen!

Tule mukaan ohjattuihin hyvän mielen porrastreeneihin, joissa jokainen liikkuu oman kuntotasonsa mukaan!

Aika: ti 23.6., to 25.6., ti 30.6., to 2.7., ti 7.7., to 9.7., ti 14.7., to 16.7.
klo 15-15.30

Paikka: Lystirinteen kuntoportaat, Suojärvenkatu 1, Nurmes
Säävaraus - ei treenejä kaatosateella/ukkosella.

Voit myös osallistua haasteeseen treenaamalla portailla itsenäisesti ajalla 22.6. - 31.7.2026. Muista merkitä suorituksesi kuntoportaiden välitasanteelta löytyvään vihkoon!

Haasteen voittanut kunta julkistetaan Lystirinteen kuntoportailla to 20.8. klo 16.30!
Tarjolla kylmää juomaa ja arvonta!

Lisätietoja: Hannele Elonvuo
puh. 040 104 5107



#mielen hyvinvointia kaikille

