

Kauden 2019-2020 liikkuvien klubien kilpailu.

Kauden 2019-2020 teemaan ” Kunnan vuosi-Lionina ” liittyen käynnistetään C-piirin klubien välillä **Kuntoilukisa**.

Kilpailuaika alkaa **1.11.2019** ja päättyy **31.3.2020**. Kilpailussa klubit keräävät liikuntapisteitä. Pisteitä saa kaikenlaisesta lihasvoimalla tehdystä liikunnasta. Pisteitä saa tunnin liikunnasta ja puoli pistettä jos tunti ylitetään puolella tunnilla. Esim. puolitoista tuntia = 1,5 pistettä. Ajan ei tarvitse täytyä kerralla. Minimikirjaus on tunti päivässä. Liikunnaksi katsotaan myös hyötyliikunta eli siivoaminen, pihatyöt ym.

Klubilaiset ilmoittavat oman klubinsa sihteerille kuukausittain omat liikuntapisteensä. Sihteeri ilmoittaa kilpailun loputtua klubin yhteispisteet piirikuvernöörille 5.4.2020 mennessä. Samalla sihteeri ilmoittaa klubin sen hetkisen jäsenmäärän ilman etuoikeutettuja jäseniä. Etuoikeutetut jäsenet kirjataan jäsenmäärään vain jos he osallistuvat klubin yhteispisteiden keräämiseen. Lopputulos muodostuu siten, että kokonaispistemäärä jaetaan sihteerin ilmoittamalla jäsenmäärällä. Voittaja palkitaan huhtikuun vuosikokouksessa. Jos kilpailuun liittyen on jotain kysyttävää niin ottakaa yhteyttä joko piirikuvernööri Hannu Herttiin hannu.hertti@lions.fi puh. 0405037354 tai lohkonpuheenjohtaja Antti Alholaan antti.alhola@lions.fi puh. 040 617375. Lisätietoa yleisistä liikuntasuosituksista saa UKK-instituutin kotisivuilta www.ukkinsituutti.fi . Kannattaa käydä tutustumassa.