



Mozgás napló

Hétfő

Testmozgás jellege:

Időtartama:

Kedd

Testmozgás jellege:

Időtartama:

Szerda

Testmozgás jellege:

Időtartama:

Csütörtök

Testmozgás jellege:

Időtartama:

Péntek

Testmozgás jellege:

Időtartama:

Szombat

Testmozgás jellege:

Időtartama:

Vasárnap

Testmozgás jellege:

Időtartama: