

Виктор Петрович работает лесничим в небольшом поселке. В свободное время, перед завтраком, он любит порыбачить на берегу местного озера. До озера Виктор Петрович любит прогуляться быстрым шагом. Он называет это - быстрой интенсивной ходьбой (примерная скорость 8 км/ч). Добирается до озера он за 45 минут.

Перед обедом Виктор Петрович совершает обход территории (примерная скорость 5,5 км/ч), он продолжается 2 часа 35 минут.

Вечером Виктор Петрович, в течение 50 минут занимается колкой дров.

Виктор Петрович очень следит за своим здоровьем и не употребляет блюда с высоким содержанием жира, майонез и не ест свинину.

Отказать себе в сладком он не может, поэтому готовит сладости из домашних абрикосов и съедает их на ужин. Перед сном обязательно пьет стакан томатного сока.

Лев Леопольдович работает менеджером в крупном офисе. Заботиться об экологии окружающей среды, поэтому добирается до работы на велосипеде. Обычно он едет со средней скоростью 17-17,5 км/ч и добирается до работы за 1ч 40 минут. Приехав на работу, он завтракает в местном кафе. Обожает заказывать своё любимое пирожное «Кокетка».

Лев Леопольдович обожает зеленый цвет, он считает его природным и благородным.

Любит кушать разнообразную, лёгкую пищу. Он не употребляет мясо и у него аллергия на молочные продукты и цитрусовые.

Перед обедом все сотрудники офиса в течение часа играют в настольный теннис.

Рабочий день Льва Леопольдовича заканчивается в 18:00. Обратно, домой он едет быстрее (19 км/ч). Поэтому домой он добирается в 18:45.

После ужина Лев Леопольдович просматривает свое любимое шоу талантов, съедая порцию ягодного желе.

Саша, 12-ти летний активный подросток. Саша ходит в школу в 6 класс. Утром, перед завтраком, всегда делает 15 минутную зарядку. В школу Саша идет очень быстро и добирается до неё за 25 минут. На второй завтрак обязательно закажет один блин с ягодным желе.

В школе пред обедом, проходят индивидуальные занятия по большому теннису, которые длятся 45 минут.

После школы Саша обожает погонять футбольный мяч во дворе с друзьями в течении 30 минут.

На приеме, врач ей сказал, что с её весом 38 кг, она должна питаться сбалансировано 4 раза в день и отказаться от жареных блюд.

Сева, настоящий поклонник регби. В свои 10 лет он весит 35 кг и профессионально играет за местный клуб. Где тренируется ежедневно в течение 2 часов: 1 ч до обеда и 1 час вечером, перед ужином. Утром, перед завтраком, любит вместе с родителями совершить велопрогулку, по местной набережной, при скорости 16 км/ч прогулка занимает 30 минут.

Сева очень любит курицу и цитрусовые. Еще мальчик очень любит сладкое, но из – за аллергии мама разрешает ему съесть только порцию яблок в желе на второй завтрак.

Сева, настоящий поклонник регби. В свои 10 лет он весит 35 кг и профессионально играет за местный клуб. Где тренируется ежедневно в течение 2 часов: 1 ч до обеда и 1 час вечером, перед ужином. Утром, перед завтраком, любит вместе с родителями совершить велопрогулку, по местной набережной, при скорости 16 км/ч прогулка занимает 30 минут.

Сева очень любит курицу и цитрусовые. Еще мальчик очень любит сладкое, но из – за аллергии мама разрешает ему съесть только порцию яблок в желе на второй завтрак.

Елизавета Игоревна, или просто тетя Лиза, работает администратором в конноспортивном центре. Каждый день хочет заняться верховой ездой, но для этого ей необходимо сбросить лишний вес. Первым шагом тети Лизы, стало покупка спортивной формы.

Просыпается Елизавета Игоревна очень рано, до восхода солнца. Перед завтраком любит пробежаться трусцой в течение 40 минут в парке рядом с домом, вокруг небольшого пруда. После чего завтракает на своем балконе. На завтрак предпочитает, есть яичные блюда и ягодные десерты.

После чего едет на работу от дома до остановки и от остановки до центра она идет со скоростью 6,5 км/ч, 10 минут и 20 минут соответственно. Во время трех часовой смены она передвигается по центру со скоростью 5 км/ч

Обедает тетя Лиза на работе, в местной столовой. После чего уходит домой.

Вечером перед ужином она прогуливается вокруг парка 2,5 часа со скоростью 5,5 км/ч. Перед сном обязательно выпевает два стакана кефира.

Отвѣты:

Виктор Петрович	
Лев Леопольдович	
Саша	
Сева	
Елизавета Игоревна	