

# MOTIONERA & VINN!



Du kan även skriva ut Motionskortet från Nya Ålands hemsida!

## Nya Åland MOTIONSKORT

MOTIONERA 1.2–15.3.2021 och vinn presentkort!

1)	Datum: .....
3)	Datum: .....
5)	Datum: .....
7)	Datum: .....
9)	Datum: .....
11)	Datum: .....
13)	Datum: .....
15)	Datum: .....
17)	Datum: .....
19)	Datum: .....

2)	Datum: .....
4)	Datum: .....
6)	Datum: .....
8)	Datum: .....
10)	Datum: .....
12)	Datum: .....
14)	Datum: .....
16)	Datum: .....
18)	Datum: .....
20)	Datum: .....

Skriv datum i en ruta för varje gång du motionerat minst 30 minuter. Anteckna också vad du gjort, exempelvis promenad 2 km. När du fyllt i hela kortet och skickat in det till Nya Åland deltar du i dragningen av presentkort värda **100€**, **30€** eller **20€** från valfri annonsör på motionskortet. När motionskortet är fullt börjar du på ett nytt och ökar därmed din vinstchans! Motionskortet finns även på Nya Ålands hemsida. Eventuell vinstskatt betalas av vinnarna.

Ditt motionskort skickar du till Nya Åland, PB 21, 22101 MARIEHAMN eller lämnar in det till vårt kontor på Norra Esplanadgatan 1 i Mariehamn. Du har tid på dig att fylla i motionskortet 1.2–15.3.2021. Motionskortet bör vara Nya Åland tillhanda senast måndagen den 22.3.2021. **LYCKA TILL!**

Fyll i ditt namn och kontaktuppgifter här:

Namn: .....

Telefon: .....

E-post: .....



Samsung Galaxy Fit2 aktivitetsarmband

- 1,1" AMOLED-skärm i färg
- Spårar aktivitet, sömn och stress
- 50m vattenresistens, Bluetooth 5.1

214832/ 214834

59,-

**ELGIGANTEN**

**TRÄNINGSTVERKET™**

GYM - GRUPPTRÄNING - PERSONLIG TRÄNING  
KURSER - WORKSHOPS - MEDLEMSVÅRD



Nyckelgym alla dagar kl 04-24

För att du ska lyckas med din träning!

- Medlemsvård - Drop in på klasser - Barnpassning
- Mysig lounge - Medlemsfrukost
- Brett utbud för ALLA åldrar
- Gemenskap och fantastisk stämning

Handelslänken 1, Jomala | Tel. 23 003  
info@traningsverket.fi | www.traningsverket.fi

LIVE AN INSPIRED LIFE THROUGH FITNESS

**OPEX**  
ÅLAND

BOKA DIN

**KOSTNADSFRIA KONSULTATION**

OPEXALAND.COM

### RESULTS

Träningsprogram utformat för att ta dig från var du är till dit du vill nå.

### RELATIONSHIPS

Träffa och träna med likasinnade människor. Skapa relationer och minnesvärda stunder.

### FUN

Gör träningen till din bästa timme av dagen.



**TRÄNA TRÄFFAS & TRIVS**



- Största och bredaste träningsutbudet på Åland
- 2 gym • Live och virtuella gruppträningspass
- FoodBox • Personliga Tränare • Alltid nyheter m.m.

**avancia**  
TRÄNA, TRÄFFAS & TRIVS

Neptunigatan | Torggatan | info@avancia.ax | www.avancia.ax

OPEXALAND.COM - VERKAREGRÄND 4, MÖCKELÖ