

EGUNEROKO JARDUERAK

Data							
Eguna							
Esnatzeko ordua							
Gosaria							
Bazkaria							
Siesta							
Afaria							
Oheratzeko ordua							
Lo egin							
Ariketak (ordua, mota eta iraupena)							
Oharrak:							

JARRAIBIDEAK:

Adierazitako jarduera bakoitzaren ordua idatzi behar duzu.

REG-U SUEÑO-09