

<b>Materiaalin nimi</b>	Liikunnan terveysvaikutukset
<b>Kohderyhmä</b>	15 - 19 -vuotiaat
<b>Materiaalin laatu</b>	Artikkeli, taustatietoa
<b>Materiaalin sisältö</b>	Liikunnan terveysvaikutukset
<b>Kuvaus</b>	Tässä käypä hoito suosituksessa kuvataan liikunnan terveysvaikutuksia erilaisten sairauksien ehkäisyssä. Artikkelissa on linkki myös Nuori Suomen mukaisiin ohjeisiin lasten ja nuorten sopivasta liikunnan määrästä.
<b>Materiaali</b>	Liikunta - Käypä hoito suositus (2016) <a href="http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus;jsessionid=B91145C04F9D6815093372F8441C0967?id=hoi50075">http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus;jsessionid=B91145C04F9D6815093372F8441C0967?id=hoi50075</a>
<b>Lähde</b>	Käypä hoito suositukset. Suomalainen lääkärisseura Duodecim. <a href="http://www.kaypahoito.fi/web/kh/etusivu">http://www.kaypahoito.fi/web/kh/etusivu</a>