



ใบงานที่ 1.6

หลักการออกกำลังการแบบ FITT

ชื่อ _____ เลขที่ _____

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเติมคำตอบลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

F ย่อมาจาก _____

มีความหมายว่า _____

I ย่อมาจาก _____

มีความหมายว่า _____

T ย่อมาจาก _____

มีความหมายว่า _____

T ย่อมาจาก _____

มีความหมายว่า _____