Taas TRAMPATAAN
– tuhatta ja sataa!

Sadan toiston tuloslomake:

100 rappusta

Kävelkää tai juoskaa sata rappusta ylös yhdessä tai useammassa erässä, yksin tai ryhmänä. 100 rapun nousu = 1 piste. Montako pistettä saatte yhdessä kasaan?

NIMI	RAPPUSTA	NIMI	RAPPUSTA

Yhteensä rappusia _____ kpl

Yhteensä pisteitä _____ kpl
(100 rappusta = 1 piste)

Toimipisteen yhteyshenkilön nimi:

Puhelinnumero:

LIIKKEELLE.net saku

Taas TRAMPATAAN – tuhatta ja sataa!

Sadan toiston tuloslomake:

100 m saappaanheittoa

Nyt haastetaan käden vipuvoimat. Toteuttakaa haaste heittämällä porukalla saapasta. Laskekaa metrit yhteen, 100 metriä = 1 piste.

NIMI	METRIÄ	NIMI	METRIÄ

Yhteensä metrejä _____ kpl

Yhteensä pisteitä _____ kpl

(100 metriä = 1 piste)

Toimipisteen yhteyshenkilön nimi:

Puhelinnumero:

LIIKKEELLE.net saku

Taas TRAMPATAAN – tuhatta ja sataa!

Sadan toiston tuloslomake:

100 m vauhditonta pituutta

Kerätkää 100 metriä hyppäämällä vauhditonta pituutta. Kasatkaa iso joukko suorittajia! 100 metriä = 1 piste. Montako vauhditonta hyppyä tarvitaan 100 metriin?

NIMI	METRIÄ	NIMI	METRIÄ

Yhteensä metrejä _____ kpl

Yhteensä pisteitä _____ kpl

(100 metriä = 1 piste)

Toimipisteen yhteyshenkilön nimi:

Puhelinnumero:

LIIKKEELLE.net saku

Taas TRAMPATAAN – tuhatta ja sataa!

Sadan toiston tuloslomake:

100 koria

Tarkka käsi? 100 koria koriksen vapaaheittoviivalta, saavikoreja samalta etäisyydeltä tai 100 frisbeekoria 7 metristä. Heittäjiä voi olla useampikin. 100 koria = 1 piste.

NIMI	KOREJA	NIMI	KOREJA

Yhteensä koreja _____ kpl

Yhteensä pisteitä _____ kpl

(100 koria = 1 piste)

Toimipisteen yhteyshenkilön nimi:

Puhelinnumero:

LIIKKEELLE.net saku

Taas TRAMPATAAN
– tuhatta ja sataa!

Sadan toiston tuloslomake:

100 siirtoa

Mitä voimaa ammattialoillanne tarvitaan? 10 metrin "ammattialasiirron" viestissä voi siirtyä autonrengas, tarjotin täynnä tavaraa, kaulin... 100 siirtoa / viestivaihtoa = 1 piste.

NIMI	SIIRTOJA	NIMI	SIIRTOJA

Yhteensä siirtoja _____ kpl

Yhteensä pisteitä _____ kpl
(100 siirtoa = 1 piste)

Toimipisteen yhteyshenkilön nimi:

Puhelinnumero:

LIIKKEELLE.net saku