Sporttagebuch von _____

	Datum	Uhrzeit	Aktivität	Dauer	Empfindung
z.B.	18.03.20	8.45	workout mit Musik	7 Minuten	:-) :-) :-)
	18.03.20	17.30	Radfahrt Diepeschrather Wald	40 Minuten	:-)