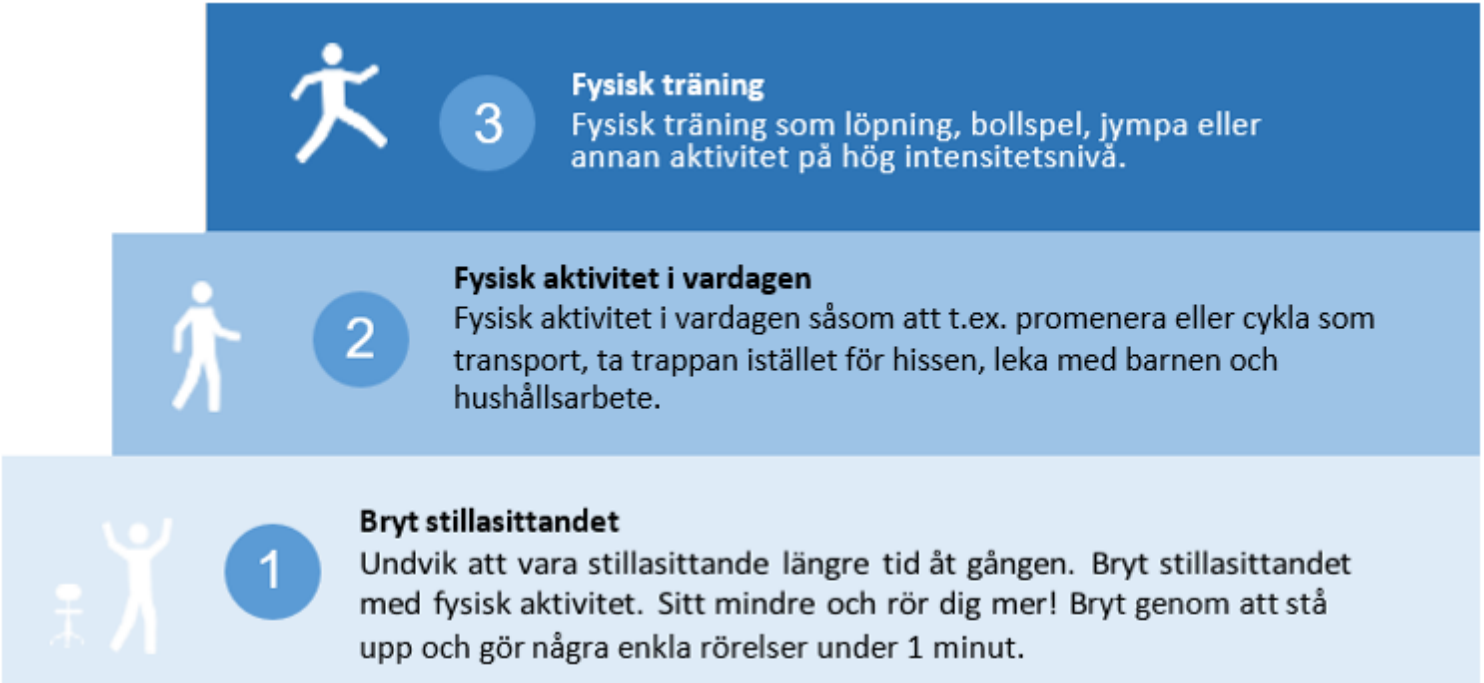

Bild: Exempel på fysisk aktivitet på olika nivåer