

## Tabela kalorii; Kalkulatory kalorii; Spalanie kalorii; Dodatki &#039;E&#039;

Ilo&#039;spalanych kalorii w trakcie &#039;icze

---

<p>Oblicz ilo&#039;spalanych kalorii uprawiaj&#039;c sport.<br> W celu uzyskania wyniku podaj ile wa&#039;ysz kilogram&#039;, rodzaj dyscypliny sportowej oraz czas trwania wysi&#039;ku fizycznego w minutach.</p> waga:<br> kg <b> </b><br> czas treningu w minutach:<br> kg <b> </b><br> rodzaj dyscypliny:<br> Bieg: 8 km/h Bieg: 9 km/h Bieg: 10 km/h Bieg: 11 km/h Bieg: 12 km/h Bieg: 13 km/h Bieg: 15 km/h Bieg na nartach Boks Gimnastyka Golf Gra w kr&#039;le Jazda konna Jazda na deskorolce Jazda na nartach Jazda na &#039;y&#039;wach Jazda na rolkach Jazda na rowerze: 17-20 km/h Jazda na rowerze: 21-25 km/h Kajakarstwo Kolarstwo g&#039;skie Mecz koszyk&#039;ki Mecz pi&#039;ki no&#039;nej My&#039;listwo Narty wodne Piesze wycieczki Pi&#039;ka r&#039;zna P&#039;ywanie Siatk&#039;ka Siatk&#039;ka pla&#039;owa Skakanie na skakance Spacer: 5 km/h Spacer: 6 km/h Tenisa W&#039;kowanie Wspinaczka ska&#039;kowa <br/><br/> <br> <p>