

UUSI VUOSI – UUSI MINÄ

Selvitä lähtötasosi!



KUNTOTESTAUSTAPAHTUMA

ma 13.1.2020 klo 15.00–17.30

Kouvolan jäähalli, Lumon areena

Taphtuman aikataulu:

- **6 minuutin kävelytesti (5,50 €)** klo 15.15
- **Cooper-testi (5,50 €)** klo 15.30 ja 17.10
- **UKK-kävelytesti (9 €)** klo 16.00 ja 16.40
- **InBody-kehonkoostumusmittaus (20 €)** klo 15.00, 15.15, 15.30...17.15
- **Puristusvoimamittaus, nonstop** klo 15.00–17.30

Tule kävely- ja Cooper-testeihin **15 min. ennen testin alkua.**

Tarkemmat tiedot tapahtumasta, hinnasto sekä ennakoilmoittautumiset
www.liikkuvakouvola.fi/testaus.

Taphtuman järjestää Kouvolan kaupunki yhteistyössä Kymenlaakson Liikunta ry:n kanssa.

AINA LÖYTYY SYITÄ LIKKUA.