

¿ Cómo fué el ejercicio ?

6

7 *muy muy ligero*

8

9 *muy ligero*

10

11 *ligero*

12

13 *algo duro*

14

15 *duro*

16

17 *muy duro*

18

19 *muy muy duro*

20

TQR- Estado de Recuperación

6

7 *muy muy poco recuperado*

8

9 *muy poco recuperado*

10

11 *Poco recuperado*

12

13 *Razonablemente recuperado*

14

15 *Bien recuperado*

16

17 *muy bien recuperado*

18

19 *muy muy bien recuperado*

20