

Aurinkovuoren koululla,  
Nuorisopalvelujen tiloissa  
(Asikkalantie 12)



# MAKSUTON Kuntotestipäivä

**KE 24.8.2022**

**klo 13.00-16.00 ja 17.00-20.00**

(ilta-ajat suunnattu työikäisille)

VARAA AIKA\*  
NETISSÄ TAI  
PUHELIMITSE

**KUNTOKARTOITUS SISÄLTÄÄ**

- InBody-kehonkoostumusmittauksen
- Polar -leposyketestin
- puristusvoimatestin
- = kuntoindeksi, josta saat palautteen

*\*mahdollisuus  
pelkkään InBody  
-mittaukseen myös  
ilman ajanvarausta  
klo 13.00-16.00*

***lisätiedot & ajanvaraus:***

***[www.asikkala.fi/kuntotesti](http://www.asikkala.fi/kuntotesti)***

*tai puhelimitse 3.8.2022 alkaen  
Elise Kettunen 044 778 0773*



**TULOSSA**

Harrastemessut 24.8 klo. 17-20 liikuntahallin ja koulunmäen ympäristössä. Harrastemessuilla pääsee kokeilemaan ja tutustumaan Asikkalan harrastusmahdollisuuksiin monipuolisesti kaikenikäisille suuntautuen.