

PAUSUEN ARABERAKO SAILKAPENA

Sedentarismoa edo inaktibitatea Egunean 5.000 pausu baino gutxiago egin.	Zerbait aktiboa Egunean 5.000- 9.999 pausu. Baina egunean egin beharreko gomendioa ez du egiten.	Aktiboa Egunean egin beharreko pausu gomendioa egiten du.	Oso aktiboa (bananduta) Egunean 12.500 pausu. Egunean egin beharreko pausu gomendioa egiten du.
--	---	---	--