

Journal d'activité quotidienne

Votre nom et identifiant du moniteur d'activité

Date

Temps actif

Temps avant objectif

Soutenu+

Soutenu

Modéré

Facile

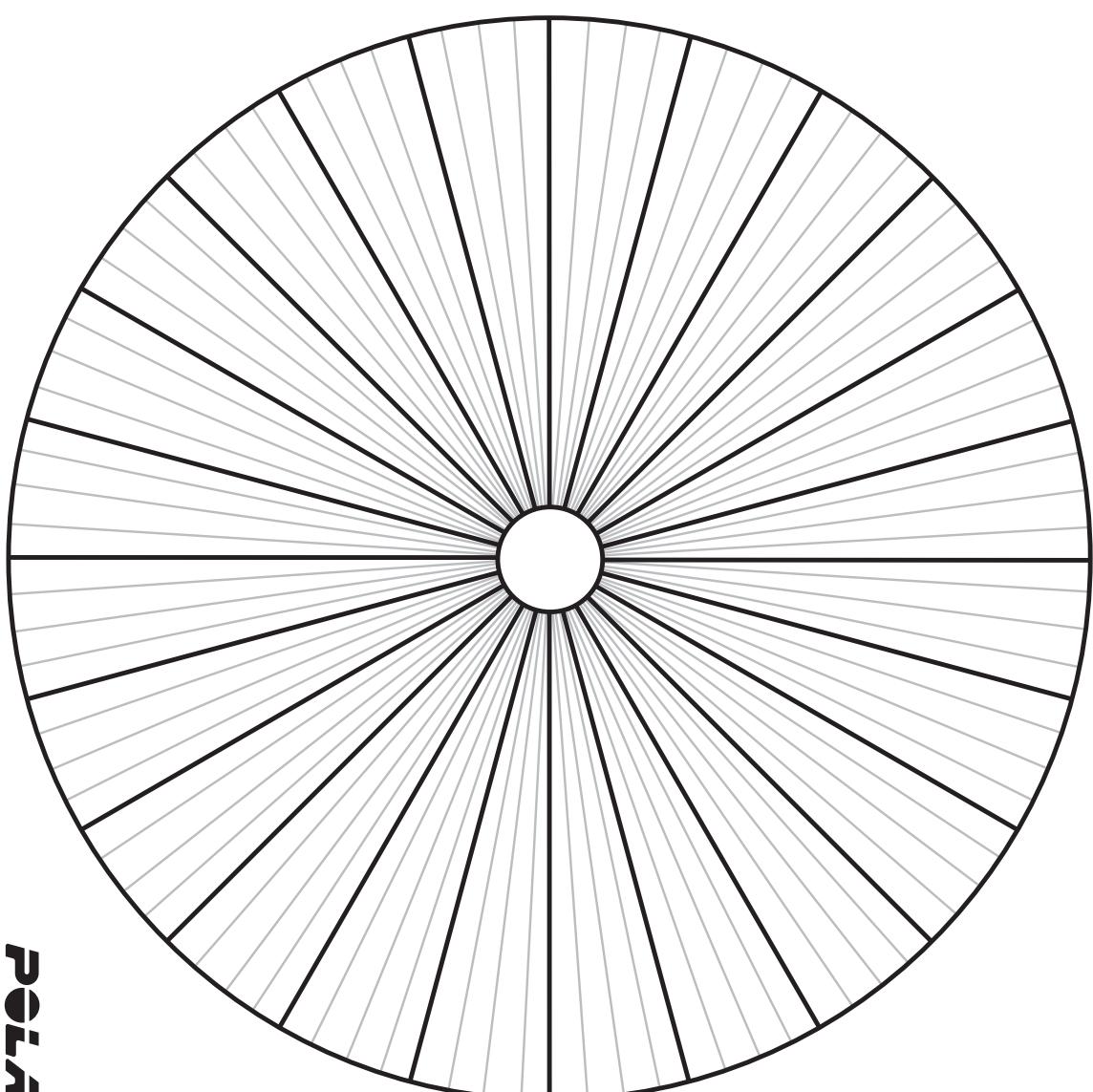
Très facile

Pas

Calories

Sommeil (non visible dans le moniteur d'activité)

1 secteur = 1 heure (divisé en périodes de 15 min.)



POLAR[®]