






<p>Aktiivisuuspäiväkirja</p>	<p>Nimesi ja aktiivisuusmittarin tunnus</p>	<p>Päivämäärä</p>
-------------------------------------	---	-------------------

Aktiivisuusaika	Aikaa jäljellä tavoitteeseen	 Tehokas+ <input type="radio"/>	 Tehokas <input type="radio"/>	 Reipas <input type="radio"/>	 Kevyt <input type="radio"/>	 Todella kevyt <input type="radio"/>	Askeleet	Kalorit	Uni (ei näy aktiivisuusmittarissa)
-----------------	------------------------------	--	---	--	---	---	----------	---------	------------------------------------

1 osa = 1 tunti (jaettu 15 minuutin jaksoihin)

