



Höstlovs Utmaningen

Bege dig ut i naturen och hitta på skoj under höstlovet. Kryssa för **minst tre** aktiviteter som du gjort under tiden **17-21.10**. Skriv ditt namn på pappret, ta ett foto och **skicka senast tisdag 22.10** per:

- E-post till annmari.snickars@gmail.com
- WhatsApp till 044 323 8882

Bland alla våra skidjuniorer som deltar utlottas tre priser.
Prisutdelning sker första torsdagsträningen efter höstlovet.

Gör en
skogshinder
bana

Åka
rullskidor
eller skida

Klättra
uppför en
stor backe

Ta en skogs-
promenad
med en vän



Ut och
springa,
spurta 10 ggr

Ut i skogen
på picknick



Springa 100
trappsteg

Ta en kvälls-
promenad i
mörker

Gå med
stavar i
backe

Styrketräna
med en
vuxen



Ta en tur
med cykel

