



Kuntatiedote

helmikuu 2026



Ajankohtaista

✦ Rakennusluvut sähköisesti 2026

Vuodesta 2026 alkaen rakennusluvut haetaan Lestijärvellä sähköisesti. Lisätietoa kunnan sivuilta tai rakennustarkastajalta.

✦ Yksityisteiden aurausavustukset

Aurausavustuksia voi hakea 1.3.–30.4.2026 Tievahtiverkkopalvelun kautta.

✦ Talous- ja jätevesimaksut nousevat

Uudet hinnat astuvat voimaan 1.4.2026. Manuaalimittarien lukemat toimitettava 31.3. mennessä.

✦ Vähäiset puunkaadot kaava-alueilla

Tekninen lautakunta hyväksyi muutokset vähäisiin puunkaatoihin asemakaava- ja rantakaava-alueilla.

✦ Yksityistieavustusten maksut 2025

Teknisiä ongelmia maksujen käsittelyssä. Kysy tarkempaa tietoa tekniseltä johtajalta.

Lisätietoa Lestijärven kunnan verkkosivulta Ajankohtaiset -osiosta.

Linkki: <https://lestijarvi.fi/>

Kirjasto

Maanantain aukioloaikoihin tulee muutos. Kirjasto avautuu ja sulkeutuu jatkossa kaksi tuntia aiemmin. Uudet aukioloajat ovat voimassa **9.2.2026 alkaen**

Uudet aukioloajat: Omatoimikirjasto avoinna

Ma 10.00-16.00

ma-pe 8-21

Ti 10.00-15.00

la-su 10-18

Ke suljettu

To 11.00-18.00

Pe 10.00-15.00

Kirjasto suljetaan to 5.2. jo klo 17.45!

Palvelutiski kiinni 13.2.2026, henkilökunta koulutuksessa.

Keski-Pohjanmaan omaishoitajat ry järjestää kirjastossa OivaHetki-päivystystä **tiistaina 17.2.2026 klo 12.30-14.00**.

Passikuvaus 26.2. klo 13.00-14.00

SAKOTON VIIKKO 9. -13.2.2026. Kirjastossa vietetään sakotonta viikkoa koko viikko! Viikon aikana voi palauttaa myöhässä oleva aineisto ilman myöhästymismaksuja ja mikäli maksuja on päässyt kertymään, ne voi käydä kirjastossa henkilökohtaisesti kuittaamassa pois.

Digitukea Lestin kirjastolla

Digitukea ja -ohjausta tarjolla digilaitteiden sekä digitaalisten palvelujen käyttöön ja käyttöönottoon. Digitukihenkilö on paikalla ilman ajanvarausta helmi-maaliskuussa parittomina viikkoina **torstaisin klo 12.00-14.00**.

Digitukipäivät

12.2.

26.2.

12.3.

26.3.



Vapaa-aikatoimi

vapaa-aikatoimi
liikunta – nuoriso – kulttuuri
@lestijarven_vapaa_aikatoimi @visitlestijarvi

LIIKUNTA

LASTEN LIIKKARI 4-8v torstaisin klo 16.30-17.30

Lasten liikkari sisältää mm. motoristen taitojen harjoittelua, temppuratoja ja leikkejä. Ohjaajana Emma.

LIIKUNTANEUVONTAA KESKI-POHJANMAAN MAASEUTUKUNTIIN –HANKE LESTIJÄRVELLÄ

Liikuntaneuvontahanke sai uuden rahoituksen ja jatkuu vuoden 2026 loppuun! Liikuntaneuvoja antaa opastusta liikunta-asioissa kaikenikäisille ja ennen kaikkea uusille liikkujille. ”Liikuntaneuvontaa K-P:n maaseutukuntiin” -hanke on viiden kunnan yhteishanke, jolla pyritään lisäämään arkiliikuntaa erityisesti vähäisesti liikkuvien työikäisten, eläkeläisten ja lapsiperheiden keskuudessa. Tervetuloa mukaan!

Liikuntaneuvoja on taas maaliskuusta lähtien Lestijärvellä joka toinen viikko ja häneltä voit varata henkilökohtaisen liikuntaneuvonta-ajan, kuntosalipastuksen tai osallistua liikuntaneuvonnan ohjattuihin ryhmiin. Voit myös toivoa liikuntaohjauksia kevääksi ja ensi syksyksi.

sähköpostilla tai soittamalla:

Salla Valo

0401535878

salla.valo@toholampi.fi

Vapaa-aikatoimi

LUMIKENKIEN VUOKRAUS

Vuokraa lumikengät Lestijärven kunnan verkkokaupasta https://lestijarvenkunta.johku.com/fi_FI/valinevuokraus ja lähde nauttimaan talvisesta luonnosta. Vuokrattavissa on 6 paria aikuisten lumikenkiä ja 8 paria lasten lumikenkiä. Lisätietoja vapaa-aikatoimesta 050 4437023.

LIIKUNNALLISET KAMPANJAT

TALVILIIKUNTAKAMPANJA 1.1. – 31.3.2026

Suoritusvihkoihin merkitään hiihdetyt kilometrit tai rastitetaan kohta muu ulkoliikunta, jos liikuntasuoritus on kestänyt vähintään 30 min. Suoritusvihoista lasketaan myös latujen käyttöasteet. Kaikkien suorituksensa merkanneiden kesken arvotaan lahjakortti sekä muita tuotteita. Suoritusvihot löytyvät kuntolaatikoista, perinteisiltä paikoilta.

MAALISKUUN ULKOLIIKUNTAKAMPANJA

Kaustisen seutukunnan kuntien vapaa-aikatoimet, sekä Perho järjestävät yhdessä ulkoliikuntakampanjan. Kampanjan aikaväli on maaliskuussa 1.3.–31.3.2026. Kaikenlaiset ulkoliikuntamuodot (hyötyliikunta, lenkkeily jne.) hyväksytään. Osallistua voit siis vaikkapa esim. lenkkeilemällä, kolaamalla lunta tai vaikka hiihtämällä.

Merkkaa suorituskorttiin yhteystietosi, ulkoliikuntaan käyttämäsi aika ja maaliskuun päätteeksi laske liikuntatunnit yhteen. Vapaa-aikatoimet arpoivat kaikkien osallistuneiden kesken Intersportin lahjakortin! Osallistujakortti löytyy maaliskuun kuntatiedotteesta sekä kirjastosta tai kuntosalilta. Palauta täytettynä **tiistaihin 7.4.2026** mennessä vapaa-aikasihteerille tai kunnantoimiston oven vieressä olevaan lukolliseen postilaatikkoon.

KULTTUURI

LESTIJOKILAAKSON KUNTIEN JA YHDISTYSTEN ILTA ke 18.2.2026 klo 18-20 Lestin koululla

Tapahtuma alkaa kahvitarjoilulla klo 17.30.

- Tervetulosanat Lestijärven kunta
- KP kylät – kuulumiset ja ajankohtaiset koulutukset, Miia Tiilikainen
- Kosti ry – kuulumiset ja Lähellä.fi palvelun esittely
- Kaustisen seutukunta – seutukunnan ja KP24 tapahtumakalenterien käyttö, Anu Kauppila
- Kaustisen seutukunnan Kuidut käyttöön -hanke – maksupäätteiden käyttö, Jorma Ronkainen

Kirjataan yhdistysten toiveita ja tarpeita, mietitään yhteistyön paikkoja sekä verkostoidutaan hyvässä seurassa. Ilmoittautumiset ma 16.2.2026 mennessä

<https://forms.gle/ikLYR5TFuEKWd87A8>

Järj. Lestijärven, Kannuksen ja Toholammin kunnat

LESTIJÄRVEN KUNNAN HYVINVOINTIKYSELY – hyvinvointi ja vaikuttamismahdollisuudet Lestijärvellä

Lestijärven hyvinvointisuunnitelma vuosille 2026-2030 on valmisteilla ja asukkaita halutaan kutsua mukaan suunnitelman tekemiseen ja kuulla mitä kunnan järjestämiä palveluja ja olosuhteita pidetään tärkeinä oman hyvinvoinnin ylläpitämisessä ja edistämisessä.

Lestijärven kunta kartoittaa hyvinvoinnin tilaa, vaikuttamismahdollisuuksia ja kehittämistarpeita. Miten voimme vahvistaa hyvinvointia, millaisia hyvinvointipalveluja ja toimia kaivataan ja miten kuntalaiset haluaisivat osallistua sekä vaikuttaa kunnan päätöksentekoon.

Kyselyyn vastaaminen on täysin anonyymia, eikä yksittäisiä vastaajia voida tunnistaa. Vastauksia hyödynnetään kunnan hyvinvointityössä ja palvelujen kehittämisessä.

Vastausaikaa 28.2.2026 saakka.

<https://formbox.fi/e-form/fi/lestijarvi/fee4969ac2?fp=0>



Seutukunta



Kaustisen seutukunta kehittää yhteistä kotiseutuamme. Olemme kuntien yhteistyömalli, kehittämistyökalu, osa laajaa ja monipuolista yhteistyöverkostoa. Tarjoamme mm. yritys- ja työllisyyspalveluita, haemme kehittämisrahoitusta ja toteutamme aluekehityshankkeita. Lue lisää kaustisenseutu.fi

LinkedIn mielessä, mutta et oikein tiedä mistä aloittaa? Tuu mukaan linjoille!

Teams-koulutuksesta saat käytännön vinkit mm. verkostoitumiseen, työnhakuun ja rekrytointiin.

✓ 24.2. klo 9–10: LinkedIn yrityksille

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: kaustisenseutu.fi/tiedotteet/linkedin-koulutukset/

Koulutukset järjestää Euroopan Unionin osarahoittama Kuidut käyttöön -hanke.



**Euroopan unionin
osarahoittama**

Tervetuloa Biohiili ja pyrolyysinesteet – uutta voimaa maa- ja karjatalouteen –seminaariin

Aika ja paikka: Ti 17.2.2026 klo 09.45–13.00, lounaskahvila Kotikuluma, Halsua

Tässä seminaarissa kuulet, miksi biohiili ei ole enää kokeilu – vaan ajankohtainen ja vaikuttava ratkaisu maa- ja karjatalouteen juuri nyt.

Ilmoittautumiset tilaisuuteen viimeistään tiistaina 10.2.2026: <https://kaustisenseutu.fi/tapahtumat>



**Euroopan unionin
osarahoittama**



KESKI-POHJANMAAN LIITTO
MELLERSTA ÖSTERBOTTENS FÖRBUND

Soite



soite

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue
Mellersta Österbottens välfärdsområde

Tarmoa-verkkopalvelu kokoaa yhteen alueen toimijoiden tapahtumia ja aktiviteetteja

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soite tarjoaa asukkaalleen helpon tavan löytää eri toimijoiden palveluja Tarmoa-verkkopalvelun kautta. Tarmoa kokoaa yhteen alueen hyvinvointialueen, kuntien, seurakuntien ja järjestöjen tarjoamia hyvinvointia ja terveyttä edistäviä palveluja, tapahtumia sekä aktiviteetteja.

Tarmoa-verkkopalvelusta löytyy monipuolisesti neuvoja ja palveluita eri aiheista:

- Liikuntapalvelut ja liikkumisen edistämisen palvelut
- Lähiluonnossa liikkumisen mahdollistamisen palvelut ja toiminta
- Ravitsemus ja uni: terveellisen ravitsemuksen edistämisen palvelut ja toiminta
- Toimeentulo, työ, opiskelu ja asuminen
- Luovuus, taide- ja kulttuuriharrastaminen
- Mielenterveyden ja mielenterveystaitojen edistämisen palvelut ja toiminta
- Sosiaali- ja terveydenhuollon ohjaus, neuvonta ja tukipalvelut
- Yhteisöllisyys, vaikuttaminen ja sosiaaliset suhteet

Tarmoa-verkkopalvelun sisältöä kehitetään ja laajennetaan jatkuvasti yhteistyössä kuntien, seurakuntien, järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa.

Tutustu Tarmoaan osoitteessa tarmoa.fi!

Yhdistykset

Yli-Lesti-seura r.y. tiedottaa

la 21.2.2026 kylpylä-/keilailureissu Härmän Kylpylään

Lähtö Yli-Lestiltä klo 9. Perillä oloaika 3-4 tuntia.

Retkeen sisältyy: kylpyläkäynti ja buffetruokailu tai vaihtoehtoisesti keilailu ja buffetruokailu.

Osallistumisen omavastuu:

- 30 €/aikuinen seuran jäsen ja 40 €/aikuinen, ei jäsen
- 20 €/lapsi (4-12 v) seuran jäsen ja 30 €/lapsi (4-12 v), ei jäsen
- omavastuu maksetaan ennakoon, viimeistään bussimatkan aikana.

Sitovat ilmoittautumiset 12.2.2026 mennessä Arja Lindbomille (arja.lindbom@gmail.com, tai 0407355479) tai

Marketta Similälle, marketta.simila@kase.fi, p. 044-0638342.

Matkan toteuttaminen edellyttää 30 lähtijää.

Kaikille avoin päiväkahvivilaisuus

tiistaina 10.2.2026 klo 12-14 Yli-Lestin työväentalolla

Yhdessäoloa kahvikupposen ääressä. Tavataan toisia, muistellaan menneitä ja mietitään tulevaisuutta rennossa ilmapiirissä. Katseltaisiinko joskus vanhoja valokuvia, haluaisitko pelata muistipelejä tai -kortteilla, "myllyä", jätjän shakkia tms.

vai ollaanko vaan yhdessä ja jutellaan? Kaikki mielipiteet ovat arvokkaita, tule ja vaikuta!

Kaikille avoin päiväkahvivilaisuus

tiistaina 3.3.2026 klo 11 Yli-Lestin työväentalolla

Harjoitellaan digiasioita Kuidut käyttöön -hanketyöntekijä Santtu Lehdon opastuksella.

Päivän aihe-ehdotuksena joku näistä:

videot ja editointi puhelimella, luontopolut ja kohteet Google mapsiin, tekoäly apuriksi arkeen tai digitaalinen varautuminen/ huijaukset.

Kerro helmikuussa Marketalle, p. 044-0638342, mikä näistä olisi päivän aihe.

Jos näistä mikään ei sovi sinulle, voit tulla kahvittelemaan ja tapaamaan muita. Voidaan olla kahdessa eri huoneessa häiritsemättä muita.

Entisten ja nykyisten ylilestiläisten tapaaminen

la 11.7.2026 Yli-Lestin työväentalolla?

Yli-Lestille suunnitellaan entisten ja nykyisten ylilestiläisten tapaamista Lestin viikolle. Tapaamista ideoimaan tarvitaan hallituksen avuksi muita henkilöitä. Voisitko sinä olla yksi heistä? Ilmoita kiinnostuksestasi Marketta Similälle, Timo Tuikalle tai Pentti Untiselle.

Yhdistyksen jäsenyys

Yhdistyksen jäseneksi pääsee maksamalla jäsenmaksun, joka on 5 e/henkilö tänä vuonna.

Jäsenmaksu maksetaan tilille: FI 91 5471 1240 0074 08. Saaja: Yli-Lesti-seura r.y. Viitetietoihin jäsenten nimet.

Jäsenmaksun voi maksaa myös käteisellä yhdistyksen järjestämissä tilaisuuksissa.

Yhdistysten Pop Up perhekahvila

Perhekahvila avoinna helmikuussa torstaisin ja lauantaisin klo 11-14. Tule nauttimaan päiväkahvit ja jutustelemaan ajankohtaisista asioista.

Kahvilan teemapäivät:

- la 7.2. keittolounas
- la 14.2. Ystävänpäivän soppapöytä: maistelu ja ripotebaari – minttuinen hernesosekeitto, kolmen sipulin perunakeitto, maapähkinäkeitto
- la 21.2. keittolounas
- to 26.2. keittolounas

Maksuvälineenä käteinen tai MobilePay.

Lestijärven yhdistykset



Yhdistykset



Eläkeliiton Lestijärven yhdistys ry

Vapaaehtoisia tarvitaan

Yhdistys on mukana Lestijärven yhdistysten kahvilatoiminnassa. Kahvila on yhteinen juttupaikka, jonne voi tulla tapaamaan toisia ja vaihtamaan kuulumisia. Mahdollisuus pelata lautapelejä ym. Se on avoinna torstaisin ja lauantaisin klo 11-14 ja siellä on tarjolla kahvia ja pientä purtavaa. Ostopakkoa ei ole. Jos olet vähänkin kiinnostunut näistä tehtävistä, ota yhteys, p. 044-0638342/Marketta.

Helmikuun tapahtumia:

La 7.2.2026 klo 11 -14 Pop up -kahvila avoinna, vastuuvuoro EL Lestijärvi

Paikka: ns. luonnontuoteasema Lestintien varrella

Tule tapaamaan toisia, vaihtamaan kuulumisia, pelaamaan pelejä ym.

Myytävänä kahvia sekä suolaista ja makeaa syötävää.

ti 17.2.2026 klo 13.00 -15 PÄIVÄKAHVITILAISUUS Lestijärven kirjastossa **TURVALLINEN LÄÄKEHOITO KOTONA**

Kahvitarjoilu klo 13–13.30. Turvallisesta lääkehoidosta luennoi Lestijärven apteekkari Tarja Iso-Junno.

Ilmoittautumiset 13.2. mennessä p. 040 765 3327/Tuula.

Yhteistyökumppanina: Keski-Pohjanmaan Omaishoitajat ry/Tuula Koivusaari.

ke 18.2.2026 klo 15 -17 Digneuvontaa kunnanvirastossa (maksuton)

- klo 15 nettiyhteyden jakaminen kännykästä toisiin laitteisiin
- klo 16 tietoturvan jakamien eri laitteisiin, tekoälyn hyödyntäminen

Myös muut aiheet mahdollisia.

Ilmoita toiveesi viimeistään 12.2. p. 044-0638342/Marketta

Opettajana Jorma Ronkainen

Eläkeliiton Lestijärven yhdistyksen KEVÄTKOKOUS

Lestijärven kunnanvirastossa

Aika : to 19.2.2025 klo 13.00. Kahvitarjoilu klo 12.30-13.00

Paikka: Lestijärven kunnanvirasto

Esillä sääntömääräiset asiat. Tervetuloa.

Teatteriretki Tampereelle 6.-7.3.2026

Eläkeliiton Toholammin yhdistys järjestämälle retkelle myös lestiläiset jäsenet ovat tervetulleita. Matkaan sisältyy Esko Roineen tähdittämänä teatteriesitys Isä sekä lisäksi matka, yöpyminen hotelli Tornissa kahden hengen huoneessa, ruoka ja kahvi. Hinta 289 e/hlö, jos lähtijöitä on 30. Lisätietoja p.050-3257 466/Maija.

Syrin Maa-ja kotitalousseura

SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN VUOSIKOKOUS

To 19.02.2026 klo 18.30

Toholammintie 1046.

Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Aukioloajat ja yhteystiedot



Kunnanvirasto

Kunnanjohtaja	Päivi Rautio	040 1591 584
Hallintojohtaja	Ossi Mäkinen	040 5644 614
Hallinto- ja taloussihteeri	Kätlyn Tamm	040 5561 588
Tekninen johtaja	Mika Rajaniemi	040 1397 264
Vt. rakennustarkastaja	John Nyman	040 6835 713
Toimistosihteeri	Jaana Peritalo	040 5852 717
Nuoriso- ja vapaa-aikasihteeri	Niina Tiala	050 4437 023
Kiinteistöpäivystys		044 0299 511



Kirjasto

Asiakaspalvelu	Omatoimiaika
ma 10-16	ma-pe 8-21
ti 10-15	la-su 10-18
ke suljettu	
to 11-18	
pe 10-15	
Kirjastovirkailija	
Tiina Liimatainen	040 6504 237



Koulutoimisto

Sivistys- ja hyvinvointijohtaja	Marjaana Typpö	044 0540 839
Varhaiskasvatuspäällikkö	Maria Tofferi	050 5370 089
Toimistosihteeri	Tiina Pollari	040 6504 231
Sähköposti osoitteella: etunimi.sukunimi@lestijarvi.fi		



Terveyskeskus

ma-to 9-15.30	Terveyskeskus	040 804 2000
Puhelinaika	Hammashoitola	06 828 7400
ma-pe klo 8.00-16.00	Laboratorio ajanvaraus	020 619 8019

Soiten yhteispäivystyksen numero on 116117
Numerosta saat neuvoa äkillisiin terveydellisiin ongelmiin
vuorokauden ympäri

Lestijärven apteekki

ma-ti klo 9 - 16.30
ke suljettu
to-pe klo 9-16:30
Puhelin: 0400 209 374



Ruokajakelu

12.2 klo 16-17
26.2 klo 16-17
Helluntaiseurakunta
Lestintie 37

Vesilaitosten

päivystysnumero

Lestijärven kunnan vesilaitos
puh. 044 0299 511
Yli-Lestin Vesiosuuskunta
puh. 044 2485 039

Likakaivojen

tyhjennykset

Hyvempi-Kyyti, Mika Piispanen
0400-308520

Linja-autovuorot

7.8.2025-31.5.2026



	koulup		koulup
Yli-Lesti	7.20	Kokkola	13.45
Lestijärvi	7.30	Kannus	14.25
Toholampi	8.20	Toholampi	15.00-15.10
Kannus	8.45	Lestijärvi	15.55
Kokkola	9.25	Yli-Lesti	16.05

koulup - koulupäivinä maanantaista perjantaihin
Hinnastot, aikataulut ja lisätietoa: <https://wiimax.fi/linjaliikenne/>



Tilaa Kelan korvaama taksimatka Keski- ja Pohjois-Pohjanmaalla numerosta
0800 933 77 tai **0800 415 720**

Vain näistä numeroista tilatusta matkasta voit saada korvauksen

Lestijärven tuulipuiston hankekuulumiset

Tässä tiedotteessa kerromme Lestijärven tuulipuistohankkeen tuoreimmat kuulumiset.

Mitä hankkeessa tapahtuu tällä hetkellä ja seuraavaksi?

- Lestijärven tuulipuistohanke on valmistunut ja luovutettu omistajilleen. Tuulipuiston omistaa kotimaisten energiayhtiöiden Kymppivoiman, Oulun Energian ja Kuopion Energian muodostama yhteenliittymä. Voit lukea tiedotteen hankkeen valmistumisesta [täältä](#). OX2 vastaa jatkossa tuulipuiston teknisestä ja taloudellisesta hallinnoinnista.
- Hankkeen yhteyshenkilönä OX2:lla toimii nyt kaupallinen päällikkö Katja Alalauri, jonka yhteystiedot löydät hankkeen verkkosivuilta [täältä](#). Hankkeen rakennustiimi kiittää lämpimästi lestijärveläisiä yhteistyöstä hankkeen rakennusvuosien aikana!



Lestijärven tuulipuisto. Kuva: OX2/Joonatan Suokas

OX2 on uusiutuvan energian yhtiö, joka kehittää, rakentaa, hallinnoi ja omistaa tuuli- ja aurinkopuistoja. Meillä on johtava asema laajamittaisen maatuulivoiman rakentajana Suomessa. Lisätietoja: www.ox2.com/fi.



Maaliskuun ulkoliikuntakampanja



Kaustisen seutukunnan kuntien vapaa-aikatoimet,
sekä Perho järjestävät yhdessä ulkoliikuntakampanjan.

Kilpailun aikaväli on maaliskuussa 1.3.–31.3.

Kaikenlaiset ulkoliikuntamuodot (hyötyliikunta, lenkkeily) hyväksytään.

Osallistua voit siis vaikkapa esim. kolaamalla lunta tai hiihtämällä.

Merkkaa osallistujakorttiin yhteystietosi, ulkoliikuntaan käyttämäsi aika ja maaliskuun päätteeksi laske liikuntatunnit yhteen. Vapaa-aikatoimet laskevat myöhemmin, miten pitkälle liikuntaan käytetyllä ajalla kunnat liikkuvat ja parhaiten liikkunut kunta palkitaan (keskivertoaikuinen liikkuu tuntiin n. 5,4 km matkan).

Katsotaan mikä kunta pääsee pisimmälle!

Vapaa-aikatoimet arpovat kaikkien osallistuneiden kesken

100 €:n lahjakortin Intersportiin!

Osallistujakortteja voit hakea lisää vapaa-aikatoimilta sekä niiden ilmoittamista paikoista.

Palauta täytettynä perjantaihin 7.4.2026 mennessä oman kotikuntasi vapaa



Nimi:

Osoite:

Puhelin:

Pvm.	Suoritus aika	Pvm.	Suoritus aika	Pvm.	Suoritus aika
1.3.		11.3.		21.3.	
2.3.		12.3.		22.3.	
3.3.		13.3.		23.3.	
4.3.		14.3.		24.3.	
5.3.		15.3.		25.3.	
6.3.		16.3.		26.3.	
7.3.		17.3.		27.3.	
8.3.		18.3.		28.3.	
9.3.		19.3.		29.3.	
10.3.		20.3.		30.3. 31.3.	

Maaliskuun yhteenlaskettu liikuntamäärä ____ tuntia.