



Asikkala

LIIAKUNTAPALVELUT

OTA ASKEL HUIPULLE

PORRASHAASTE

Valloita tunturit
ja/tai Mount Everest

TULIN

KIIPESIN

VOITIN

MOUNT EVEREST-HAASTE

AURINKOVUOREN PORTAISSA!

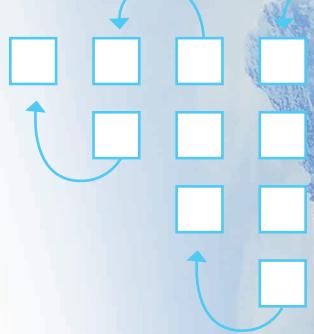
Maailman korkein vuori Mount Everest on **8848** metriä korkea.

Aurinkovuoren portaissa on nousua **40** metriä. Kipuamalla portaat ylös **222** kertaa olet noussut Mount Everestin huipulle.

Kuinka nopeasti vuoren valloitus onnistuu sinulta? Haasta myös kaveri mukaan!

Seuraava matkaasi värittämällä nousut tähän korttiin. Voit tehdä haastetta itsellesi sopivalla tahdilla. Reilulla neljällä nousulla vilkossa tavoitat huipun vuodessa!

MAALI!



PERUS-
LEIRI 4

PERUS-
LEIRI 3

PERUS-
LEIRI 2

PERUS-
LEIRI 1

Aloitus pvm:

= Yksi ruutu vastaa yhtä nousua Aurinkovuoren portaisissa (239 askelmaa = 40 m nousua).

LÄHTÖ!

TSEMPEPIÄ
MATKAAAN!

TUNTURIHAASTE

Lähde valloittamaan Aurinkovuori ja Suomen tuntureita lähiportaillasil!

Voit tehdä nousut kotona, kerrostalon rappukäytävässä tai missä tahansa portaissa.

Seuraa matkaasi värittämällä nousut tähän korttiin. Voit tehdä haastetta itsellesi sopivalla tahdilla.

= Yksi ruutu on 50 porrasta!

Halti 1324 m = 7800 porrasta

Saana 1028 m = 6000 porrasta

Ylläs 719 m = 4200 porrasta

Ruka 482 m = 2800 porrasta

Aurinkovuori 80 m = 500 porrasta

Korkeudet meren-pinnasta mitattuna.



HALTI

SAANA

YLLÄS

RUKA

AURINKO-VUORI

Aloitus pvm:



Asikkala