

Suivi de mon activité physique

Jour de la semaine	Activités physiques réalisées (quotidien, travail, loisir)	Durée (minutes)	Mes observations
dimanche 8 septembre 2024			
lundi 9 septembre 2024			
mardi 10 septembre 2024			
mercredi 11 septembre 2024			
jeudi 12 septembre 2024			
vendredi 13 septembre 2024			
samedi 14 septembre 2024			