

Liikuntahaasteen suorituslomake

Vanhempi tai sisarus voi kuitata haasteen suoritetuksi, kun hän on nähnyt haasteesta videon, kuvan tai ollut seuraamassa haasteen suorittamista. Hyväksytyksi suoritukseksi lasketaan harjoitteiden suorittaminen. Kaikessa ei tarvitse onnistua täydellisesti: Pää asia on, että tulee hiki 😊.

Suorittajan nimi:

1. Haaste: Akrobatia Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

2. Haaste: Välineenkäsittely Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

3. Haaste: Metsäjooga Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

4. Haaste: Kotihommat Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

5. Haaste: Sprintgame-turnaus Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

6. Haaste: Oma kuntopiiri Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

7. Haaste: Eläinliikunta Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

8. Haaste: Tanssin opetteleminen Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

9. Haaste: Temppurata Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

10. Haaste: Hyppynaru Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

11. Haaste: Käsilläseisonta Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

12. Haaste: Tasapainoilu Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

13. Haaste: AMRAP Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊

14. Haaste: Tabata Perheenjäsenen kuittaus:

Kuinka onnistuin tehtävässä: 😊 😊 😊