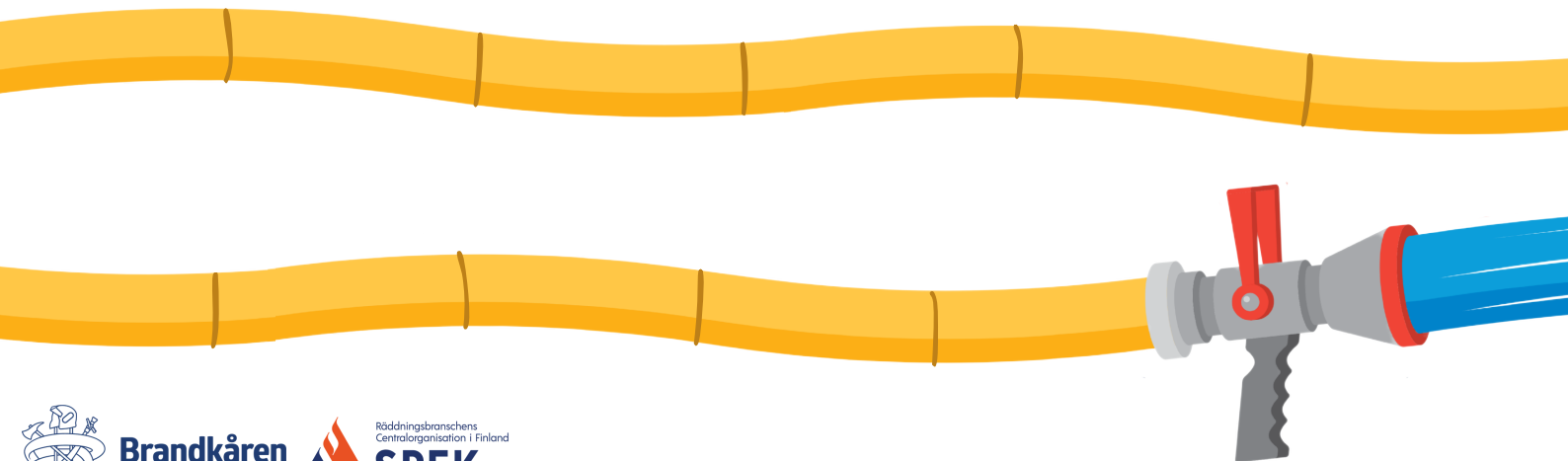


TRÄNINGsutmaning för BRANDKÅRSUNGDOMSAVDELNINGEN



Kryssa för eller färglägg slangbiten när ni har gjort någon av motionsprestationerna nedan under övningarna.

- Vi lekte hipa
- Vi gjorde en fysisk övning
- Vi hittade på en egen rörelselek
- Vi var och simmade
- Vi dansade
- Vi var på utflykt
- Vi höll övningen utomhus
- Vi lekte brännboll
- Vi gjorde en cirkelträning
- Vi lekte kurragömma
- Vi övade slangutläggning på ett fysiskt sätt
- Vi genomförde Palokuntoon-veckans övning
- Vi gymnastiserade
- Vi åkte pulka
- Vi orienterade
- Vi gjorde Junior FireFit-banan
- Vi övade materialkännedom på ett fysiskt sätt
- Vi utvecklade en egen rörelseutmaning och utmanade andra att delta
- Vi spelade bollspel
- Vi gjorde något annat fysiskt under övningarna



Brandkåren



Räddningsbranshens
Centralorganisation i Finland

SPEK