

LIIKUNTA- PÄIVÄKIRJA



Olen mukana Liedon Parman Loma Liikkuen – jaksossa.

Nimi: _____

Ikä: _____

seppo.net

Merkitse alla olevaan asteikkoon liikuntasuorituksesi – mitä teit, kenen kanssa ja kuinka kauan.

päivä	laji/ liikuntamuoto	kesto



