

Hvad mener du om dagens afsnit?	Hvad er det vigtigste, du får med fra dagens afsnit?	Påvirker for lidt bevægelse dit humør? Hvis ja, hvordan?	Hvilke faktorer hæmmer dig i at bevæge dig mere?	Hvordan sover du om natten?
Hvad kan du gøre for at sove bedre om natten?	Hvordan kan man få mere bevægelse ind i hverdagen?	Hvilken type bevægelse kan du godt lide?	Hvad skal der til, hvis du skal bevæge dig mere i hverdagen?	Hvor meget skærm ser du om dagen?
Når du ser på skærm, hvad ser du så? F.eks. YouTube, Netflix, Gaming osv.	Hvor meget bevæger du dig om dagen?	Får du pulsen op hver dag?	Kan du lide at få sved på panden? Hvorfor/Hvorfor ikke?	Hvordan kommer du i skole?
Hvad kan du godt lide at lave i frikvartererne?	Hvor ofte er du fysisk aktiv i mindst 30 minutter?	Hvordan vil du vurdere din nuværende helbredstilstand i almindelighed?	Hvordan vil du betegne din nuværende fysiske form?	Kan du bedst lide at motionere alene eller sammen med andre? Hvorfor?
Hvad kan man selv gøre for at bevare et godt helbred?	Hvorfor er bevægelse vigtigt?	Hvad afholder dig fra at være (mere) fysisk aktiv i fritiden?	Hvordan synes du, at man kan få mere bevægelse ind i undervisningen i skolen?	Kan du lide at dyrke motion udendørs? Hvad? Hvorfor/Hvorfor ikke?
Dit bedste råd til at bevæge sig mere?	Kan du genkende det, som Christian Fuhlendorff oplever?	Synes du, at den bevægelse I har i undervisningen, er tilfredsstillende? Hvorfor/Hvorfor ikke?	Hvad laver du af bevægelse i weekenderne?	Er du tilfreds med, hvor meget du bevæger dig? Hvorfor/Hvorfor ikke?