 RSE:n Liikuntapassi 2025 - 2026

Nimi:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Seura:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Rastita ruutu (X) liikuttuasi reippaasti vähintään 30 minuuttia päivässä 1.10.2025 –
28.2.2026 aikana. Yksi rasti per päivä. **Palauta lomake seurallesi viimeistään 4.3.2026.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Päivä** | **Lokakuu2025** | **Marraskuu2025** | **Joulukuu2025** | **Tammikuu2026** | **Helmikuu2026** |
| **1** |   |   |   |   |   |
| **2** |   |   |   |   |   |
| **3** |   |   |   |   |   |
| **4** |   |   |   |   |   |
| **5** |   |   |   |   |   |
| **6** |   |   |   |   |   |
| **7** |   |   |   |   |   |
| **8** |   |   |   |   |   |
| **9** |   |   |   |   |   |
| **10** |   |   |   |   |   |
| **11** |   |   |   |   |   |
| **12** |   |   |   |   |   |
| **13** |   |   |   |   |   |
| **14** |   |   |   |   |   |
| **15** |   |   |   |   |   |
| **16** |   |   |   |   |   |
| **17** |   |   |   |   |   |
| **18** |   |   |   |   |   |
| **19** |   |   |   |   |   |
| **20** |   |   |   |   |   |
| **21** |   |   |   |   |   |
| **22** |   |   |   |   |   |
| **23** |   |   |   |   |   |
| **24** |   |   |   |   |   |
| **25** |   |   |   |   |   |
| **26** |   |   |   |   |   |
| **27** |   |   |   |   |   |
| **28** |   |   |   |   |   |
| **29** |   |   |   |   |   |
| **30** |   |   |   |   |   |
| **31** |   |   |   |   |   |
| **Yhteensärastia** |   |   |   |   |   |