

# Pratica quotidiana

<b>Tema della settimana:</b>
Letture:
Parole chiave:
Punto focale:
Pratica:

	<b>un minuto di esercizio fisico</b>	<b>un minuto di immobilità</b>	<b>pratica</b>	<b>note</b>
<b>martedì</b>				
<b>mercoledì</b>				
<b>giovedì</b>				
<b>venerdì</b>				
<b>sabato</b>				
<b>domenica</b>				
<b>lunedì</b>				