

# NARU 75 - SAA SUORITTAÄ

75 laukausta – .22 cal pistooli	75 kg – penkkipunnerrus vähintään 1x	75 tuntia – VEH / KH	75 kilometriä – kenttäkelpoisuus- marssi 3x
75 kilometriä – hiihto / luistelu	75 laukausta – 9mm pistooli	75 kilometriä - suunnistus	75 toistoa – mikä tahansa lihaskuntoliike yhtäjaksoisesti
75 kilometriä – pyöräily	75 kilometriä – juoksu / uinti	75 laukausta – .22 cal kivääri	75 kertaa – kuntosali
75 kilometriä – kävely	75 heittoa - käsikranaatti	75 tuntia – MPK-kurssi	75 laukausta – 9mm karbiini

Vakuutan antamani tiedoksi oikeiksi,

---

Paikka ja aika

---

Allekirjoitus

## **Liiku, ammu ja kouluttaudu!**

Naantalin Reserviupseerit ry täyttää 75 vuotta vuonna 2024. Juhlavuoden kunniaksi yhdistyksen hallitus haastaa kaikki yhdistyksen jäsenet reserviläishenkiseen NARU 75 - SAA SUORITTAA -haasteeseen.

Suorita bingoruudukossa mainittuja haasteita ja merkitse valmiiksi saadut haastesuoritukset bingoruudukkoon. Ilmoita saamasi täydet pysty-, vaakatai vinorivit yhdistyksen sihteerille viimeistään 1.12.2024.

Bingoruudukossa mainittuja tehtäviä ei tarvitse suorittaa yhtäjaksoisesti / yhdellä suorituskerralla (ellei erikseen mainittu), vaan esimerkiksi 75 kilometrin hiihdon voit merkitä NARU 75 -haastesuorituksiksi, kun olet hiihtänyt yhteensä 75 kilometriä useamman kerran aikana.

Osallistu myös NARU 75 -haastekuvakilpailuun Instagramissa tägäämällä yhdistyksen Instagram-tili @naantalinreserviupseerit ja lisäämällä hashtagit #naantalinreserviupseerit #naru75saasuorittaa. Parhaat julkaisut tullaan palkitsemaan.

Kaikki vähintään yhden täyden rivin valmiiksi saaneet tullaan palkitsemaan ja kaikkien osallistuneiden kesken arvotaan 75 euron arvoinen lahjakortti Varustelekaan.

Palkinnot:

RUL-taskulamppu + Reservin Kenttäjohtaja -kirja