

## Fiche de suivi des activités physiques :



*Lorsque tu fais une activité physique, un défi, note ce que tu as fait et pendant combien de temps dans la case du jour correspondant.*

Jours	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
Du 5/04 au 11/04	<b>5/04</b>	<b>6/04</b>	<b>7/04</b>	<b>8/04</b>	<b>9/04</b>	<b>10/04</b>	<b>11/04</b>
Activités							
Du 12/04 au 18/04	<b>12/04</b>	<b>13/04</b>	<b>14/04</b>	<b>15/04</b>	<b>16/04</b>	<b>17/04</b>	<b>18/04</b>
Activités							
Du 19/04 au 25/04	<b>19/04</b>	<b>20/04</b>	<b>21/04</b>	<b>22/04</b>	<b>23/04</b>	<b>24/04</b>	<b>25/04</b>
Activités							
Du 26/04 au 2/05	<b>26/04</b>	<b>27/04</b>	<b>28/04</b>	<b>29/04</b>	<b>30/04</b>	<b>1/05</b>	<b>2/05</b>
Activités							