



	månd	tisd	ons	tors	fred	lörd	sönd
Sept						23-sep	24-sep
	25-sep	26-sep	27-sep	28-sep	29-sep	30-sep	
Okt							01-okt
	02-okt	03-okt	04-okt	05-okt	06-okt	07-okt	08-okt
	09-okt	10-okt	11-okt	12-okt	13-okt	14-okt	15-okt
	16-okt	17-okt	18-okt	19-okt	20-okt	21-okt	22-okt
	23-okt	24-okt	25-okt	26-okt	27-okt	28-okt	29-okt
	30-okt	31-okt					
Nov			01-nov	02-nov	03-nov	04-nov	05-nov
	06-nov	07-nov	08-nov	09-nov	10-nov	11-nov	12-nov
	13-nov	14-nov	15-nov	16-nov	17-nov	18-nov	19-nov
	20-nov	21-nov	22-nov	23-nov	24-nov	25-nov	26-nov
	27-nov	28-nov	29-nov	30-nov			
Dec					01-dec	02-dec	03-dec
	04-dec	05-dec	06-dec	07-dec	08-dec	09-dec	10-dec
	11-dec	12-dec	13-dec	14-dec	15-dec	16-dec	17-dec
	18-dec	19-dec	20-dec	21-dec	22-dec	23-dec	24-dec
	25-dec	26-dec	27-dec	28-dec	29-dec	30-dec	31-dec

Kryssa för de datum du motionerat minst 20 minuter.

Första dragningen av priser sker 5 november, till det datumet ska du ha motionerat minst 33 tillfällen under september-oktober.

Andra dragningen av priser, för alla 100 dagarna, sker 7 januari, till det datumet ska du ha motionerat totalt minst 85 tillfällen.

Talongen skickas in senast den 4 november respektive 6 januari till ekaf@eskilstuna.se eller via internpost till EKAF Stadshuset Utvecklingsenheten västra flygeln plan 3.

**OBS!** Varje lördag har du möjlighet att ta en gemensam promenad i Kronskogen med andra deltagare. Anmälan till den promenaden sker via mejl till marie@mariefahlberg.se

Namn: \_\_\_\_\_

E-post: \_\_\_\_\_

Arbetsplats: \_\_\_\_\_