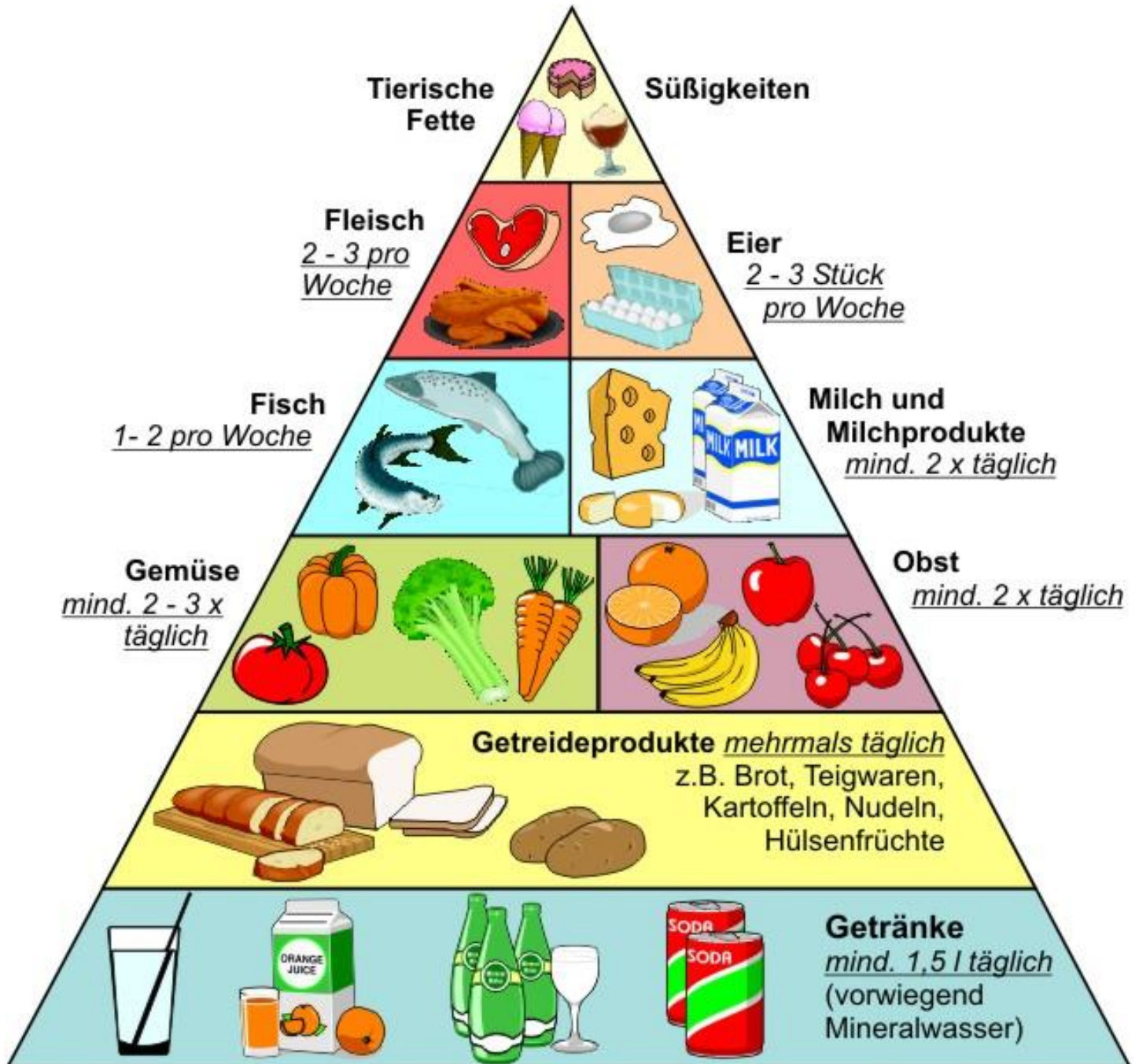


# PIRÁMIDE ALIMENTICIA



**Regelmäßige körperliche Aktivität**  
*mind. 2 - 3 pro Woche*  
(20 - 30 Minuten)