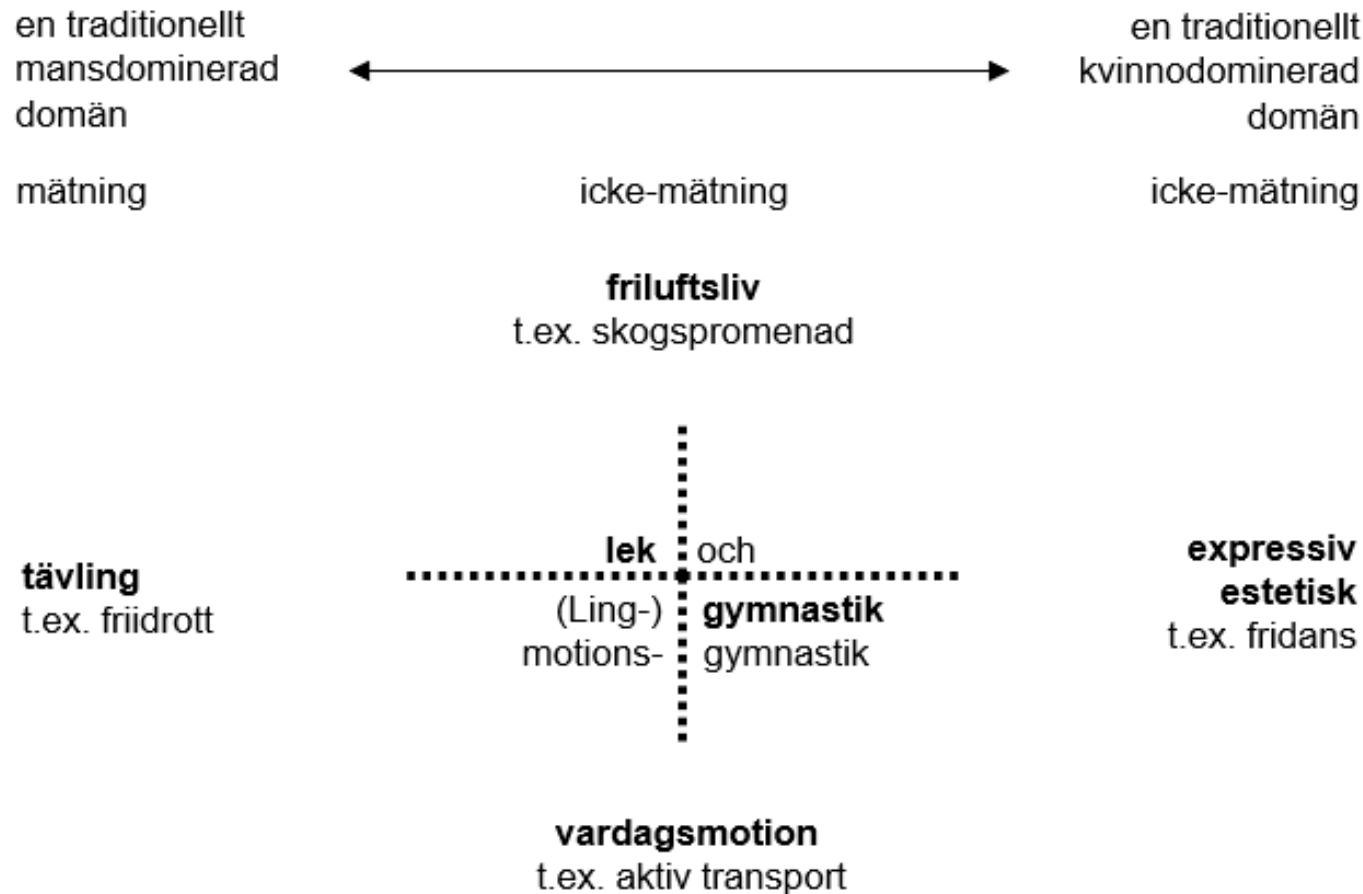


## fältet fysisk aktivitet



grundläggande former av fysisk träning:

konditions-, anaerob, styrke-, rörlighets- och koordinationsträning