

## Fitxes per al joc "Cerca la parella"

<b>Cada dia, depenent de l'activitat física</b>	<b>1-3 al dia (alternant)</b>
<b>Opcional, ocasionalment i de manera moderada</b>	<b>1-3 per dia (alternant)</b>
<b>Opcional, ocasionalment i de manera moderada</b>	<b>2-3 per dia</b>
<b>Opcional, ocasionalment i de manera moderada</b>	<b>2-3 per dia</b>
<b>1-3 per dia (alternant)</b>	<b>2-3 per dia</b>
<b>1-3 per dia (alternant)</b>	<b>3-4 per dia</b>
<b>1-3 per dia (alternant)</b>	<b>4-6 per dia</b>