



	<b>AN LUAN</b>	<b>AN MHÁIRT</b>	<b>AN CHÉADAOIN</b>	<b>AN DÉARDAOIN</b>	<b>AN AOINE</b>
<b>Ag siúl/ ag rothaíocht/ ag dul ar scútar ar scoil</b>					
<b>Ag siúl/ ag rothaíocht/ ag dul ar scútar abhaile</b>					
<b>Gníomhaíocht Choirp le linn Am Scoile</b>					
<b>Obair Bhaile Corpoideachais</b>					
<b>Gníomhaíocht Choirp sa Bhaile</b>					
<b>NÓIMÉID IOMLÁNA</b>					

# 60 NÓIMÉAD SA LÁ

## Cairt Gníomhaíocht Choirp

Molann an Eagraíocht Dhomhanda Sláinte gur chóir do pháistí agus do dhaoine óga, idir 5 agus 17 mbliana, gníomhaíocht chóirp mheasartha/ chrua a dhéanamh ar feadh 60 nóiméad ar a laghad gach lá.

Síniú an Dalta

Síniú an Tuismitheora

Síniú an Mhúinteora