

1

**Presenta'ns el teu matí saludable!**

2

- Quin menú tries per esmorzar i per dinar?
- Quina activitat física realitzaràs? (Tipus, durada i intensitat)

3

**Registra la realització del repte a través de l'enllaç o del QR**



4

**Participa i obté la puntuació del repte!**

