



**Liikkeelle!** 

**Vinkit Liikkeelle portaisiin:**

- **Käytä portaita hissien sijaan**
- **Tee päivän treeni portaissa**
- **Hyödynnä porrastreenivideoitamme, joita tullaan julkaisemaan Facebookissa ja Instagramissa**
- **Järjestäkää seuran kanssa viikottaiset porrastreenit**

**HAASTAMME  
KAIKKIA  
LÄHTEMÄÄN  
LIIKKEELLE  
PORTAISIIN  
HUHTIKUUSSA**

---

*Jaa oma porrastreenivinkkisi tai treenikuva hastageilla:  
#liikkeelleportaissa  
#hyvässäseurassa ja olet mukana tuotepaketin arvonnassa!  
(Huom. kuvan tulee olla julkinen, jotta olet mukana arvonnassa)*

