

Välj trapporna

**Ta vara
på möjligheten!**

Välj trapporna



**Var ett
föredöme**

Det kan
ha stor
betydelse.

**Ta vara
på möjligheten!**

Välj trapporna



**Spara
tid**

Trapporna finns
där, du behöver
inte vänta.

**Ta vara
på möjligheten!**

Välj trapporna



**Höj
konditionen**

Att gå upp för
trappor motsvarar
jogging.

**Ta vara
på möjligheten!**

Välj trapporna



**Bli
piggare**

**Blodflödet
ökar i hela
kroppen.**

**Ta vara
på möjligheten!**

Välj trapporna

**Var ett
föredöme**



**Spara
tid**



**Höj
kondi-
tionen**



**Bli
piggare**



**Ta vara
på möjligheten!**