Compend codigo	io de <i>P</i> MET	Actividades Fisicas 2011 CATEGORIA	*Italicized codes and METs are estimated value ACTIVIDAD ESPECIFICA
01003	14.0	Ciclismo	Ciclismo, de montaña, en ascenso, esfuerzo intenso
01004		Ciclismo	Ciclismo, de montaña, competitivo, carrera
01008	8.5	Ciclismo	Ciclismo, BMX
01009	8.5	Ciclismo	Ciclismo, de montaña, general
01010	4.0	Ciclismo	Ciclismo, <16 km/h, recreativo, al trabajo o por placer (CódigoTaylor 115)
01011	6.8	Ciclismo	Ciclismo, de/hacia el trabajo, a ritmo propio
01013	5.8	Ciclismo	Ciclismo, sobre camino de tierra o terreno agrícola, esfuerzo moderado
01015	7.5	Ciclismo	Ciclismo, general
01018	3.5	Ciclismo	Ciclismo, recreativo, 9 km/h
01019	5.8	Ciclismo	Ciclismo, recreativo, 15 km/h
01020	6.8	Ciclismo	Ciclismo, 16-19,2 km/h, recreativo, lento, esfuerzo ligero
01030	8.0	Ciclismo	Ciclismo, 19.3-22.4 km/h, recreativo, esfuerzo moderado
01040	10.0	Ciclismo	Ciclismo, 22.5-25.6 km/h, carrera o recreativo, rápido, esfuerzo intenso
01050	12.0	Ciclismo	Ciclismo, 25.7-30.6 km/h, carrera/sin ayuda aerodinámica, o > 30.6 km/h con ayuda aerodinámica, muy rápido, carrera en general
01060	15.8	Ciclismo	Ciclismo, >32.2 km/h, carrera, sin ayuda aerodinámica
01065	8.5	Ciclismo	Ciclismo, 19.3 km/h, sentado, manos sobre el manubrio o frenos, 80 rpm
01066	9.0	Ciclismo	Ciclismo, 19.3 km/h, parado, manos sobre los frenos, 60 rpm
01070	5.0	Ciclismo	Uso de monociclo
02001	2.3	Acondicionamiento Físico	Actividad física estimulada por el uso de video juegos (ej: Wii Fit), esfuerzo ligero (ej: equilibrio, yoga)
02003	3.8	Acondicionamiento Físico	Actividad física estimulada por el uso de video juegos (ej: Wii Fit), esfuerzo moderado (ej: aerobic, fuerza)
02005	7.2	Acondicionamiento Físico	Actividad física estimulada por el uso de video juegos (ej: Exergaming, Dance Dance Revolution), esfuerzo intenso
02008	5.0	Acondicionamiento Físico	Ejercicio con obstáculos de tipo militar, programa de entrenamiento militar de campo
02010	7.0	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, general
02011	3.5	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, 30-50 watts, esfuerzo muy ligero a ligero
02012	6.8	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, 90-100 watts, esfuerzo moderado a intenso
02013	8.8	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, 101-160 watts, esfuerzo intenso
02014	11.0	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, 161-200 watts, esfuerzo intenso
02015	14.0	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, 201-270 watts, esfuerzo muy intenso
02017	4.8	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, 51-89 watts, esfuerzo ligero a moderado
02019	8.5	Acondicionamiento Físico	Ciclismo, bicicleta fija, RPM/Spinning
02020	8.0	Acondicionamiento Físico	Calistenia (ej: flexiones de brazos, abdominales, dominadas, jumping jacks), esfuerzo intenso
02022	3.8	Acondicionamiento Físico	Calistenia (ej: flexiones de brazos, abdominales, dominadas, estocadas), esfuerzo moderado
02024	2.8	Acondicionamiento Físico	Calistenia (ej: abdominales crunch, abdominales sit up) esfuerzo ligero
02030	3.5	Acondicionamiento Físico	Calistenia, esfuerzo ligero o moderado, general (ej: ejercicios para espalda), subir y bajar escaleras (Código Taylor 150)
02035	4.3	Acondicionamiento Físico	Entrenamiento en circuito, esfuerzo moderado
02040	8.0	Acondicionamiento Físico	Entrenamiento en circuito, con pesas Rusas (kettlebells), ejercicios aeróbicos con pausa breve, general, esfuerzo intenso
02045	3.5	Acondicionamiento Físico	Rutinas de entrenamiento CurvesTM para mujeres
02048	5.0	Acondicionamiento Físico	Entrenamiento en elíptico, esfuerzo moderado
02050		Acondicionamiento Físico	Entrenamiento de fuerza (levantamiento olímpico de pesas, pesos libres, máquinas), levantamiento de potencia, fisicoculturismo, esfuerzo intenso (Código Taylor 210)
02052	5.0	Acondicionamiento Físico	Entrenamiento de fuerza (con pesas), sentadillas, esfuerzo lento o explosivo
02054	3.5	Acondicionamiento Físico	Entrenamiento de fuerza (con pesas), ejercicios diversos, 8-15 repeticiones con resistencia variable
02060	5.5	Acondicionamiento Físico	Actividad física en centros de salud, general (Código Taylor 160)
02061	5.0	Acondicionamiento Físico	Actividad física en centros de salud, general, entrenamiento combinado gimnasia/pesas en una sesión
02062	7.8	Acondicionamiento Físico	Actividad física en centros de salud, clases de acondicionamiento físico
02064	3.8	Acondicionamiento Físico	Ejercicios en el hogar, general
02065	9.0	Acondicionamiento Físico	Ergómetro escalador, general
02068		Acondicionamiento Físico	Salto con soga, general
02070	6.0	Acondicionamiento Físico	Remo, fijo en ergómetro, general, esfuerzo intenso
02071	4.8	Acondicionamiento Físico	Remo, fijo, general, esfuerzo moderado

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
02072	7.0	Acondicionamiento Físico	Remo, fijo,100 watts, esfuerzo moderado
02073	8.5	Acondicionamiento Físico	Remo, fijo,150 watts, esfuerzo intenso
02074	12.0	Acondicionamiento Físico	Remo, fijo, 200 watts, esfuerzo muy intenso
02080	6.8	Acondicionamiento Físico	Máquina simuladora de ski, general
02085	11.0	Acondicionamiento Físico	Plataforma de deslizamiento lateral, general
02090	6.0	Acondicionamiento Físico	Gimnasia reductora/modeladora, baile con coreografía
02101	2.3	Acondicionamiento Físico	Estiramientos, suave
02105	3.0	Acondicionamiento Físico	Pilates, general
02110	6.8	Acondicionamiento Físico	Dictado de clases (ej: aerobic, natación)
02112	2.8	Acondicionamiento Físico	Ejercicios terapéuticos con pelota, fitball
02115	2.8	Acondicionamiento Físico	Ejercicios con miembros superiores, ergómetro de brazos
02117	4.3	Acondicionamiento Físico	Ejercicios con miembros superiores, bicicleta fija Airdyne a 40 rpm (brazos solamente), esfuerzo moderado
02120	5.3	Acondicionamiento Físico	Aquaerobic, calistenia en el agua, ejercicios acuáticos
02135	1.3	Acondicionamiento Físico	Uso de hidromasaje, sentado
02140	2.3	Acondicionamiento Físico	Ejercicios por video, programas de acondicionamiento por TV (ej: yoga, elongación), esfuerzo ligero
02143	4.0	Acondicionamiento Físico	Ejercicios por video, programas de acondicionamiento por TV (ej: fuerza-resistencia), esfuerzo moderado
02146	6.0	Acondicionamiento Físico	Ejercicios por video, programas de acondicionamiento por TV (ej: fuerza-resistencia), esfuerzo intenso
02150	2.5	Acondicionamiento Físico	Yoga, Hatha
02160	4.0	Acondicionamiento Físico	Yoga, power yoga
02170	2.0	Acondicionamiento Físico	Yoga, Nadi Sodhana
02180	3.3	Acondicionamiento Físico	Yoga, Surya Namaskar
02200	5.3	Acondicionamiento Físico	Ejercicios Neozelandeses (ej: Haka Powhiri, Moteatea, Waita Tira, Whakawatea), general, esfuerzo moderado
02205	6.8	Acondicionamiento Físico	Ejercicios Neozelandeses (ej: Haka, Taiahab), general, esfuerzo intenso
03010	5.0	Danza/Baile	Ballet, moderno o jazz, general, clases o ensayo
03012	6.8	Danza/Baile	Ballet, moderno o jazz, en presentación, esfuerzo intenso
03014	4.8	Danza/Baile	Тар
03015	7.3	Danza/Baile	Aerobic, general
03016	7.5	Danza/Baile	Aerobic, step (15-20 cm)
03017	9.5	Danza/Baile	Aerobic, step (25-30 cm)
03018	5.5	Danza/Baile	Aerobic, step (10 cm)
03019	8.5	Danza/Baile	Clases de step, general
03020	5.0	Danza/Baile	Aerobic, bajo impacto
03021	7.3	Danza/Baile	Aerobic, alto impacto
03022	10.0	Danza/Baile	Aerobic dance utilizando 4.5-7 kg
03025		Danza/Baile	Danzas étnicas (ej: Griega, Medio Este, hula, salsa, merengue, bamba y plena, flamenco, danza Árabe, swing)
03030		Danza/Baile	Baile de salón, rápido (Código Taylor 125)
03031		Danza/Baile	Danza en general (ej: disco, folcklore, danza irlandesa, polka, danza en línea, contra, country)
03038		Danza/Baile	Baile de salón, competitivo, general
03040		Danza/Baile	Baile de salón, lento (ej: Vals, foxtrot, baile lento, samba, tango, danza del siglo XIX, mambo, cha cha cha)
03050	5.5	Danza/Baile	Danza Anishinaabe
03060	3.5	Danza/Baile	Danza Caribeana (Abakua, Beguine, Bellair, Bongo, Brukin's, Caribbean Quadrills, Dinki Mini, Gere, Gumbay, Ibo, Jonkonnu, Kumina, Oreisha, Jambu)
04001		Caza y Pesca	Pesca, general
04005		Caza y Pesca	Pesca, pesca de cangrejo
04007		Caza y Pesca	Pesca, caza manual
04010		Caza y Pesca	Actividades vinculadas a la pesca, búsqueda de lombrices, con pala
04020		Caza y Pesca	Pesca costera y caminando
04030		Caza y Pesca	Pesca desde bote o canoa, sentado
04040		Caza y Pesca	Pesca costera, de pie (Código Taylor 660)
04050		Caza y Pesca	Pesca en arroyo, usando waders (Código Taylor 670)
04060		Caza y Pesca	Pesca, en hielo, sentado
04061	1.8	Caza y Pesca	Pesca, con mosca o línea, de pie, general

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
04062	3.5	Caza y Pesca	Pesca, con red hundida, hundir la red y recoger, general
04063		Caza y Pesca	Pesca, con red fija, instalar la red y recoger, general
04064	3.0	Caza y Pesca	Pesca, Pesca con reel, instalar la red y recoger, general
04065	2.3	Caza y Pesca	Pesca con arpón, de pie
04070	2.5	Caza y Pesca	Caza, arco y flecha o ballesta
04080	6.0	Caza y Pesca	Caza, ciervo, alce, caza mayor (Código Taylor 170)
04081		Caza y Pesca	Caza mayor, transporte de la presa atrapada
04083	4.0	Caza y Pesca	Caza de animales marinos de grandes dimensiones
04085		Caza y Pesca	Caza mayor, de pie, movimientos limitados
04086	2.0	Caza y Pesca	Caza mayor, de pic, movimientes inimidades Caza mayor desde auto, avión o bote
04090		Caza y Pesca	Caza, patos, aves
04095	3.0	Caza y Pesca	Caza, de murciélagos, ardillas
04100	5.0	Caza y Pesca	Caza, general
04110		Caza y Pesca	Caza, faisán o gallo (Código Taylor 680)
04110	3.3	Caza y Pesca	Caza, pájaros
04113	5.0	Caza y Pesca	Caza, conejos, ardillas, pollo de llanura, mapache, caza menor (Código Taylor 690)
		-	
04123	3.3	Caza y Pesca	Caza, puerco, salvaje
04124	2.0	Caza y Pesca	Juegos de captura, general
04125	9.5	Caza y Pesca	Caza, en excursión con equipo de caza
04130		Caza y Pesca	Tiro con pistola o tiro al plato, de pie
04140	2.3	Caza y Pesca	Ejercicios de tiro con rifle, acostado
04145		Caza y Pesca	Ejercicios de tiro con rifle, de rodillas o de pie
05010	3.3	Actividades Domésticas	Limpieza, barrido de alfombra o suelo, general
05011	2.3	Actividades Domésticas	Limpieza, barrido, lento, esfuerzo ligero
05012	3.8	Actividades Domésticas	Limpieza, barrido, lento, esfuerzo moderado
05020	3.5	Actividades Domésticas	Limpieza, intensa o profunda (ej: limpieza de auto, vidrios, garage), esfuerzo moderado
05021	3.5	Actividades Domésticas	Limpieza, trapeando, de pie, esfuerzo moderado
05022	3.2	Actividades Domésticas	Limpieza y lavado de vidrios y ventanas, general
05023	2.5	Actividades Domésticas	Trapeo, de pie, esfuerzo ligero
05024	4.5	Actividades Domésticas	Encerado de pisos, de pie, caminando lento, usando enceradora eléctrica
05025	2.8	Actividades Domésticas	Tareas domésticas múltiples en simultáneo, esfuerzo ligero
05026	3.5	Actividades Domésticas	Tareas domésticas múltiples en simultáneo, esfuerzo moderado
05027	4.3	Actividades Domésticas	Tareas domésticas múltiples en simultáneo, esfuerzo intenso
05030	3.3	Actividades Domésticas	Limpieza, caza o cabaña, general, esfuerzo moderado
05032	2.3	Actividades Domésticas	Sacudir o lustrar muebles, general
05035	3.3	Actividades Domésticas	Actividades de cocina, general (ej: cocinar, lavar los platos, limpiar), esfuerzo moderado
05040	2.5	Actividades Domésticas	Limpieza, general (acomodar, cambiar las sábanas, sacar la basura), esfuerzo ligero
05041	1.8	Actividades Domésticas	Lavado de platos, de pie o en general (sin interrupción para realizar otra actividad)
05042	2.5	Actividades Domésticas	Lavado de platos, recoger los platos de la mesa, caminando, esfuerzo ligero
05043	3.3	Actividades Domésticas	Aspirar, general, esfuerzo moderado
05044	3.0	Actividades Domésticas	Matar animales para preparación de alimentos, pequeños
05045	6.0	Actividades Domésticas	Matar animales para preparación de alimentos, grandes, esfuerzo intenso
05046	2.3	Actividades Domésticas	Cortar y ahumar pescado, secar pescado o carne
05048	4.0	Actividades Domésticas	Curtido de pieles, general
05049	3.5	Actividades Domésticas	Cocción o preparación de alimentos, esfuerzo moderado
05050	2.0	Actividades Domésticas	Cocción o preparación de alimentos, de pie o sentado o en general (sin interrupción para realizar otra actividad), uso de utensillos manuales, esfuerzo ligero
05051	2.5	Actividades Domésticas	Servir los alimentos, preparar la mesa, con desplazamiento o de pie
05057		Actividades Domésticas	Cocción o preparación de alimentos, con desplazamiento
05052	2.5	Actividades Domésticas	Alimentar animales domésticos
05055	2.5	Actividades Domésticas	Movilización de productos alimenticios (ej: transportar alimentos, shopping sin carro de compras), transporte de paquetes
00000	2.0	, totavidados Domicoticas	mornización de productes dimenticios (ej. transportar dimentes, enepping em carro de compras), transporte de paquetes

Control of all memores subiendo escaleras	CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
Compra de alimentos con o sin carro de compras, de pie o caminando	05056	7.5	Actividades Domésticas	Transporte de alimentos subiendo escaleras
60565 2.3 Actividades Domésticas Compras (no alimentos), con o sin carro de compras, de pie o caminando 05090 1.3 Actividades Domésticas Tejido, costura, estuerzo ligero, envoltura de regalos, sentado 05090 2.0 Actividades Domésticas Larado de ropa, tendedo de ropa, poner roga en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero 05090 2.0 Actividades Domésticas Larado de ropa, tendedo de ropa, poner roga en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero 05090 2.0 Actividades Domésticas Lavado de ropa, tendedo de ropa, lavado de ropa a mano, esfuerzo moderado 05100 3.3 Actividades Domésticas Tender la cama, cambiar las sabanas 05120 5.0 Actividades Domésticas Novilización de muebles, articulos del hogar, cajas 05120 5.1 Actividades Domésticas Orientar la habitación 05130 3.5 Actividades Domésticas Orientar la habitación 05140 4.0 Actividades Domésticas Orientar la habitación 05140 4.0 Actividades Domésticas Orientar la habitación 05140 4.0 Actividades Domésticas	05057	3.0	Actividades Domésticas	Cocinar Pan Indú en horno exterior
Section Sect	05060	2.3	Actividades Domésticas	Compra de alimentos con o sin carro de compras, de pie o caminando
OSDIVIDADES 18. Actividades Domésticas Planchado de ropa Actividades Domésticas Lavado de ropa, abalar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura a máquina Lavado de ropa, abalar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura a máquina Lavado de ropa, abalar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura a máquina Lavado de ropa, abalar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura a máquina Lavado de ropa, abalar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura a máquina Lavado de ropa, abalar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura de lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura ropa limpia, con desplazamiento Lavado de ropa, abalar o en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero Costura ropa limpia, con desplazamiento Lavado de ropa, abalarado de	05065	2.3	Actividades Domésticas	Compras (no alimentos), con o sin carro de compras, de pie o caminando
05080 2.8 Actividades Domésticas Costura a máquina 05090 2.0 Actividades Domésticas Lavado de ropa, clolar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero 05090 2.0 Actividades Domésticas Lavado de ropa, a levado de ropa, a lavado de ropa a mano, esfuerzo moderado 05100 3.3 Actividades Domésticas Recollección de jaraba de arce (incluye transporte de cubetas, madera) 05120 5.8 Actividades Domésticas Recollección producción de jaraba de arce (incluye transporte de cubetas, madera) 05120 5.0 Actividades Domésticas Movilización de cargas ligeras 05131 2.0 Actividades Domésticas Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo moderado 05147 3.0 Actividades Domésticas Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo moderado 05149	05070	1.8	Actividades Domésticas	
OSO00 2.0 Actividades Domésticas Lavado de ropa, achalar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empoar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero OSO05 2.3 Actividades Domésticas Lavado de ropa, acomodar ropa, empaquetar ropa, guardar ropa limpia, con desplazamiento OSTO07 Actividades Domésticas Cardividades Domésticas Cardividades Domésticas OSTO07 Actividades Domésticas Cardividades Domésticas Cardividades Domésticas OSTO07 Actividades Domésticas OSTO07 Activi	05080	1.3	Actividades Domésticas	Tejido, costura, esfuerzo ligero, envoltura de regalos, sentado
05092 4.0 Actividades Domésticas Lavado de ropa, tevado de ropa, lavado de ropa, amondar ropa, guardar ropa limpia, con desplazamiento 05100 3.3 Actividades Domésticas Tender la cama, cambiar las sábanes 05120 5.8 Actividades Domésticas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas 05120 5.8 Actividades Domésticas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas 05121 5.0 Actividades Domésticas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas 05130 3.5 Actividades Domésticas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas 05131 2.0 Actividades Domésticas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas 05132 6.5 Actividades Domésticas Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo intenso 05140 6.5 Actividades Domésticas Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo intenso 05147 3.5 Actividades Domésticas Catividades Domésticas De jue, armar/desarmar cajas, ocasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo intenso 05149 2.5 Actividades Do	05082	2.8	Actividades Domésticas	Costura a máquina
Control of State Control of	05090	2.0	Actividades Domésticas	Lavado de ropa, doblar o colgar ropa, poner ropa en lavadora o secadora, empacar, lavado de ropa a mano, de pie, esfuerzo ligero
05100 5.0 Actividades Domésticas Recolección y producción de jarabe de aree (incluye transporte de cubetas, madera) 05121 5.0 Actividades Domésticas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas 05121 5.0 Actividades Domésticas Movilización de cargas ligeras 05130 3.5 Actividades Domésticas Uripieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo moderado 05131 2.0 Actividades Domésticas Uripieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo ligero 05132 6.5 Actividades Domésticas Uripieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo ingeno 05140 4.0 Actividades Domésticas Uripieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo intenso 05140 4.0 Actividades Domésticas Demésticas De pie, armar/desarmar cajas, coasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo moderado 05147 3.0 Actividades Domésticas De pie, armar/desarmar cajas, coasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo moderado 05149 2.5 Actividades Domésticas De pie, armar/desarmar cajas, coasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo moderado 05165 3.5 Actividades Domésticas De pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc) 05165 3.5 Actividades Domésticas Demésticas De pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc) 05170 2.2 Actividades Domésticas Demésticas De pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc) 05180 5.8 Actividades Domésticas Demésticas De pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc) 05180 5.8 Actividades Domésticas Demésticas De pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc) 05181 5.0 Actividades Domésticas Demésticas Caminar y levar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05182 5.0 Activida	05092	4.0	Actividades Domésticas	Lavado de ropa, tendido de ropa, lavado de ropa a mano, esfuerzo moderado
Ost 10 5.0 Actividades Domésticas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas Movilización de muebles, articulos del hogar, cajas Movilización de productos Movilización Movilización Movilización Movilización Movilizaci	05095	2.3	Actividades Domésticas	Lavado de ropa, acomodar ropa, empaquetar ropa, guardar ropa limpia, con desplazamiento
05120 5.8 Actividades Domésticas Mudanza, movilización de muebles, artículos del hogar, cajas (05125 4.8 Actividades Domésticas Mudanza, movilización de cargas ligeras (05130 3.5 Actividades Domésticas Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo moderado (05131 6.5 Actividades Domésticas Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo ligero (05146 3.5 Actividades Domésticas (05146 3.5 Actividades Domésticas (05147 3.0 Actividades Domésticas (05148 3.5 Actividades Domésticas (05149 2.5 Actividades Dom	05100	3.3	Actividades Domésticas	Tender la cama, cambiar las sábanas
05121 5.0 Actividades Domésticas Ordenar la habitación (Unique Somésticas Offica) 3.5 Actividades Domésticas Ordenar la habitación (Unique Somésticas Offica) 3.5 Actividades Domésticas Offica (Some Some Some Some Some Some Some Some	05110	5.0	Actividades Domésticas	Recolección y producción de jarabe de arce (incluye transporte de cubetas, madera)
05125 4.8 Actividades Domésticas Umpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo igero Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo intenso Control de Jacobiero de	05120	5.8	Actividades Domésticas	Movilización de muebles, artículos del hogar, cajas
05130 3.5 Actividades Domésticas Chripieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo ligero (140 4.0 Actividades Domésticas O5140 4.0 Actividades Domésticas O5140 4.0 Actividades Domésticas O5147 3.0 Actividades Domésticas O5147 3.0 Actividades Domésticas O5148 2.5 Actividades Domésticas O5148 2.5 Actividades Domésticas O5149 2.5 Actividades Domésticas O5140 2.0 Actividades Domésticas O5140 2	05121	5.0	Actividades Domésticas	Mudanza, movilzación de cargas ligeras
05131 2.0 Actividades Domésticas (Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo ligero (Diffue) (A Catividades Domésticas (Diffue) (Di	05125	4.8	Actividades Domésticas	Ordenar la habitación
05132 6.5 Actividades Domésticas Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo intenso 05140 4.0 Actividades Domésticas Barrido de garage, acera o los exteriores de la casa 05147 3.0 Actividades Domésticas Chidades Domésticas De pie, armar/desarmar cajas, ocasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo moderado 05148 2.5 Actividades Domésticas Regado las plantas 05149 2.5 Actividades Domésticas Actividades Domésticas Chidades Domésticas De pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc) 05160 2.0 Actividades Domésticas De pie, tareas de esfuerzo moderado, no de limpieza (prepararse para salir, cerrar/llavear la puerta, cerrar ventanas, etc) 05170 2.2 Actividades Domésticas De pie, tareas de esfuerzo moderado, no de limpieza (prepararse para salir, cerrar/llavear la puerta, cerrar ventanas, etc) 05171 2.8 Actividades Domésticas De pie, tareas de esfuerzo moderado (solo los períodos activos) 05180 5.8 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo infos de 7 kg o más) 05181 2.0 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05182 2.3 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05183 2.0 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05186 3.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo ligero 05186 3.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05189 2.0 Actividades Domésticas Sentado/ de oniños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05180 2.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmen	05130	3.5	Actividades Domésticas	Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo moderado
051404.0Actividades DomésticasBarrido de garage, acera o los exteriores de la casa051463.5Actividades DomésticasDe pie, armar/desarmar cajas, ocasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo moderado051482.5Actividades DomésticasRegado las plantas051492.5Actividades DomésticasEncendido de chimenea051509.0Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051602.0Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051702.2Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051702.2Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051712.2Actividades DomésticasEn movimiento, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc)051702.2Actividades DomésticasSentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051712.3Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos)051803.0Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)051812.0Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)051822.0Actividades DomésticasCuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, al	05131	2.0	Actividades Domésticas	Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo ligero
05146 3.5 Actividades Domésticas De pie, arman/desarmar cajas, ocasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo moderado 05147 3.0 Actividades Domésticas En movimiento, movilización de productos del hogar, esfuerzo moderado 05149 2.5 Actividades Domésticas Encendido de chimenea 05150 9.0 Actividades Domésticas Movilización de productos del hogar, esfuerzo moderado 05160 3.0 Actividades Domésticas Movilización de productos del hogar, esfuerzo lidento escaleras, transporte de cajas o muebles 05160 3.5 Actividades Domésticas Domésticas De pie, tareas de esfuerzo lidento escaleras, transporte de cajas o muebles 05170 2.2 Actividades Domésticas En movimiento, tareas de esfuerzo moderado, no de limpieza (prepararse para salir, cerrar/llavear la puerta, cerrar ventanas, etc) 05170 3.5 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo iligeno (solo los períodos activos) 05180 5.8 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos) 05182 2.3 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos) 05183 2.0 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05186 3.0 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05186 2.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, bebés, general 05187 2.1 Actividades Domésticas Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05188 2.0 Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05190 2.5 Actividades Domésticas Ceminar/correr, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05190 2.6 Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05132	6.5	Actividades Domésticas	Limpieza de pisos, con apoyo de manos y rodillas, limpieza de baño, bañera, esfuerzo intenso
051473.0Actividades Domésticas 05148En movimiento, movilización de productos del hogar, esfuerzo moderado051482.5Actividades Domésticas 05150Regado las plantas051509.0Actividades Domésticas 05160En movimiento, movilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051602.0Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051602.0Actividades DomésticasDe pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc)051702.2Actividades DomésticasSentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051712.8Actividades DomésticasDe pie, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051803.5Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)051813.0Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)051822.3Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños pequeños (niños de 7 kg)051832.0Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)051842.5Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños pequeños (niños de 7 kg)051852.0Actividades DomésticasCuidado de niños, bebés, general051863.0Actividades DomésticasCuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimen	05140	4.0	Actividades Domésticas	Barrido de garage, acera o los exteriores de la casa
051482.5Actividades DomésticasRegado las plantas051492.5Actividades DomésticasEncendido de chimenea051509.0Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051602.0Actividades DomésticasDe pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc)051702.2Actividades DomésticasEn movimiento, tareas de esfuerzo moderado, no de limpieza (prepararse para salir, cerrar/llavear la puerta, cerrar ventanas, etc)051712.8Actividades DomésticasSentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051753.5Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)051805.8Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más)051813.0Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)051832.0Actividades DomésticasDe pie, cargando un niño051842.5Actividades DomésticasCuidado de niños, sebebes, general051853.0Actividades DomésticasCuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051881.5Actividades DomésticasCuidado de niños, depie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051902.6Actividades DomésticasSentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos ac	05146	3.5	Actividades Domésticas	De pie, armar/desarmar cajas, ocasional movilización de productos de la casa livianos, cargar/descargar productos del auto, esfuerzo moderado
051492.5Actividades DomésticasEncendido de chimenea051509.0Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051602.0Actividades DomésticasDe pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc)051702.2Actividades DomésticasEn movimiento, tareas de esfuerzo moderado, no de limpieza (prepararse para salir, cerrar/llavear la puerta, cerrar ventanas, etc)051712.8Actividades DomésticasSentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051753.5Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos)051805.8Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)051813.0Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más)051822.3Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)051842.5Actividades DomésticasDe pie, cargando un niño051852.0Actividades DomésticasCuidado de niños, bebés, general051863.0Actividades DomésticasCuidado de niños, bebés, general051892.0Actividades DomésticasCuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051802.0Actividades DomésticasActividades DomésticasActividades Domésticas051902.5Actividades Domésti	05147	3.0	Actividades Domésticas	En movimiento, movilización de productos del hogar, esfuerzo moderado
051509.0Actividades DomésticasMovilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles051602.0Actividades DomésticasDe pie, tareas de esfuerzo ligero (cargar combustible, cambio de foco de luz, etc)051702.2Actividades DomésticasEn movimiento, tareas de esfuerzo moderado, no de limpieza (prepararse para salir, cerrar/llavear la puerta, cerrar ventanas, etc)051712.8Actividades DomésticasSentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051753.5Actividades DomésticasDe pie, juego con niños, esfuerzo ilgero (solo los períodos activos)051805.8Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo inderado (solo los períodos activos)051813.0Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más)051822.3Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)051842.5Actividades DomésticasCuidado de niños, bebés, general051852.0Actividades DomésticasCuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051881.5Actividades DomésticasCuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051902.5Actividades DomésticasReclinarse con el bebé051912.8Actividades DomésticasSentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051923.0 <t< td=""><td><i>0514</i>8</td><td>2.5</td><td>Actividades Domésticas</td><td>Regado las plantas</td></t<>	<i>0514</i> 8	2.5	Actividades Domésticas	Regado las plantas
05160 2.0 Actividades Domésticas 05170 2.2 Actividades Domésticas 05171 2.8 Actividades Domésticas 05172 2.8 Actividades Domésticas 05173 3.5 Actividades Domésticas 05174 2.8 Actividades Domésticas 05175 3.5 Actividades Domésticas 05180 5.8 Actividades Domésticas 05181 3.0 Actividades Domésticas 05182 2.3 Actividades Domésticas 05183 2.0 Actividades Domésticas 05184 2.5 Actividades Domésticas 05185 2.0 Actividades Domésticas 05186 3.0 Actividades Domésticas 05187 2.5 Actividades Domésticas 05188 3.0 Actividades Domésticas 05189 3.0 Actividades Domésticas 05180 2.0 Actividades Domésticas	05149	2.5	Actividades Domésticas	Encendido de chimenea
05160 2.0 Actividades Domésticas Continuo de foco de luz, etc) 05170 2.2 Actividades Domésticas Sentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05171 2.8 Actividades Domésticas De pie, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05172 3.5 Actividades Domésticas De pie, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05180 5.8 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos) 05181 3.0 Actividades Domésticas Caminardo/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos) 05183 2.0 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) 05184 2.5 Actividades Domésticas Cuidado de niños, bebés, general 05185 2.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05188 1.5 Actividades Domésticas Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05189 2.0 Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05191 2.8 Actividades Domésticas De pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminary llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05192 3.0 Actividades Domésticas Depie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminary llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminary llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminary llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminary llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminary llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminary llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05192 3.0 Actividades Domésticas Ca	05150	9.0	Actividades Domésticas	Movilización de productos del hogar subiendo escaleras, transporte de cajas o muebles
05170 2.2 Actividades Domésticas Sentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05175 3.5 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos) 05180 5.8 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos) 05181 3.0 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) 05182 2.3 Actividades Domésticas Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) 05183 2.0 Actividades Domésticas De pie, cargando un niño 05184 2.5 Actividades Domésticas Cuidado de niños, bebés, general 05185 2.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05186 3.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, bepús, general 05187 2.5 Actividades Domésticas Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05188 2.5 Actividades Domésticas Reclinarse con el bebé 05189 2.5 Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05191 2.8 Actividades Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05160	2.0	Actividades Domésticas	
051712.8Actividades DomésticasDe pie, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051753.5Actividades DomésticasCaminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)051813.0Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más)051822.3Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)051832.0Actividades DomésticasCaidado de niños, bebés, general051842.5Actividades DomésticasCuidado de niños, bebés, general051852.0Actividades DomésticasCuidado de niños, bebés, general051863.0Actividades DomésticasCuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051892.0Actividades DomésticasCuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051902.5Actividades DomésticasReclinarse con el bebé051912.8Actividades DomésticasAmamantar al bebé, sentada o reclinada051923.0Actividades DomésticasSentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051923.0Actividades DomésticasCaminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05165	3.5	Actividades Domésticas	En movimiento, tareas de esfuerzo moderado, no de limpieza (prepararse para salir, cerrar/llavear la puerta, cerrar ventanas, etc)
O5175 3.5 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos) O5180 5.8 Actividades Domésticas O5181 3.0 Actividades Domésticas O5182 2.3 Actividades Domésticas O5183 2.0 Actividades Domésticas O5185 2.0 Actividades Domésticas O5186 3.0 Actividades Domésticas O5186 3.0 Actividades Domésticas O5188 1.5 Actividades Domésticas O5188 2.0 Actividades Domésticas O5189 2.0 Actividades Domésticas O5190 2.5 Actividades Domésticas O5190 2.8 Actividades Domésticas O5191 2.8 Actividades Domésticas O5191 2.8 Actividades Domésticas O5192 3.0 Actividades Domésticas O5192 051	05170	2.2	Actividades Domésticas	Sentado, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)
5.8 Actividades Domésticas Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos) 5.8 Actividades Domésticas O5181 3.0 Actividades Domésticas O5182 2.3 Actividades Domésticas O5183 2.0 Actividades Domésticas O5185 2.0 Actividades Domésticas O5186 3.0 Actividades Domésticas O5188 1.5 Actividades Domésticas O5188 2.0 Actividades Domésticas O5188 2.0 Actividades Domésticas O5189 2.0 Actividades Domésticas O5190 2.5 Actividades Domésticas O5191 2.8 Actividades Domésticas O5191 2.8 Actividades Domésticas O5192 3.0 Actividades Domésticas O5192 3.0 Actividades Domésticas O5192 3.0 Actividades Domésticas O5193 3.0 Actividades Domésticas O5190 Caminary llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y llevar niños de 7 kg o más) Caminar y lle	05171	2.8	Actividades Domésticas	De pie, juego con niños, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)
051813.0Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más)051822.3Actividades DomésticasCaminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)051832.0Actividades DomésticasDe pie, cargando un niño051842.5Actividades DomésticasCuidado de niños, bebés, general051852.0Actividades DomésticasCuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero051863.0Actividades DomésticasCuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado051881.5Actividades DomésticasReclinarse con el bebé051902.5Actividades DomésticasActividades DomésticasActividades Domésticas051912.8Actividades DomésticasSentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051923.0Actividades DomésticasDe pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051923.0Actividades DomésticasCaminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05175	3.5	Actividades Domésticas	Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo moderado (solo los períodos activos)
Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg) De pie, cargando un niño Cuidado de niños, bebés, general Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado Reclinarse con el bebé Amamantar al bebé, sentada o reclinada Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) De pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05180	5.8	Actividades Domésticas	Caminando/corriendo, juego con niños, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)
2.0 Actividades Domésticas De pie, cargando un niño Cuidado de niños, bebés, general Cuidado de niños, bebés, general Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado Reclinarse con el bebé Amamantar al bebé, sentada o reclinada Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) De pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05181	3.0	Actividades Domésticas	Caminar y llevar niños pequeños (niños de 7 kg o más)
Cuidado de niños, bebés, general Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado Reclinarse con el bebé Amamantar al bebé, sentada o reclinada Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) De pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) Caminar/correr, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05182	2.3	Actividades Domésticas	Caminar y llevar niños pequeños (niños de menos de 7 kg)
Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Actividades Domésticas Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) De pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) Caminar/correr, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05183	2.0	Actividades Domésticas	De pie, cargando un niño
05186 3.0 Actividades Domésticas Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado 05188 1.5 Actividades Domésticas Reclinarse con el bebé 05189 2.0 Actividades Domésticas Amamantar al bebé, sentada o reclinada 05190 2.5 Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05191 2.8 Actividades Domésticas Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05184	2.5	Actividades Domésticas	Cuidado de niños, bebés, general
051881.5Actividades DomésticasReclinarse con el bebé051892.0Actividades DomésticasAmamantar al bebé, sentada o reclinada051902.5Actividades DomésticasSentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051912.8Actividades DomésticasDe pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)051923.0Actividades DomésticasCaminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05185	2.0	Actividades Domésticas	Cuidado de niños, sentado/de rodillas (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), general, esfuerzo ligero
 O5189 2.0 Actividades Domésticas Amamantar al bebé, sentada o reclinada O5190 2.5 Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) O5191 2.8 Actividades Domésticas Domésticas Domésticas Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) O5192 3.0 Actividades Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 	05186	3.0	Actividades Domésticas	Cuidado de niños, de pie (ej: vistiéndolos, bañándolos, arreglándolos, alimentándolos, ocasionalmente cargándolos), esfuerzo moderado
 05190 2.5 Actividades Domésticas Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05191 2.8 Actividades Domésticas Domésticas Domésticas Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 	05188	1.5	Actividades Domésticas	Reclinarse con el bebé
05191 2.8 Actividades Domésticas De pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos) 05192 3.0 Actividades Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05189	2.0	Actividades Domésticas	Amamantar al bebé, sentada o reclinada
05192 3.0 Actividades Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05190	2.5	Actividades Domésticas	Sentado, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)
	05191	2.8	Actividades Domésticas	De pie, jugar con animales, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)
05/00 A 0 Astributed Devide the Constraint and the Constraint and the Constraint and Constraint	05192	3.0	Actividades Domésticas	Caminar/correr, jugar con animales, general, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)
US193 4.0 ACTIVIDADES DOMESTICAS CAMINAR/CORRER, JUGAR CON ANIMAIES, ESTUERZO MODERADO (SOÍO IOS PERIODOS ACTIVOS)	05193	4.0	Actividades Domésticas	Caminar/correr, jugar con animales, esfuerzo moderado (solo los períodos activos)
05194 5.0 Actividades Domésticas Caminar/correr, jugar con animales, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)	05194	5.0	Actividades Domésticas	Caminar/correr, jugar con animales, esfuerzo intenso (solo los períodos activos)
05195 3.5 Actividades Domésticas De pie, bañar al perro	05195	3.5	Actividades Domésticas	De pie, bañar al perro
05197 2.3 Actividades Domésticas Cuidado de animales, animales domésticos, general	05197	2.3	Actividades Domésticas	Cuidado de animales, animales domésticos, general
05200 4.0 Actividades Domésticas Cuidado de mayores, adultos con discapacidad, aseo, vestimenta, traslado desde/hacia la cama (solo los períodos activos)	05200	4.0	Actividades Domésticas	
05205 2.3 Actividades Domésticas Cuidado de mayores, adultos con discapacidad, alimentación, cepillado del cabello, esfuerzo ligero (solo los períodos activos)	05205	2.3	Actividades Domésticas	
06010 3.0 Reparaciones Domésticas Reparaciones aéreas		3.0	•	·
06020 4.0 Reparaciones Domésticas Mantención de la carrocería automotríz				
06030 3.3 Reparaciones Domésticas Reparación automotríz, esfuerzo ligero o moderado				
06040 3.0 Reparaciones Domésticas Carpintería, general, taller (Código Taylor 620)	06040	3.0	Reparaciones Domésticas	Carpintería, general, taller (Código Taylor 620)

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
06050	6.0	Reparaciones Domésticas	Carpintería, en el exterior de la casa, instalación de canaletas de desague (Código Taylor 640)
06052	3.8	Reparaciones Domésticas	Carpintería, en el exterior de la casa, construcción de cercas
06060	3.3	Reparaciones Domésticas	Carpintería, finalización o restauración de armarios o muebles
06070	6.0	Reparaciones Domésticas	Carpintería, serruchado de madera
06072	4.0	Reparaciones Domésticas	Carpintería, tareas de remodelación del hogar, esfuerzo moderado
06074	2.3	Reparaciones Domésticas	Carpintería, tareas de remodelación del hogar, esfuerzo ligero
06080	5.0	Reparaciones Domésticas	Masillado, grietas en madera
06090	4.5	Reparaciones Domésticas	Masillado, exceptuando grietas en madera
06100	5.0	Reparaciones Domésticas	Limpieza de desagues
06110	5.0	Reparaciones Domésticas	Excavación para construcción de garage
06120	5.0	Reparaciones Domésticas	Colocación de ventanas anti tormentas
06122	5.0	Reparaciones Domésticas	Colgar paneles de yeso en el interior del hogar
06124	3.0	Reparaciones Domésticas	Martillar clavos
06126	2.5	Reparaciones Domésticas	Reparaciones domésticas, general, esfuerzo ligero
06127	4.5	Reparaciones Domésticas	Reparaciones domésticas, general, esfuerzo moderado
06128	6.0	Reparaciones Domésticas	Reparaciones domésticas, general, esfuerzo intenso
<i>06130</i> 06140	4.5	Reparaciones Domésticas	Colocar o quitar alfombras Colocar azulejos o linóleo, reparación de electrodomésticos
06140 06144	3.8 <i>3.0</i>	Reparaciones Domésticas Reparaciones Domésticas	Reparación de electrodomésticos
		•	·
06150	5.0	Reparaciones Domésticas	Pintura, en el exterior del hogar (Código Taylor 650)
06160	3.3	Reparaciones Domésticas	Pintura, en el interior del hogar, empapelado, quitar pintura de una superficie
06165	4.5	Reparaciones Domésticas	Pintura (Código Taylor 630)
06167	3.0	Reparaciones Domésticas	Plomeria, general
06170	3.0	Reparaciones Domésticas	Colocar y quitar la lona cobertora de un velero
06180	6.0	Reparaciones Domésticas	Techado
06190	4.5	Reparaciones Domésticas	Pulir pisos con puidora eléctrica
06200	4.5	Reparaciones Domésticas	Despintar y pintar veleros o lanchas de motor
06205	2.0	Reparaciones Domésticas	Afilado de herramientas
06210	5.0	Reparaciones Domésticas	Esparcir tierra con pala
06220	4.5	Reparaciones Domésticas	Lavado y encerado externo de veleros o aviónes
06225	2.0	Reparaciones Domésticas	Lavado y encerado de autos
06230	4.5	Reparaciones Domésticas	Lavado de cercos, pintura de cercos, esfuerzo moderado
06240	3.3	Reparaciones Domésticas	Cableado, instalación eléctrica
07010	1.0	Inactividad	Descansar en silencio y mirar televisión
07011	1.3	Inactividad	Descansar en silencio, sin realizar actividad, despierto sobre la cama, escuchando música (sin hablar o leer)
07020	1.3	Inactividad	Mirar televisión, sentado en silencio
07021	1.3	Inactividad	Sentado, en silencio, general
07022	1.5	Inactividad	Sentado en silencio, algunos movimientos, general, moviendo las manos
07023	1.8	Inactividad	Sentado, moviendo los pies
07024	1.3	Inactividad	Sentado, fumando
07025	1.5	Inactividad	Sentado, escuchando música (sin hablar o leer)
07026	1.3	Inactividad	Sentado en el escritorio, apoyando la cabeza sobre las manos
07030		Inactividad	Dormir Do min on alleration and an area billions
07040	1.3	Inactividad	De pie en silencio, esperando en una hilera
07041	1.8	Inactividad	De pie, realizando algunos movimientos
07050 07060	1.3 1.3	Inactividad Inactividad	Recostado, escribiendo Recostado, conversando o hablando por teléfono
07060	1.3	Inactividad	Recostado, conversando o nabiando por telefono Recostado, leyendo
07070	1.0	Inactividad	Meditación
0/0/3	1.0	mactividad	WEGITACION

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
08009	3.3	Césped y Jardín	Transporte, carga o apilamiento de madera, carga/descarga o transporte de madera, esfuerzo ligero a moderado
08010	5.5	Césped y Jardín	Transporte, carga o apilamiento de madera, carga/descarga o transporte de madera
08019	4.5	Césped y Jardín	Corte de madera, tala de troncos, esfuerzo moderado
08020	6.3	Césped y Jardín	Corte de madera, tala de troncos, esfuerzo intenso
08025	3.5	Césped y Jardín	Recorte de arbustos pequeños, recorte de césped, esfuerzo moderado
08030	6.3	Césped y Jardín	Arreglo de arbustos/terreno, trabajo de la tierra, maleza, o terreno, recoger ramas, tareas con carretilla, esfuerzo intenso
08040	5.0	Césped y Jardín	Excavar un arenero, usando pala
08045	3.5	Césped y Jardín	Excavar, uso de pala, relleno del jardín, abono de tierra, esfuerzo ligero a moderado
08050	5.0	Césped y Jardín	Excavar, uso de pala, relleno del jardín, abono de tierra (Código Taylor 590)
08052	7.8	Césped y Jardín	Excavar, uso de pala, relleno del jardín, abono de tierra, esfuerzo intenso
08055	2.8	Césped y Jardín	Conducir un tractor
08057	8.3	Césped y Jardín	Talado de árboles, gran tamaño
08058	5.3	Césped y Jardín	Talado de árboles, tamaño pequeño a mediano
08060	5.8	Césped y Jardín	Jardinería con herramientas eléctricas pesadas, cultivo de jardín, uso de motosierra
08065	2.3	Césped y Jardín	Jardinería, uso de containers, personas mayores de 60 años
08070	4.0	Césped y Jardín	Canales de riego, apertura y cierre de puertos
08080	6.3	Césped y Jardín	Colocación de piedras pequeñas para jardín
08090	5.0	Césped y Jardín	Colocación de césped
08095	5.5	Césped y Jardín	Corte de césped, general
08100	2.5	Césped y Jardín	Corte de césped, conducir una cortadora de césped (Código Taylor 550)
08110	6.0	Césped y Jardín	Corte de césped, caminando, con cortadora manual (Código Taylor 570)
08120	5.0	Césped y Jardín	Corte de césped, caminando, con cortadora eléctrica, esfuerzo moderado o vigoroso
08125	4.5	Césped y Jardín	Corte de césped, con cortadora eléctrica, esfuerzo ligero o moderado (Código Taylor 590)
08130	2.5	Césped y Jardín	Uso de máquina quitanieve, caminando
08135	2.0	Césped y Jardín	Plantar, abono de tierra, plantación de semillas o plantas, esfuerzo ligero
08140	4.3	Césped y Jardín	Plantación de semillas, arbustos, agachado, esfuerzo moderado
08145	4.3	Césped y Jardín	Plantación de frutas, vegetales o plantas, agachado, esfuerzo moderado
08150	4.5	Césped y Jardín	Plantación de árboles
08160	3.8	Césped y Jardín	Rastrillado de hojas o césped, esfuerzo moderado
08165	4.0	Césped y Jardín	Rastrillado de césped (Código Taylor 600)
08170	4.0	Césped y Jardín	Rastrillado de techo con rastrillo de nieve
08180	3.0	Césped y Jardín	Conducción de máquina quitanieve
08190	4.0	Césped y Jardín	Embolsado de césped, hojas
08192	5.5	Césped y Jardín	Uso de la pala en lodo o suciedad
08195	5.3	Césped y Jardín	Uso de la pala en nieve, a mano, esfuerzo moderado
08200	6.0	Césped y Jardín	Uso de la pala en nieve, a mano (Código Taylor 610)
08202	7.5	Césped y Jardín	Uso de la pala en nieve, a mano, esfuerzo intenso
08210	4.0	Césped y Jardín	Recorte de arbustos o árboles, corte manual
08215	3.5	Césped y Jardín	Recorte de arbustos o árboles, con cortadora eléctrica, uso de sopladores de hojas, bordeadoras, esfuerzo moderado
08220	3.0	Césped y Jardín	Caminando, aplicación de fertilizante o sembrado, aplicador a presión
<i>0</i> 8230 08239	1.5 3.5	Césped y Jardín Césped y Jardín	Riego de césped o jardín, de pie o caminando Desmalezado, cultivo del jardín, esfuerzo ligero a moderado
08240	3.5 4.5	Césped y Jardín	Desmalezado, cultivo del jardín (Código Taylor 580)
08240	5.0	Césped y Jardín	Desmalezado, cultivo del jardín, uso de la azada, esfuerzo moderado a intenso
08241		Césped y Jardín	Jardinería, general, esfuerzo moderado
08245	3.5	Césped y Jardín	Recolección de frutas de árboles, recolección de frutas/vegetales, esfuerzo moderado
08248	3.5 4.5	Césped y Jardín	Recolección de frutas de árboles, recolección de frutas/vegetales, esfuerzo moderado Recolección de frutas de árboles, cosecha de frutas, recolección de frutas/vegetales, uso de escalera para recolección de frutas, esfuerzo intenso
00240	4.5	Coopea y varuin	resolventi de indias de albeito, coscena de indias, recolventi de indias/vegetales, dos de escalera para recollección de indias, estuerzo interiso
08250	3.3	Césped y Jardín	Cuidado del jardín, esfuerzo ligero, recolección de flores o vegetales, caminando/de pie
08251	3.0	Césped y Jardín	Recolección de herramientas de jardinería, caminando
08255	5.5	Césped y Jardín	Empuje de carro de jardinería o carretilla

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
08260	3.0	Césped y Jardín	Jardinería, general, esfuerzo ligero
08261	4.0	Césped y Jardín	Jardinería, general, esfuerzo moderado
08262	6.0	Césped y Jardín	Jardinería, general, esfuerzo intenso
09000	1.5	Misceláneas	Juegos de mesa, sentado
09005	2.5	Misceláneas	Juegos en casino, de pie
09010	1.5	Misceláneas	Juego de cartas, sentado
09013	1.5	Misceláneas	Juego de ajedréz, sentado
09015	1.5	Misceláneas	Fotocopiado de documentos, de pie
09020	1.8	Misceláneas	Dibujo, escritura, pintura, de pie
09025	1.0	Misceláneas	Reirse, sentado
09030	1.3	Misceláneas	Sentado, lectura de libro, periódico, etc
09040	1.3	Misceláneas	Sentado, escritura, trabajo de escritorio, tipeo
09045	1.0	Misceláneas	Sentado, uso de video juegos tradicionales, juegos en computadora
09050	1.8	Misceláneas	De pie, conversación, en persona, al teléfono, computadora o mensaje de texto, esfuerzo ligero
09055	1.5	Misceláneas	De pie, conversación, en persona, al teléfono, computadora o mensaje de texto, esfuerzo ligero
09060	1.3	Misceláneas	Sentado, estudiando, general, leyendo y/o escribiendo, esfuerzo ligero
09065	1.8	Misceláneas	Sentado, en clases, general, tomando nota o en discusión de temas
09070	1.8	Misceláneas	De pie, lectura
09071	2.5	Misceláneas	De pie, misceláneas
09075	1.8	Misceláneas	Sentado, arte y artesanías, tallado de madera, tejido, hilado de lana, esfuerzo ligero
09080	3.0	Misceláneas	Sentado, arte y artesanías, tallado de madera, tejido, hilado de lana, esfuerzo moderado
09085	2.5	Misceláneas	De pie, arte y artesanías, pintura sobre arena, tallado, tejido, esfuerzo ligero
09090	3.3	Misceláneas	De pie, arte y artesanías, pintura sobre arena, tallado, tejido, esfuerzo moderado
09095	3.5	Misceláneas	De pie, arte y artesanías, pintura sobre arena, tallado, tejido, esfuerzo intenso
09100	1.8	Misceláneas	Reuniones familiares, sentado, relajado, conversando, comiendo
09101	3.0	Misceláneas	Reuniones familiares, juego con niños
09105	2.0	Misceláneas	Turismo/viaje/vacaciones conduciendo un vehículo
09106	3.5	Misceláneas	Turismo/viaje/vacaciones caminando
09110	2.5	Misceláneas	Camping, de pie, caminando, sentado, esfuerzo ligero a moderado
09115	1.5	Misceláneas	Sentado en evento deportivo, espectador
10010	1.8	Instrumentos Musicales	Acordión, sentado
10020	2.3	Instrumentos Musicales	Violonchelo, sentado
10030	2.3	Instrumentos Musicales	Dirección de orquesta, de pie
10035	2.5	Instrumentos Musicales	Contrabajo, de pie
10040	3.8	Instrumentos Musicales	Batería, sentado
10045	3.0	Instrumentos Musicales	Percusión (ej, bongo, conga, benbe), esfuerzo moderado, sentado
10050	2.0	Instrumentos Musicales	Flauta, sentado
10060	1.8	Instrumentos Musicales	Cuerno, de pie
10070	2.3	Instrumentos Musicales	Piano, sentado
10074	2.0	Instrumentos Musicales	Uso de instrumentos musicales, general
10077	2.0	Instrumentos Musicales	Organo, sentado
10080	3.5	Instrumentos Musicales	Trombón, de pie
10090	1.8	Instrumentos Musicales	Trompeta, de pie
10100	2.5	Instrumentos Musicales	Violín, sentado
10110	1.8	Instrumentos Musicales	Instrumentos de viento, sentado
10120	2.0	Instrumentos Musicales	Guitarra, clásica, folklore, sentado
10125	3.0	Instrumentos Musicales	Guitarra, banda de rock and roll, de pie
10130	4.0	Instrumentos Musicales	Banda de desfile, giro de bastón, caminando, paso moderado, general
10131	5.5	Instrumentos Musicales	Banda de desfile, tocando un instrumento, caminando, paso rápido, general
10135	3.5	Instrumentos Musicales	Banda de desfile, tambor principal, caminando
11003	2.3	Ocupación u Oficios	Trabajo activo con micro ordenador, escritorio con tapiz rodante, caminando

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
11006	3.0	Ocupación u Oficios	Azafata
11010	4.0	Ocupación u Oficios	Panadería, general, esfuerzo moderado
11015	2.0	Ocupación u Oficios	Panadería, esfuerzo ligero
11020	2.3	Ocupación u Oficios	Encuadernación
11030	6.0	Ocupación u Oficios	Construcción de carreteras, manejo de maquinaria pesada
11035	2.0	Ocupación u Oficios	Construcción de carreteras, dirección de tráfico, de pie
11038	2.5	Ocupación u Oficios	Carpintería, general, esfuerzo ligero
11040	4.3	Ocupación u Oficios	Carpintería, general, esfuerzo moderado
11042	7.0	Ocupación u Oficios	Carpintería, general, esfuerzo intenso
11050	8.0	Ocupación u Oficios	Transporte de cargas pesadas (ej, ladrillos, herramientas)
11060	8.0	Ocupación u Oficios	Transporte de cargas moderadas subiendo escaleras, con cajas de 11-22 kg
11070	4.0	Ocupación u Oficios	Camarero, empleado de hotel, armado de camas, limpieza de baño, empuje de carro de limpieza
11080	5.3	Ocupación u Oficios	Extracción de carbón, perforación y obtención de rocas
11090	5.0	Ocupación u Oficios	Extracción de carbón, uso de soporte
11100	5.5	Ocupación u Oficios	Extracción de carbón, general
11110	6.3	Ocupación u Oficios	Extracción de carbón, con pala
11115	2.5	Ocupación u Oficios	Cocina, chef
11120	4.0	Ocupación u Oficios	Construcción, exteriores del hogar, remodelado, nuevas estructuras (ej: reparación de techos, misceláneas)
11125	2.3	Ocupación u Oficios	Servicio de portería, esfuerzo ligero (ej: limpieza de sanitarios, uso de aspiradora, plumero, limpieza ligera)
11126	3.8	Ocupación u Oficios	Servicio de portería, esfuerzo moderado (ej: lustrar, barrer, trapear, retirar basura, usar la aspiradora)
11128	2.0	Ocupación u Oficios	Manejo de camión de reparto, taxi, ómnibus
11130	3.3	Ocupación u Oficios	Trabajo eléctrico (ej: conección de cables, redes eléctricas)
11135	1.8	Ocupación u Oficios	Ingeniería (ej: mecánica o eléctrica)
11145	7.8	Ocupación u Oficios	Agricultura, esfuerzo intenso (ej: empacado de heno, limpieza de establo)
11146	4.8	Ocupación u Oficios	Agricultura, esfuerzo moderado (ej: alimentar animales, persecución de ganado caminando y/o caballo, abono con estiércol, recolección de cosecha)
11147	2.0	Ocupación u Oficios	Agricultura, esfuerzo ligero (ej: limpieza de corrales, preparación de alimento para animales)
11170	2.8	Ocupación u Oficios	Agricultura, tareas de manejo (ej: manejo de tractor o cosechadora)
11180	3.5	Ocupación u Oficios	Agricultura, alimentación de pequeños animales
11190	4.3	Ocupación u Oficios	Agricultura, alimentación de ganado, caballos
11191	4.3	Ocupación u Oficios	Agricultura, transporte de agua para animales, transporte de agua en general
11192	4.5	Ocupación u Oficios	Agrcultura, cuidado de animales (ej: acicalado, cepillado, esquilado de ovejas, asistencia en el nacimiento, cuidado médico, yerra de animales)
11195	3.8	Ocupación u Oficios	Agricultura, plantación de arróz, molienda de granos
11210	3.5	Ocupación u Oficios	Agricultura, ordeñado a mano, limpieza de cubetas, esfuerzo moderado
11220	1.3	Ocupación u Oficios	Agricultura, ordeñado con ordeñadora, esfuerzo ligero
11240	8.0	Ocupación u Oficios	Bombero, general
11244	6.8	Ocupación u Oficios	Bombero, rescate de víctimas, accidente automovilístico, uso de herramientas en gancho
11245	8.0	Ocupación u Oficios	Bombero, en ascenso y trepada con uniforme completo, entrenamiento de simulación
11246	9.0	Ocupación u Oficios	Bombero, recolección de mangueras, transporte/carga de equipamiento, rotura de muros, etc, uso de equipamiento completo
11247	3.5	Ocupación u Oficios	Pesca, comercial, esfuerzo ligero
11248	5.0	Ocupación u Oficios	Pesca, comercial, esfuerzo moderado
11249	7.0	Ocupación u Oficios	Pesca, comercial, esfuerzo intenso
11250	17.5	Ocupación u Oficios	Forestación, corte con hacha, muy rápido, peso del hacha 1,25 Kg, 51 golpes/min, esfuerzo extremadamente intenso
11260	5.0	Ocupación u Oficios	Forestación, corte con hacha, lento, peso del hacha 1,25 Kg, 19 golpes/min, esfuerzo moderado
11262	8.0	Ocupación u Oficios	Forestación, corte con hacha, rápido, peso del hacha 1,25 Kg, 35 golpes/min, esfuerzo intenso
11264	4.5	Ocupación u Oficios	Forestación, esfuerzo moderado (ej: uso de sierra eléctrica, desmalezado, uso de la hazada)
11266	8.0	Ocupación u Oficios	Forestación, esfuerzo intenso (ej: descortezado, talado, o recorte de árboles, transporte o apilamiento de troncos, plantación de semillas, uso de sierra manual)
11370	4.5	Ocupación u Oficios	Peletería
11375	4.0	Ocupación u Oficios	Recolección de basura, caminando, arrojando basura al camión recolector
11378	1.8	Ocupación u Oficios	Estilista de cabello (ej: trenzado del cabello, manicuría, cosmetología)
11380	7.3	Ocupación u Oficios	Acicalado de caballos, alimentación, limpieza de casilla, ducha, cepillado, recorte, entrenamiento y ejercitación de caballos
		•	

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
11381	4.3	Ocupación u Oficios	Alimentación de caballos, limpieza de casilla, caminando y transportando cargas
11390	7.3	Ocupación u Oficios	Carrera de caballos, galope
11400	5.8	Ocupación u Oficios	Carrera de caballos, trote
11410	3.8	Ocupación u Oficios	Carrera de caballos, caminata
11413	3.0	Ocupación u Oficios	Servicio de cocina
11415	4.0	Ocupación u Oficios	Jardinería, trabajo de jardín, general
11418	3.3	Ocupación u Oficios	Empleado de lavandería
11420	3.0	Ocupación u Oficios	Cerrajero
11430	3.0	Ocupación u Oficios	Operador de máquinas (ej: mecánica, trabajo sobre hojas de metal, operario de máquinas, tornería, soldado), esfuerzo ligero a moderado
11450	5.0	Ocupación u Oficios	Operario de máquinas, prensado, esfuerzo moderado
11472	1.8	Ocupación u Oficios	Administrador, de propiedades
11475	2.8	Ocupación u Oficios	Trabajo manual o no cualificado, general, esfuerzo ligero
11476	4.5	Ocupación u Oficios	Trabajo manual o no cualificado, general, esfuerzo moderado
11477	6.5	Ocupación u Oficios	Trabajo manual o no cualificado, general, esfuerzo intenso
11480	4.3	Ocupación u Oficios	Albañilería, hormigón, esfuerzo moderado
11482	2.5	Ocupación u Oficios	Albañilería, hormigón, esfuerzo ligero
11485	4.0	Ocupación u Oficios	Masajista terapéutico, de pie
11490	7.5	Ocupación u Oficios	Mudanza, transporte o empuje de objetos pesados, 34 kg o más, solo períodos activos (ej: escritorios, uso de camionetas de mudanza)
11 4 95	12.0	Ocupación u Oficios	Buceo o submarinismo, agentes de marina
11500	2.5	Ocupación u Oficios	Operario de equipamiento pesado, automatizado, sin manejo
11510	4.5	Ocupación u Oficios	Trabajo en plantación de naranjos, recolección de frutas
11514	3.3	Ocupación u Oficios	Pintura, de casa, muebles, esfuerzo moderado
11516	3.0	Ocupación u Oficios	Plomería
11520	2.0	Ocupación u Oficios	Impresiones, trabajador en industria del papel, de pie
11525	2.5	Ocupación u Oficios	Policía, dirección de tráfico, de pie
11526	2.5	Ocupación u Oficios	Policía, manejo de patrulla, sentado
11527	1.3	Ocupación u Oficios	Policía, acompañante de patrulla, sentado
11528	4.0	Ocupación u Oficios	Policía, en actividad de arresto, de pie
11529	2.3	Ocupación u Oficios	Cartero, entrega de cartas caminando
11530	2.0	Ocupación u Oficios	Zapatero, general
11540	7.8	Ocupación u Oficios	Uso de la pala, cavar un hoyo
11550	8.8	Ocupación u Oficios	Uso de la pala, más de 7 kg/min, cavado en profundidad, esfuerzo intenso
11560	5.0	Ocupación u Oficios	Uso de la pala, menos de 4,5 kg/min, esfuerzo moderado
11570	6.5	Ocupación u Oficios	Uso de la pala, 4,5 a 7 kg/min, esfuerzo intenso
11580	1.5	Ocupación u Oficios	Tareas sentado, esfuerzo ligero (ej: trabajo de oficina, laboratorio, informática, reparación de relojes, ensamblaje, lectura, trabajo de escritorio)
11585	1.5	Ocupación u Oficios	Reuniones, sentado, esfuerzo ligero, general, y/o conversando (ej: comida en una reunión de negocios)
11590	2.5	Ocupación u Oficios	Tareas sentado, esfuerzo moderado (ej: empuje de palancas pesadas, manejo de montacargas/corta césped, grúas)
11593	2.8	Ocupación u Oficios	Sentado, enseñanza de stretching o yoga, o ejercicios de esfuerzo ligero
11600	3.0	Ocupación u Oficios	Tareas de pie, esfuerzo ligero (ej: atención en barra de bar, empleado, ensamblaje, tareas de archivo y bilioteca, copiado, armado de árbol de navidad, de pie
			y conversando en el trabajo, cambio de ropa para la enseñanza de educación física, de pie)
11610	3.0	Ocupación u Oficios	De pie, esfuerzo ligero/moderado (ej: ensamblaje/reparación de partes pesadas, soldadura, almacenamiento de piezas, reparación de automóviles,
			empaquetamiento de cajas, cuidado de pacientes)
11615	4.5	Ocupación u Oficios	De pie, esfuerzo moderado, movilización de objetos contínuamente, 4,5-9 Kg, con breves períodos de descanso o caminata
11620	3.5	Ocupación u Oficios	De pie, esfuerzo moderado, movilización intermitente de objetos de 23 Kg, enganche/desenganche de sogas
11630	4.5	Ocupación u Oficios	De pie, tareas moderadas/intensas (ej: movilización de más de 23 Kg, albañilería, pintura, empapelado)
11708	5.3	Ocupación u Oficios	Trabajo del acero, esfuerzo moderado (ej: moldeado, forjado, recambio de moldes)
11710	8.3	Ocupación u Oficios	Trabajo del acero, esfuerzo intenso (ej: laminado a mano, laminado de productos siderúrgicos, remoción de escombros, cuidado del horno o caldera)
44700	0.0	Onumentée a Official	Canturaria, conto de tola
11720		Ocupación u Oficios	Sastrería, corte de tela
11730		Ocupación u Oficios	Sastrería, general
11740	1.8	Ocupación u Oficios	Sastrería, costura manual

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
11750	2.5	Ocupación u Oficios	Sastrería, con máquina de coser
11760		Ocupación u Oficios	Sastrería, planchado
11763	2.0	Ocupación u Oficios	Sastrería, tejido, esfuerzo ligero (ej: finalización de actividades, lavado, teñido, inspección de ropa, conteo en depósito, papeleo)
11765	4.0	Ocupación u Oficios	Sastrería, tejido, esfuerzo moderado (ej: hilado y tejido, transporte de cajas de hilo, carga de carreteles, estampado de pins, enrollado de hilo, urdimbre y trama, corte de tela)
11766	6.5	Ocupación u Oficios	Transporte de camiones, carga y descarga de camiones, soportar cargas, de pie, caminar y transportar cargas pesadas
11767	2.0	Ocupación u Oficios	Transporte, manejo de camiones repartidores, taxi, colectivos de transporte, escolares
11770	1.3	Ocupación u Oficios	Tipeo, eléctrico, manual o en computadora
11780	6.3	Ocupación u Oficios	Uso de herramientas eléctricas como herramientas neumáticas pesadas (ej: martillos neumáticos, taladros)
11790	8.0	Ocupación u Oficios	Uso de herramientas pesadas (no eléctricas) como pala, pico, palancas
11791	2.0	Ocupación u Oficios	Caminata en el trabajo, menos de 3 km/h, muy baja velocidad, en oficina o área de laboratorio
11792	3.5	Ocupación u Oficios	Caminata en el trabajo, 5 km/h, en oficina, velocidad moderada, sin transporte de objetos
11793	4.3	Ocupación u Oficios	Caminata en el trabajo, 5,6 km/h, en oficina, caminata rápida, sin transporte de objetos
11795	3.5	Ocupación u Oficios	Caminata en el trabajo, 4 Km/h, baja velocidad y transportando objetos livianos menores de 11 Kg
11796	3.0	Ocupación u Oficios	Caminata, recogiendo objetos para el trabajo, a momentos de salir
11797	3.8	Ocupación u Oficios	Caminata, 4 Km/h, baja velocidad, transportando objetos pesados mayores de 11 Kg
11800	4.5	Ocupación u Oficios	Caminata, 5 km/h, velocidad moderada y transportando objetos livianos menores de 11 Kg
11805	3.5	Ocupación u Oficios	Caminata, empujando una silla de ruedas
11810	4.8	Ocupación u Oficios	Caminata, 5,6 Km/h, rápida y transportando objetos menores de 11 Kg
11820	5.0	Ocupación u Oficios	Caminata o descenso de escaleras o de pie, transportando objetos entre 11 y 22 Kg
11830	6.5	Ocupación u Oficios	Caminata o descenso de escaleras o de pie, transportando objetos entre 22,6 y 33,5 kg
11840	7.5	Ocupación u Oficios	Caminata o descenso de escaleras o de pie, transportando objetos entre 34 y 45 Kg
11850	8.5	Ocupación u Oficios	Caminata o descenso de escaleras o de pie, transportando objetos de 45 kg o mayores
11870	3.0	Ocupación u Oficios	Preparación de escena, actor de teatro, empleado detrás de cámaras o bastidores
12010	6.0	Carrera	Combinación de trote/caminata (trote menor a 10 minutos) (Código Taylor 180)
12020	7.0	Carrera	Trote, general
12025	8.0	Carrera	Trote, sin desplazamiento
12027	4.5	Carrera	Trote, sobre un mini-tramp
12029	6.0	Carrera	Correr, 6,5 km/h (9 min/km)
12030	8.3	Carrera	Correr, 8 km/h (7,5 min/km)
12040	9.0	Carrera	Correr, 8,4 km/h (7,3 min/km)
12050	9.8	Carrera	Correr, 9,6 km/h (6,3 min/km)
12060	10.5	Carrera	Correr, 10,8 km/h (5,5 min/km)
12070	11.0	Carrera	Correr, 11,3 km/h (5,3 min/km)
12080	11.5	Carrera	Correr, 12 km/h (5 min/km)
12090	11.8	Carrera	Correr, 12,9 km/h (4,7 min/km)
12100	12.3	Carrera	Correr, 13,8 km/h (4,3 min/km)
12110	12.8	Carrera	Correr, 14,5 km/h (4,1 min/km)
12120	14.5	Carrera	Correr, 16 km/h (3,8 min/km)
12130	16.0	Carrera	Correr, 17,7 km/h (3,4 min/km)
12132	19.0	Carrera	Correr, 19,3 km/h (3,1 min/km)
12134	19.8	Carrera	Correr, 20,9 km/h (2,9 min/km)
12135	23.0	Carrera	Correr, 22,5 km/h (2,6 min/km)
12140	9.0	Carrera	Correr, cross country
12150	8.0	Carrera	Correr (Código Taylor 200)
12170	15.0	Carrera	Correr, subiendo escaleras
12180	10.0	Carrera	Correr, sobre una cinta, entrenamiento en grupo
12190	8.0	Carrera	Correr, entrenamiento, empujando una silla de ruedas o carro de bebé
12200	13.3	Carrera	Correr, maratón
13000	2.3	Cuidado Personal	Preparación para irse a la cama, general, de pie
13009	1.8	Cuidado Personal	Sentado, en el toilet, evacuando de pié o en semi flexión

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
13010	1.5	Cuidado Personal	Bañarse, sentado
13020	2.5	Cuidado Personal	Vestirse, desvestirse, de pie o sentado
13030	1.5	Cuidado Personal	Comer, sentado
13035	2.0	Cuidado Personal	Conversar y comer o comer solamente, de pie
13036	1.5	Cuidado Personal	Ingesta de medicamentos, sentado o de pie
13040	2.0	Cuidado Personal	Acicalarse, lavarse las manos, afeitarse, cepillarse los dientes, maquillarse, sentado o de pie
13045	2.5	Cuidado Personal	Peinarse, de pie
13046	1.3	Cuidado Personal	Peinado y manicuría realizados por otra persona, sentado
13050	2.0	Cuidado Personal	Ducharse, secarse, de pie
14010	2.8	Actividad Sexual	Sujeto activo, esfuerzo intenso
14020	1.8	Actividad Sexual	General, esfuerzo moderado
14030	1.3	Actividad Sexual	Sujeto pasivo, esfuerzo ligero, besarse, abrazarse
15000	5.5	Deportes	Juegos originarios de Alaska, Juegos olímpicos esquimales, general
15010	4.3	Deportes	Arquería, no de caza
15020	7.0	Deportes	Bádminton, competitivo (Código Taylor 450)
15030	5.5	Deportes	Bádminton, dobles y singles, general
15040	8.0	Deportes	Baloncesto, partido (Código Taylor 490)
15050	6.0	Deportes	Baloncesto, no en partido, general (Código Taylor 480)
15055	6.5	Deportes	Baloncesto, general
15060	7.0	Deportes	Baloncesto, arbitraje (Código Taylor 500)
15070	4.5	Deportes	Baloncesto, tiros al cesto
15072	9.3	Deportes	Baloncesto, drills de práctica
15075	7.8	Deportes	Baloncesto, en silla de ruedas
15080	2.5	Deportes	Billar
15090	3.0	Deportes	Bowling (Código Taylor 390)
15092	3.8	Deportes	Bowling, indoor, en pista
15100	12.8	Deportes	Boxeo, en cuadrilátero, general
15110	5.5	Deportes	Boxeo, entrenamiento con bolsa
15120	7.8	Deportes	Boxeo, sparring
15130	7.0	Deportes	Broomball
15135	5.8	Deportes	Juegos de niños, juegos de adultos (ej: Rayuela, 4 cuadrados, Mancha con pelota, juegos en patio de recreos, T-ball, tetherball, canicas, maquinitas),
			esfuerzo moderado
15138	6.0	Deportes	Exhibiciones gimnásticas de animación, ejercicios de gimnasia, competición
15140	4.0	Deportes	Entrenador, fútbol Americano, fútbol, baloncesto, natación, etc
15142	8.0	Deportes	Entrenador, en actividad con los jugadores
15150	4.8	Deportes	Críquet, batear, lanzar, interceptar y devolver
15160	3.3	Deportes	Croquet
15170	4.0	Deportes	Curling
15180	2.5	Deportes	Dardos, sobre pared o césped
15190	6.0	Deportes	Picadas automovilísticas, empujando o conduciendo el auto
15192	8.5	Deportes	Automovilismo, del tipo fórmula uno
15200	6.0	Deportes	Esgrima
15210	8.0	Deportes	Fútbol Americano, competitivo
15230	8.0	Deportes	Fútbol Americano, tocata, flag, general (Código Taylor 510)
15232	4.0	Deportes	Fútbol Americano, tocata, flag, esfuerzo ligero
15235	2.5	Deportes	Fútbol Americano o Baseball, atrapar la peolota con el guante
15240	3.0	Deportes	Frisbee, general
15250	8.0	Deportes	Frisbee, ultimate
15255	4.8	Deportes	Golf, general
15265	4.3	Deportes	Golf, caminar, transportar palos de golf
15270	3.0	Deportes	Golf, minigolf, driving range

1928 5.3 Deportes Golf, caminart, transporte de palos de golf 1929 3.5 Deportes Golf, uso de vehicular motoratado (Golfago Taylor 070) 1930 3.8 Deportes Golf, uso de vehicular motoratado (Golfago Taylor 070) 1930 3.9 Deportes Golf, uso de vehicular motoratado (Golfago Taylor 070) 1930 3.9 Deportes Handbalt, general (Codigo Taylor 620) 1933 3.9 Deportes Handbalt, en equipo 1933 3.9 Deportes Handbalt, en equipo 1933 3.9 Deportes Handbalt, en equipo 1933 3.9 Deportes Abdelson en edeped 1933 3.9 Deportes Handbalt, en equipo 1933 3.9 Deportes Equitación, general 1933 3.9 Deportes Equitación, proteir Equitación, proteir 1933 5.5 Deportes Equitación, trote 1933 5.5 Deportes Equitación, trote 1933 5.7 Deportes Equitación, trote 1934 5.9 Deportes 1934 5.9 D	CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
1530	15285	5.3	Deportes	Golf, caminar, transporte de palos de golf
1937 4.0 Deportes	15290	3.5	Deportes	Golf, uso de vehículo motorizado (Código Taylor 070)
15320 12.0 Deportes Handball, general (Codigo Taylor S20) 15335 4.0 Deportes Circuito High Ropes, mútiples elementos 15340 3.5 Deportes Aladelismo 15350 7.8 Deportes Hockey, sobre hielo, general 15362 7.0 Deportes Hockey, sobre hielo, general 15370 5.5 Deportes Equitación, poental 15377 5.5 Deportes Equitación, comical 15380 7.8 Deportes Equitación, comical 15370 5.5 Deportes Equitación, tote 15380 5.8 Deportes Equitación, comineta 15390 7.8 Deportes Equitación, comineta 15402 9.0 Peportes Equitación, comineta 15402 1.2 Deportes Equitación, comineta 15402 1.2 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15402 1.2 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o, dej 15402 1.0	15300	3.8	Deportes	Gimnasia, general
15325 8.0 Deportes	15310	4.0	Deportes	Footbag
15353 4.0 Deportes Aladelitsmo 15350 7.8 Deportes Aladelitsmo 15350 7.8 Deportes Hockey, sobre fished, and a proper Hockey sobre fished, and a proper Hockey sobre fished, competitive Fig. 2 Deportes Hockey, sobre fished, competitive Fig. 2 Deportes Hockey, sobre fished, competitive Fig. 2 Deportes Hockey, sobre fished, competitive Fig. 2 Deportes Fig. 3 Deportes F	15320	12.0	Deportes	Handball, general (Código Taylor 520)
f3540 3.5 Deportes Hockey, sobre inite), general	15330	8.0	Deportes	Handball, en equipo
15350 7.8 Deportes Hockey, sobre hielp, general (15360 & Deportes Hockey, sobre hielp, general (15370 5.5 Deportes Equitación, general (15370 5.5 Deportes Equitación, general (15370 5.5 Deportes Equitación, general (15380 6.5 Deportes Equitación, general (15380 6.5 Deportes Equitación, trotal (15380 6.5 Deportes Equitación, trotal (15380 6.5 Deportes Equitación, trotal (15380 6.5 Deportes Equitación, media galope o galope (15380 6.5 Deportes Equitación, media galope o galope (15470 6.5 Deportes Equitación, caminata (15402 9.0 Deportes Equitación, caminata (15402 9.0 Deportes Equitación, caminata (15402 9.0 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie (15470 3.0 Deportes Polica Vasca (15470 5.3 Deportes Polica Vasca (15470 6.5 Deportes Polica Vasca (15470 6.5 Deportes Polica Vasca (15470 6.5 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) (15460 7.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) (15460 7.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) (15460 7.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) (15460 7.0 Deportes Artes marciales, general (5460 7.0 Deportes Artes marciales, general (5460 7.0 Deportes Artes marciales, general (5460 7.0 Deportes Orienteering (15460 7.0 Deportes Orienteering (15460 7.0 Deportes Orienteering Artes (15460 7.0 Deportes Orienteering (15460 7.0 Deportes Orienteering Orient	15335	4.0	Deportes	Circuito High Ropes, múltiples elementos
15360 8.0 Deportes Hockey, sobre hielo, general 15370 5.5 Deportes Equitación, general 15371 5.5 Deportes Equitación, general 15380 4.5 Deportes Equitación, trota 15380 4.5 Deportes Equitación, trota 15380 5.8 Deportes Equitación, trota 15380 7.3 Deportes Equitación, trota 15400 3.8 Deportes Equitación, actinata 15400 3.8 Deportes Equitación, carninata 15400 1.8 Deportes 15401 3.0 Deportes 15402 1.0 Deportes 15403 1.0 Deportes 15404 1.0 Deportes 15405 1.0 Deportes 15406 1.0 Deportes 15407 1.0 Deportes 15408 1.1 Deportes 15409 1.0 Deportes 15409 1.0 Deportes 15400 1.0 Deportes 15500 1.0 Deportes 15500 1.0 Deportes 15500 1.0 Deportes	15340	3.5	Deportes	Aladeltismo
1532 10.0 Deportes Hockey, sobre hielo, competitivo	15350	7.8	Deportes	Hockey, sobre césped
15370 5.5 Deportes Equitación, general	15360	8.0	Deportes	Hockey, sobre hielo, general
15375 4.3 Deportes Mantenimiento de caballos, comida, bebida, limpieza de corral, caminando y movilizando cargas 15390 5.8 Deportes Emillar, acicalar, colocar y sacar el amés al caballo 15393 7.3 Deportes Equitación, trote 15400 3.8 Deportes Equitación, caminata 15402 9.0 Deportes Equitación, caminata 15402 9.0 Deportes Equitación, caminata 15403 1.3 Deportes Equitación, caminata 15410 3.0 Deportes Equitación, saltos 15410 3.0 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15420 1.3 Deportes Lanzamiento de herradura, de anillos 15420 1.3 Deportes Pelota Vasca 15425 5.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 1.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15440 4.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15450 7.0 Deportes Malabarismo 15460 8.0 Deportes Lacrosse 15465 3.3 Deportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, competitivo Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15533 7.0 Deportes Escalada, and ascenso o contrando rocas, baja a moderada dificultad 15537 5.0 Deportes Depor	15362	10.0	Deportes	Hockey, sobre hielo, competitivo
15380 4.5 Deportes Emiliar, acicalar, colocar y sacar el amés al caballo	15370	5.5	Deportes	Equitación, general
15390 5.8 Deportes Equitación, trote 15395 7.3 Deportes Equitación, carinata 15402 9.0 Deportes Equitación, saltos 15408 1.8 Deportes Equitación, saltos 15410 3.0 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15420 2.0 Deportes Lanzamiento de herradura, de anillos 15420 2.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 10.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 10.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15440 10.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15450 7.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15460 8.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15470 4.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica	15375	4.3	Deportes	Mantenimiento de caballos, comida, bebida, limpieza de corral, caminando y movilizando cargas
15305 7.3 Peportes Equitación, medio galope o galope 15402 9.0 Peportes Equitación, caminata 15402 19.0 Peportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15410 3.0 Peportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15420 12.0 Peportes Pelota Vasca 15420 12.0 Peportes Pelota Vasca 15430 10.3 Peportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 10.3 Peportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15440 4.0 Peportes Malabanismo 15450 7.0 Peportes Kickball 15460 8.0 Peportes Lacrosse 15465 3.3 Peportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Peportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Peportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 10.0 Peportes Paddle, competitivo 15500 10.0 Peportes Paddle, competitivo 15501 8.0 Peportes Racquetball, competitivo 15533 8.0 Peportes Racquetball, competitivo 15533 8.0 Peportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada difficultad 15537 5.0 Peportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada difficultad 15537 5.0 Peportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada difficultad 15540 4.0 Peportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada difficultad 15540 5.0 Peportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada difficultad 15540 5.0 Peportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada difficultad 15541 4.0 Peportes Salota la cuerda, ritmo regido, 120-160 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15551 8.0 Peportes Salota la cuerda, ritmo regido, 120-160 saltos/min, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.0 Peportes Rugby, tocata, no competitivo 15560 6.0 Peportes Patineta, competitivo, estuerzo intenso 15560 7.0 Peportes Patineta, competitivo, estuerzo intenso 15560 7.0 Peportes Patineta, competitivo, estuerzo intenso	15380	4.5	Deportes	Ensillar, acicalar, colocar y sacar el arnés al caballo
15400 3.8 Deportes Equitación, caminata 15402 9.0 Deportes Equitación, saltos 15403 1.8 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15410 3.0 Deportes Lanzamiento de herradura, de anillos 15420 1.2 Deportes Pelota Vasca 15425 5.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 1.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15440 4.0 Deportes Malabarismo 15450 7.0 Deportes Kickball 15466 3.3 Deportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15490 1.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15533 7.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 7.5 Deportes Escalada, sober roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, sober roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15536 7.5 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 7.0 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15544 7.0 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min 15551 18.0 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min 15551 18.0 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min, general, salto a 2 pies, rebote ritmico 15560 8.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15560 8.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15560 8.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15560 7.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15560 7.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso	15390	5.8	Deportes	
15402 9.0 Deportes Equitación, saltos 15408 1.8 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15420 12.0 Deportes Pelota Vasca 15425 5.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 10.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15440 4.0 Deportes Malabarismo 15460 8.0 Deportes Kickbail 15470 4.0 Deportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 3.0 Deportes Orienteering 15490 1.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 7.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, deported de conce, de conce	15395	7.3	Deportes	Equitación, medio galope o galope
15408 1.8 Deportes Carro de caballos, manejo, sentado o de pie 15410 3.0 Deportes Lanzamiento de herradura, de anillos 15420 12.0 Deportes Pelota Vasca 15425 5.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 1.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15440 4.0 Deportes Malabarismo 15450 7.0 Deportes Kickball 15460 8.0 Deportes Bowis, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Bowis, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Orienteering 15490 9.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, competitivo 15501 8.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15531 5.8 Deportes Escalada, asobre roca, elevada dificultad 15537 5.8 Deportes Escalada, asobre cora, elevada dificultad 15534 7.5 Deportes Escalada, asobre roca, elevada dificultad 15536 7.0 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15542 4.0 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15546 7.0 Deportes Deportes Gerodeo, general, esfuerzo intenso 15550 1.1 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15550 1.2 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, salto a 2 pies, rebote ritmico 15580 5.0 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15580 5.0 Deportes Patineta, ormpetitivo 15680 5.0 Deportes Patineta, ormpetitivo 15680 5.0 Deportes Patineta, ormpetitivo 15680 5.0 Deportes Patineta, ormpetitivo, schuerzo intenso 15680 5.0 Deportes	15400	3.8	Deportes	Equitación, caminata
15410 3.0 Deportes Lanzamiento de herradura, de anillos 15420 12.0 Deportes Pelota Vasca Pelota Vasca Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 10.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15440 4.0 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15450 7.0 Deportes Kickball Lacrosse Bowls, bocce, al aire libre Kickball Lacrosse Bowls, bocce, al aire libre Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15490 10.0 Deportes Paddle, competitivo Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad 15537 5.0 Deportes Escalada, en ascenso o roruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Escalada, en ascenso o roruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso Deportes Deport	15402	9.0	Deportes	Equitación, saltos
1542012.0DeportesPelota Vasca154255.3DeportesArtes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica1543010.3DeportesArtes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing)154404.0DeportesMalabarismo154608.0DeportesLacrosse154608.0DeportesBowls, bocce, al aire libre154704.0DeportesBowls, bocce, al aire libre154704.0DeportesMoto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general154809.0DeportesPaddle, competitivo155000.0DeportesPaddle, casual, general (Código Taylor 460)155108.0DeportesPolo, a caballo155207.0DeportesRacquetball, competitivo155337.0DeportesRacquetball, general (Código Taylor 470)155338.0DeportesEscalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120)155357.5DeportesEscalada, an escenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad155375.8DeportesEscalada, en escenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad155386.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso155445.5DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155455.5DeportesSalto a la cuerda, ritmo rapido, 120-160 saltos/min, salto a 2 pies, rebote ritmico<	15408	1.8	Deportes	Carro de caballos, manejo, sentado o de pie
15425 5.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica 15430 10.3 Deportes Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing) 15440 7.0 Deportes Kickball 15460 8.0 Deportes Lacrosse 15465 3.3 Deportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Orientering 15490 10.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 470) 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15531 7.5 Deportes Escalada, asobre roca or montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, asobre roca or montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15537 5.8 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 4.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo inderado 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo inderado 15544 5.5 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.0 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15560 5.0 Deportes Patineta, competitivo 15560 5.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo inderaso 15560 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo inderaso	15410	3.0	Deportes	Lanzamiento de herradura, de anillos
15430 10.3 Deportes Malabarismo 15440 4.0 Deportes Malabarismo 15450 7.0 Deportes Kickball 15460 8.0 Deportes Lacrosse 15460 8.0 Deportes Lacrosse 15465 3.3 Deportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Orienteering 15490 1.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, competitivo 15501 8.0 Deportes Paddle, competitivo 15530 7.0 Deportes Paddle, competitivo 15530 7.0 Deportes Paddle, competitivo 15533 8.0 Deportes Racquetball, competitivo 15533 8.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada difficultad 15540 4.0 Deportes Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada difficultad 15542 4.0 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo moderado 15544 5.5 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15550 12.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15550 6.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo intenso 15550 7.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15550 7.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo intenso 15550 7.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15550 7.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo intenso	15420	12.0	Deportes	Pelota Vasca
15440 4.0 Deportes Kickball 15450 7.0 Deportes Kickball 15460 8.0 Deportes Lacrosse 15465 3.3 Deportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15490 10.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Polo, a caballo 15520 10.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15533 7.5 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15537 5.8 Deportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad 15537 5.0 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15542 4.0 Deportes Escalada, en descenso 15544 5.5 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15544 5.5 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo moderado 15550 12.3 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15550 13.0 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15560 8.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15580 5.0 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 5.0 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 6.0 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15580 7.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 6.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo intenso 15580 7.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo intenso	15425	5.3	Deportes	Artes marciales, diferentes tipos, ritmo lento, principiantes, práctica
154507.0DeportesKickball154608.0DeportesLacrosse154608.0DeportesBowls, bocce, al aire libre154704.0DeportesMoto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general154809.0DeportesOrienteering1549010.0DeportesPaddle, competitivo155006.0DeportesPaddle, casual, general (Código Taylor 460)155108.0DeportesPolo, a caballo1552010.0DeportesRacquetball, competitivo155337.0DeportesRacquetball, general (Código Taylor 470)155338.0DeportesEscalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120)155357.5DeportesEscalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad155405.0DeportesEscalada, en descenso155424.0DeportesEscalada, en descenso155435.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo ligeno155447.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado1555012.3DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555012.3DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso155503.0DeportesSalto a la cuerda, ritmo inderado, 100-120 saltos/min, salto a 2 pies, rebote ritmico155608.3DeportesRugby, tocata, no competitivo155703.0DeportesPatineta, general, esfuerzo modera	15430	10.3	Deportes	Artes marciales, diferentes tipos, ritmo moderado (ej: judo, jujitsu, karate, kick boxing, tae kwan do, tai-bo, Muay Thai boxing)
154608.0DeportesLacrosse154853.3DeportesBowls, bocce, al aire libre154704.0DeportesMoto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general154809.0DeportesOrienteering1549010.0DeportesPaddle, casual, general (Código Taylor 460)155108.0DeportesPaddle, casual, general (Código Taylor 470)1552010.0DeportesRacquetball, competitivo155338.0DeportesRacquetball, general (Código Taylor 470)155357.5DeportesEscalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120)155357.5DeportesEscalada, an ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad155405.0DeportesEscalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad155424.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo ligero155467.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado1555012.3DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555118.0DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo riendo, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote ritmico	15440	4.0	Deportes	Malabarismo
15465 3.3 Deportes Bowls, bocce, al aire libre 15470 4.0 Deportes Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general 15480 9.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Polo, a caballo 15520 10.0 Deportes Racquetball, competitivo 15533 7.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15533 7.5 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15537 5.8 Deportes Escalada, escenso sobre roca, elevada dificultad 15537 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15540 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15546 7.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15550 12.3 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superfície plana 15552 8.8 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15570 3.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 5.0 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 6.0 Deportes Patineta, competitivo 15590 7.0 Deportes Patineta, competitivo Patineta, competitivo 15590 7.0 Deportes Patineta, competitivo esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso	15450	7.0	Deportes	Kickball
154704.0DeportesMoto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general154809.0DeportesOrienteering155006.0DeportesPaddle, competitivo155108.0DeportesPolo, a caballo1552010.0DeportesRacquetball, competitivo155337.0DeportesRacquetball, general (Código Taylor 470)155338.0DeportesEscalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120)155357.5DeportesEscalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad155375.8DeportesEscalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad155405.0DeportesEscalada, en descenso155424.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo ligero155445.5DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155457.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555111.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-180 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, rebote ritmico155608.3DeportesRugby, unión, en equipo, competitivo155703.0DeportesRugby, unión, en equipo, competitivo155805.0DeportesPatineta, competitivo, esfuerzo intenso155907.0DeportesPatineta, competitivo, esfuerzo intenso <td< td=""><td>15460</td><td>8.0</td><td>Deportes</td><td>Lacrosse</td></td<>	15460	8.0	Deportes	Lacrosse
15480 9.0 Deportes Orienteering 15490 10.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Polo, a caballo 15520 10.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad 15537 5.8 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15540 4.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15546 7.0 Deportes Deportes Gerodeo, general, esfuerzo intenso 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, rebote ritmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15570 3.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso	15465	3.3	Deportes	Bowls, bocce, al aire libre
15490 10.0 Deportes Paddle, competitivo 15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Polo, a caballo 15520 10.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15537 5.8 Deportes Escalada, en ascenso o oruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15542 4.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo moderado 15546 7.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15550 12.3 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15570 3.0 Deportes Patineta, competitivo 15580 5.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso	15470	4.0	Deportes	Moto-cross, deportes motorizados fuera de carretera, vehículos todo terreno, general
15500 6.0 Deportes Paddle, casual, general (Código Taylor 460) 15510 8.0 Deportes Polo, a caballo 15520 10.0 Deportes Racquetball, competitivo 15530 7.0 Deportes Racquetball, competitivo 15533 8.0 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, sobre roca, elevada dificultad 15537 5.8 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15542 4.0 Deportes Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15550 12.3 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.8 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15560 8.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15570 3.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15590 7.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15480	9.0	Deportes	Orienteering
15510 8.0 Deportes Polo, a caballo Racquetball, competitivo Racquetball, competitivo Racquetball, competitivo Racquetball, general (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) Recqueta Recquetball, general (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) Recqueta Recquetball, general (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) Recqueta	15490	10.0	Deportes	Paddle, competitivo
1552010.0DeportesRacquetball, competitivo155307.0DeportesRacquetball, general (Código Taylor 470)155338.0DeportesEscalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120)155357.5DeportesEscalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad155375.8DeportesEscalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad155405.0DeportesEscalada, en descenso155424.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo ligero155445.5DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155407.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155407.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado1555012.3DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado1555111.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155608.3DeportesSalto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico	15500	6.0	Deportes	Paddle, casual, general (Código Taylor 460)
15530 7.0 Deportes Racquetball, general (Código Taylor 470) 15533 8.0 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad 15537 5.8 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15542 4.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo moderado 15546 7.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15550 12.3 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superfície plana 15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15560 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15580 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15510	8.0	Deportes	Polo, a caballo
15533 8.0 Deportes Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120) 15535 7.5 Deportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad 15537 5.8 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15542 4.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15546 7.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15550 12.3 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15570 3.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso Patineta, competitivo, esfuerzo intenso Patineta, competitivo, esfuerzo intenso Patineta, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15520	10.0	Deportes	Racquetball, competitivo
15535 7.5 Deportes Escalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad 15537 5.8 Deportes Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad 15540 5.0 Deportes Escalada, en descenso 15542 4.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero 15544 5.5 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo moderado 15546 7.0 Deportes Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso 15550 12.3 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15562 6.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15570 3.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15530	7.0	Deportes	Racquetball, general (Código Taylor 470)
155375.8DeportesEscalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad155405.0DeportesEscalada, en descenso155424.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo ligero155445.5DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155467.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555012.3DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min1555111.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico	15533	8.0	Deportes	Escalada, sobre roca o montaña (Código Taylor 470) (Ex-Código: 17120)
155405.0DeportesEscalada, en descenso155424.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo ligero155445.5DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155467.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555012.3DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min1555111.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico	15535	7.5	Deportes	Escalada, ascenso sobre roca, elevada dificultad
155424.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo ligero155445.5DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155467.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555012.3DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min1555111.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico	15537	5.8	Deportes	Escalada, en ascenso o cruzando rocas, baja a moderada dificultad
155445.5DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo moderado155467.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555012.3DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min1555111.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico	15540	5.0	Deportes	Escalada, en descenso
155467.0DeportesDeportes de rodeo, general, esfuerzo intenso1555012.3DeportesSalto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min1555111.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana155528.8DeportesSalto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico	15542	4.0	Deportes	Deportes de rodeo, general, esfuerzo ligero
15550 12.3 Deportes Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min 15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15562 6.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15570 3.0 Deportes Tejo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15544	5.5	Deportes	Deportes de rodeo, general, esfuerzo moderado
15551 11.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo moderado, 100-120 saltos/min, general, salto a 2 pies, en superficie plana 15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15562 6.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15570 3.0 Deportes Tejo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15546	7.0	Deportes	Deportes de rodeo, general, esfuerzo intenso
15552 8.8 Deportes Salto a la cuerda, ritmo lento, < 100 saltos/min, salto a 2 pies, rebote rítmico 15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15562 6.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15570 3.0 Deportes Tejo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15550	12.3	Deportes	Salto a la cuerda, ritmo rápido, 120-160 saltos/min
15560 8.3 Deportes Rugby, unión, en equipo, competitivo 15562 6.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15570 3.0 Deportes Tejo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15551	11.8	Deportes	
15562 6.3 Deportes Rugby, tocata, no competitivo 15570 3.0 Deportes Tejo 15580 5.0 Deportes Patineta, general, esfuerzo moderado 15582 6.0 Deportes Patineta, competitivo, esfuerzo intenso 15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15552	8.8	Deportes	
155703.0DeportesTejo155805.0DeportesPatineta, general, esfuerzo moderado155826.0DeportesPatineta, competitivo, esfuerzo intenso155907.0DeportesPatinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15560	8.3	Deportes	Rugby, unión, en equipo, competitivo
155805.0DeportesPatineta, general, esfuerzo moderado155826.0DeportesPatineta, competitivo, esfuerzo intenso155907.0DeportesPatinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15562	6.3	Deportes	Rugby, tocata, no competitivo
155826.0DeportesPatineta, competitivo, esfuerzo intenso155907.0DeportesPatinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15570	3.0	Deportes	Tejo
15590 7.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)	15580	5.0	Deportes	Patineta, general, esfuerzo moderado
	15582	6.0	Deportes	Patineta, competitivo, esfuerzo intenso
15591 7.5 Deportes Patinaje, sobre ruedas, en línea, 14.4 km/h, ritmo ligero	15590	7.0	Deportes	Patinaje, sobre ruedas (Código Taylor 360)
	15591	7.5	Deportes	Patinaje, sobre ruedas, en línea, 14.4 km/h, ritmo ligero

15552 9.8 Deportes Patinaje, sobre ruedas, en linea, 17.7 km/h, rimo moderado, entrenamiento (15594 14.0 Deportes Patinaje, sobre ruedas, en linea, 24.0 km/h, máximo esfuerzo (15606 15.0 Deportes Patrinaje, sobre ruedas, en linea, 24.0 km/h, máximo esfuerzo (15606 16.0 Deportes Paracaldismo, base jumping), bumpej jumping (15610 7.0 Deportes Fitbol, casual, general (Codigo Taylor 540) (15610 7.0 Deportes Fitbol, casual, general (Codigo Taylor 540) (15620 5.0 Deportes Softball, práctica (15630 4.0 Deportes Softball, anzamiento (15630 4.0 Deportes Tein de mesa, ping pong (Codigo Taylor 410) (15630 4.0 Deportes Tein de mesa, ping pong (Codigo Taylor 410) (15630 4.0 Deportes Tein de mesa, ping pong (Codigo Taylor 420) (15630 4.0 Deportes Teinsis, dobles (Código Taylor 420) (15630 4.0 Deportes Teinsis, dobles (Código Taylor 420) (15630 4.0 Deportes Teinsis, singles (Código Taylor 420) (15630 5.0 Deportes Teins	CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
15554 14.0 Deportes Pariosite, sobre ruedas, en linea, 24.0 km/h, máximo esfuerzo 15690 3.5 Deportes Paracialismo, base jumping, bungee jumping 15610 7.0 Deportes Fútbol, casual, general (Codigo Taylor 540) 15820 5.0 Deportes Softball, práctica 15620 5.0 Deportes Softball, abritraje 15640 6.0 Deportes Softball, abritraje 15640 6.0 Deportes Softball, abritraje 15640 6.0 Deportes Especiador deportivo, muy ansioso, emocionado, movedizo 15650 7.3 Deportes Especiador deportivo, muy ansioso, emocionado, movedizo 15650 7.3 Deportes Squash (Código Taylor 530) 15650 7.3 Deportes Squash (Código Taylor 530) 15650 7.3 Deportes Squash (Código Taylor 30) 15670 7.3 Deportes Tai chi, qi gong, general 15672 1.5 Deportes Tai chi, qi gong, general 15672 1.5 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15680 4.5 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15680 4.5 Deportes Tai chi, gi gong, sentado, esfuerzo ligero 15680 4.5 Deportes Tramis, dobles (Código Taylor 420) 15680 5.0 Deportes Tramis, dobles (Código Taylor 420) 15680 5.0 Deportes Tramis, singles (Código Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Tramis, singles (Código Taylor 420) 15710 4.0 Deportes Tramis, singles (Código Taylor 400) 15711 0.0 Deportes Volley, competitivo 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, en asilon 15720 3.0 Deportes Volley 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, en asilon 15720 3.0 Deportes Volley 15720 3.0 Deportes Volley 15720 3.0 Deportes Volley 15720 3.0 Deportes Volley 15720 3.0 Depor	15592	9.8	Deportes	Patinaje, sobre ruedas, en línea, 17.7 km/h, ritmo moderado, entrenamiento
15600 3.5 Deportes Paracaidismo, base jumping, bungee jumping	15593	12.3	Deportes	Patinaje, sobre ruedas, en línea, 21.0 to 21.7 km/h, ritmo rápido, entrenamiento
16605 10.0 Deportes Fúbbo, competitivo	15594	14.0	Deportes	Patinaje, sobre ruedas, en línea, 24.0 km/h, máximo esfuerzo
16810 7.0 Deportes Fútbol, casual, general (Codigo Taylor 540)	15600	3.5	Deportes	Paracaidismo, base jumping, bungee jumping
15625 5.0 Deportes Softball, practica (Código Taylor 440) 15630 4.0 Deportes Softball, arbitraje (Código Taylor 440) 15630 4.0 Deportes Softball, arbitraje (Código Taylor 440) 15645 3.3 Deportes (Código Taylor 530) 15650 12.0 Deportes (Código Taylor 630) 15650 12.0 Deportes (Código Taylor 630) 15650 12.0 Deportes (Código Taylor 630) 15650 12.0 Deportes (Código Taylor 410) 15670 13.0 Deportes (Código Taylor 410) 15670 14.0 Deportes (Código Taylor 420) 15680 15.0 Deportes (Código Taylor 430) 15680 15.0 Deportes (Código Taylor 430) 15680 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15690 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15690 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15700 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15710 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15711 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15711 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15712 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15713 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15714 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15715 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15716 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15717 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15718 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 15719 1572 15.0 Deportes (Código Taylor 420) 1572 1572 1572 1572 1572 1572 1572 1572	15605	10.0	Deportes	Fútbol, competitivo
15625 4.0 Deportes Softball, práctica 15630 4.0 Deportes Softball, arabitrarje 15640 6.0 Deportes Softball, anzamiento 15645 3.3 Deportes Squash (Codigo Taylor 530) 15652 7.3 Deportes Squash (Codigo Taylor 530) 15652 7.3 Deportes Squash (Godigo Taylor 530) 15650 3.0 Deportes Tenis de mesa, ping pong (Codigo Taylor 410) 15670 3.0 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15677 7.3 Deportes Tennis, general 15680 6.0 Deportes Tennis, general 15680 6.0 Deportes Tennis, dobles (Codigo Taylor 420) 15685 4.5 Deportes Tennis, dobles (Codigo Taylor 420) 15685 4.5 Deportes Tennis, singles (Codigo Taylor 420) 15685 5.0 Deportes Tennis, singles (Codigo Taylor 420) 15695 5.0 Deportes Tennis, singles (Codigo Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Tennis, singles (Codigo Taylor 420) 15710 4.0 Deportes Tennis, singles (Codigo Taylor 420) 15710 4.0 Deportes Trampolin, recreativo 15710 4.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15731 7.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15732 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15733 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15731 7.0 Deportes Volley, no sobstaculos, vallas 15732 1.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15733 6.0 Deportes Volley, no sobstaculos, vallas 15734 1.7 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15735 1.7 Transporte Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15736 1.7 Transporte Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15731 7.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15732 1.7 Transporte Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15733 1.7 Transporte Conducir un cantion, remoleya 15741 1.7 Transporte Volley, no compe	15610	7.0	Deportes	
1658/30 4.0 Deportes Softball, lanzamiento	15620	5.0	Deportes	Softball o Baseball, lanzamiento rápido o lento, general (Código Taylor 440)
15640 6.0 Deportes Softball, lanzamiento 15640 6.0 Deportes Espectador deportivo, muy ansioso, emocionado, movedizo 15650 12.0 Deportes Squash. General 15660 12.0 Deportes Squash. General 15660 13.0 Deportes Tenis de mesa, ping pong (Código Taylor 410) 15670 3.0 Deportes Tai chi, qi gong, general 15672 15.0 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15675 7.3 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15676 5.7 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15680 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15680 8.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15690 8.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15690 8.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Trampolin, recreativo 15700 3.5 Deportes Trampolin, competitivo, en salón 15710 4.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15723 0.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15733 0.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15733 0.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15734 0.0 Deportes Alletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Alletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Alletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Alletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 15734 10.0 Deportes Alletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 15734 10.0 Deportes Alletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 15734 10.0 Deportes Alletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 15735 10.0 Carriansporte Volar en avixin o helicóptero 15001 2.5 Transporte Volar en avixin o helicóptero 15001 2.5 Transporte Volar en avixin o helicóptero 15002 3.5 Transporte Conducir un camión, remoluçu, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 15003 3.5 Transporte Conducir un camión, remoluçu, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 15004 2.5 Transporte Camimata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 15005 2.5 Transporte Camimata Transporte de cargas de 7.7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras	15625	4.0	Deportes	Softball, práctica
16645 3.3 Deportes Espectador deportivo, muy ansioso, emocionado, movedizo 16650 12.0 Deportes Squash (Código Taylor 530) 16660 4.0 Deportes Tenis de mesa, ping pong (Código Taylor 410) 15670 3.0 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo lilgero 15675 7.3 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo lilgero 15686 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 430) 15686 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15698 8.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15699 5.0 Deportes Tennis, recreativo 15700 3.5 Deportes Trampolin, competitivo 15701 4.0 Deportes Trampolin, competitivo 15710 4.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15725 8.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15732 4.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general	15630	4.0	Deportes	Softball, arbitraje
16650 12.0 Deportes Squash (Código Taylor 530) 16652 7.3 Deportes Squash General 15670 3.0 Deportes Tai chi, qi gong, general 15672 1.5 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 16675 7.3 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15680 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15685 4.5 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15690 8.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Trampolín, recreativo 15710 4.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15731 6.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15733 7.0 </td <td>15640</td> <td>6.0</td> <td>Deportes</td> <td>Softball, lanzamiento</td>	15640	6.0	Deportes	Softball, lanzamiento
16662 7.3 Deportes Squash. General 16670 4.0 Deportes Tenis de mesa, ping pong (Código Taylor 410) 16670 3.0 Deportes Tai chi, qi gong, general 16672 1.5 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 16675 7.3 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 430) 16680 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 16685 4.5 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 16696 5.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 16700 3.5 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 16700 3.5 Deportes Tennis, pegarie a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado 16700 3.5 Deportes Trampolin, competitivo 16701 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 16710 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 16711 6.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 16720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 16730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 16731 7.0 Deportes Volley, na arena 16733 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 16733 6.0 Deportes Atletismo (ej: anzamientos, disco, martillo) 16733 6.0 Deportes Atletismo (ej: anzamientos, disco, martillo) 16734 1.0 Deportes Atletismo (ej: anzamientos, disco, martillo) 16735 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en ómnibus o tren 16020 1.8 Transporte Viajar en ómnibus o tren 16030 3.5 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 17021 7.8 Caminata Transporte Caminata Commochila, de excursión cominata organizada con mochila pequeña 17021 7.0 Caminata Transporte de cargas de 7 7.4 (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17022 8.0 Caminata Transporte de cargas de 7.7 (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 7.3 (ej: maleta), elicino escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 2-2-33	15645	3.3	Deportes	Espectador deportivo, muy ansioso, emocionado, movedizo
16860 4.0 Deportes Tenis de mesa, ping pong (Código Taylor 410) 15672 1.5 Deportes Tai chi, qi gong, general 15675 7.3 Deportes Tai chi, qi gong, general 15680 6.0 Deportes Tennis, general 15680 4.5 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 430) 15685 4.5 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15690 8.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15690 8.0 Deportes Tennis, general Tennis, dobles 15700 3.5 Deportes Tennis, pegarle a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado 15702 4.5 Deportes Trampolín, recreativo 15703 4.5 Deportes Trampolín, competitivo 15711 6.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15725 8.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15725 8.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15731 7.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15732 4.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15733 4.0 Deportes Atletismo (ej: alaramientos, disco, martillo) 15734 7.0 Deportes Atletismo (ej: alaramientos, disco, martillo) 16015 1.3 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en ámbus o tren 16020 1.8 Transporte Viajar en ámbus o tren 16030 3.5 Transporte Tirar del carruaje 16040 4.0 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16050 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16060 3.5 Transporte Conducir un auto o camión 16070 3.5 Transporte Conducir un auto o camión 16080 3.5 Transporte Conducir un auto o camión 16090 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 17020 5.0 Caminata Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17021 7.0 Caminata Transporte	15650	12.0	Deportes	Squash (Código Taylor 530)
15670 3.0 Deportes Tai chi, qi gong, general 15672 1.5 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15675 7.3 Deportes Tennis, general 15680 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 430) 15685 4.5 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15695 5.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Tennis, pegarle a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado 15700 4.5 Deportes Trampolin, recreativo 75702 4.5 Deportes Trampolin, recreativo 75702 4.5 Deportes Trampolin, competitivo 75711 6.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 75720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 75720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 75730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 75730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 75730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 75730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 75730 6.0 Deportes Lucha (run match: 5 minutos) 75730 6.0 Deportes Lucha (run match: 5 minutos) 75730 6.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 75730 6.0 Deportes Atletismo (ej: alaro an alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha 75730 6.0 Deportes Atletismo (ej: carrea con obstáculos, vallas) 75730 6.0 Deportes Atletismo (ej: carrea con obstáculos, vallas) 75730 6.0 Deportes Atletismo (ej: anto o camión liviano (no un remolque) 75730 757	15652	7.3	Deportes	Squash. General
15672 1.5 Deportes Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero 15675 7.3 Deportes Tennis, general 15680 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 430) 15685 4.5 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 420) 15695 5.0 Deportes Tennis, ingles (Código Taylor 420) 15695 5.0 Deportes Tennis, pegarle a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado 15770 3.5 Deportes Trampolin, correpetitivo 15770 4.5 Deportes Trampolin, competitivo 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15725 8.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 7.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 7.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 7.0 Deportes Volley-pared, general 15731 7.0 Deportes Volley-pared, general 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 7.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: alton en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en auto en camión 16017 1.3 Transporte Viajar en auto en camión 16018 1.3 Transporte Viajar en auto en camión 16019 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16019 1.5 Transporte Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17010 7.0 Caminata Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 8.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 8.0 Caminata Transporte de cargas de 0.5-7 Kg, subiendo escaleras 17022 6.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 12-23 Kg, subiendo escaleras	15660	4.0	Deportes	Tenis de mesa, ping pong (Código Taylor 410)
15675 7.3 Deportes Tennis, general 15680 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 430) 15685 4.5 Deportes Tennis, dobles 15690 8.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15695 5.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Trampolín, recreativo 15700 4.5 Deportes Trampolín, competitivo 15710 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15712 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15731 7.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15733 6.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15731 7.0 Deportes Volley-pared, general 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: cartera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Viajar en auto o carnión liviano (no un remolque) 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en carnión 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en carnión 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16030 3.5 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un auto o entro o fuera del hangar 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en lano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en lano o bajando escaleras 17022 8.0 Caminata Transporte de cargas de 17.22 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 12-23 Kg, subiendo escaleras	15670	3.0	Deportes	Tai chi, qi gong, general
15880 6.0 Deportes Tennis, dobles (Código Taylor 430) 15895 5.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15896 5.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15896 5.0 Deportes Tennis, pegarle a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado 15700 3.5 Deportes Trampolín, recreativo 15710 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15725 8.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15736 6.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15737 7.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15733 6.0 Deportes Volley-pared, general 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: alanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16020 3.5 Transporte Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Conducir un auto o est formibus o tren 16050 2.5 Transporte Conducir un auto o est formibus o tren 16050 3.5 Transporte Conducir un auto o est formibus o tren 16050 3.5 Transporte Tirar del carruaje 16040 3.5 Transporte Conducir un auto o est formibus o tren 16050 3.5 Transporte Tirar del carruaje 16040 5.7 Transporte Conducir un auto o est formibus o tren 16050 5.5 Transporte Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Conducir un auto o est formio fuera del hangar 16050 5.5 Transporte Tirar del carruaje 16050 5.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (eg: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg, exminata lenta 17022 6.0 Caminata Transporte de cargas de 0.57 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, su	15672	1.5	Deportes	Tai chi, qi gong, sentado, esfuerzo ligero
15685 4.5 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15690 5.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15700 3.5 Deportes Trampolin, recreativo 15702 4.5 Deportes Trampolin, recreativo 15710 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en saión 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, en saión 15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15725 8.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 6.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15731 7.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: alto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: arera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en ámitos o tren 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16030 3.5 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 17010 7.0 Caminata Caminata Caminata con mochila (Código Taylor O50) 17012 7.8 Caminata Caminata Caminata con mochila (Código Taylor O50) 17012 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0.5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 2-33 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 2-33 Kg, subiendo escaleras	15675	7.3	Deportes	Tennis, general
15690 8.0 Deportes Tennis, singles (Código Taylor 420) 15695 5.0 Deportes Tennis, pegarle a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado 15700 3.5 Deportes Trampolin, recreativo 15710 4.5 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15725 8.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15731 7.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16020 1.8 Transporte Viajar en ámico o en camión 16035 6.3 Transporte Viajar en ámico o tren 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 3.5 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg, (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17026 6.0 Caminata Transporte de cargas de 2-33 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 2-33 Kg, subiendo escaleras	15680	6.0	Deportes	Tennis, dobles (Código Taylor 430)
15695 5.0 Deportes Tennis, pegarle a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado 15700 3.5 Deportes Trampolín, recreativo 15710 4.0 Deportes Volley, Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15725 8.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15731 7.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Volar en avión o helicóptero 16020 1.8	15685	4.5	Deportes	Tennis, dobles
15700 3.5 Deportes Trampolín, recreativo 15702 4.5 Deportes Trampolín, competitivo 15710 4.0 Deportes Volley, competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15720 8.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15731 7.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15732 4.0 Deportes Volley-pared, general 15732 6.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16060 3.5 Transporte Comducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas de 1-12 Kg, subiendo escaleras 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 1-12 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 1-12 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 1-12 Kg, subiendo escaleras	15690	8.0	Deportes	Tennis, singles (Código Taylor 420)
15702 4.5 Deportes Trampolín, competitivo 15710 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15720 3.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15725 8.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 6.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 6.0 Deportes Volley-pared, general 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en ávión o helicóptero 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Motocicleta 16040 0.0 Transporte Tirar del carruaje 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminata para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg, caminata lenta 17025 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg, caminata lenta 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7.1 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 2-2-33 Kg, subiendo escaleras	15695	5.0	Deportes	Tennis, pegarle a la pelota, no en juego, esfuerzo moderado
15710 4.0 Deportes Volley (Código Taylor 400) 15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15725 8.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 6.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15731 7.0 Deportes Volley-pared, general 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en omnibus o tren 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Caminata Caminata con mochilla, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15700	3.5	Deportes	Trampolín, recreativo
15711 6.0 Deportes Volley, competitivo, en salón 15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15730 6.0 Deportes Volley, en la playa, en a rena 15731 7.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o tren 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 2-2-33 Kg, subiendo escaleras	15702	4.5	Deportes	Trampolín, competitivo
15720 3.0 Deportes Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general 15725 8.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 6.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15731 7.0 Deportes Voley-pared, general 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16015 1.3 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en ómnibus o tren 16020 1.8 Transporte Motocicleta 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminara para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17021 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 11-12 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 12-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15710	4.0	Deportes	Volley (Código Taylor 400)
15725 8.0 Deportes Volley, en la playa, en arena 15730 6.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15731 7.0 Deportes Voley-pared, general 15732 4.0 Deportes Attetismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Attetismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Attetismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg, caminata lenta 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15711	6.0	Deportes	Volley, competitivo, en salón
15730 6.0 Deportes Lucha (un match: 5 minutos) 15731 7.0 Deportes Voley-pared, general 15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16060 3.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata Caminata con mochila (e excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7.1 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15720	3.0	Deportes	Volley, no competitivo, equipo de 6-9 jugadores, general
157317.0DeportesVoley-pared, general157324.0DeportesAtletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo)157336.0DeportesAtletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha)1573410.0DeportesAtletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas)160102.5TransporteConducir un auto o camión liviano (no un remolque)160151.3TransporteViajar en auto o en camión160161.3TransporteViajar en ómnibus o tren160201.8TransporteVolar en avión o helicóptero160303.5TransporteMotocicleta160303.5TransporteEmpujar un aeroplano dentro o fuera del hangar160406.0TransporteEmpujar un aeroplano dentro o fuera del hangar160502.5TransporteConducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus160603.5TransporteCaminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable170107.0CaminataCaminata con mochila (Código Taylor 050)170127.8CaminataCaminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña170212.3CaminataTransporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras170213.0CaminataTransporte de cargas subiendo escaleras, general170258.0CaminataTransporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de	15725	8.0	Deportes	Volley, en la playa, en arena
15732 4.0 Deportes Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo) 15733 6.0 Deportes Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha) 15734 10.0 Deportes Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas) 16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en ávión o helicóptero 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16033 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 8.3 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 1-1-22 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15730	6.0	Deportes	Lucha (un match: 5 minutos)
157336.0DeportesAtletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha)1573410.0DeportesAtletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas)160102.5TransporteConducir un auto o camión liviano (no un remolque)160151.3TransporteViajar en auto o en camión160161.3TransporteViajar en áuto o helicóptero160201.8TransporteVolar en avión o helicóptero160303.5TransporteMotocicleta160356.3TransporteTirar del carruaje160406.0TransporteEmpujar un aeroplano dentro o fuera del hangar160502.5TransporteConducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus160603.5TransporteCaminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable170107.0CaminataCaminata con mochila (Código Taylor 050)170127.8CaminataCaminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña170205.0CaminataTransporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras170212.3CaminataTransporte de cargas subiendo escaleras, general170258.0CaminataTransporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras170276.0CaminataTransporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras1702910.0Caminata<	15731	7.0	Deportes	Voley-pared, general
1573410.0DeportesAtletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas)160102.5TransporteConducir un auto o camión liviano (no un remolque)160151.3TransporteViajar en auto o en camión160161.3TransporteViajar en ómnibus o tren160201.8TransporteVolar en avión o helicóptero160303.5TransporteMotocicleta160356.3TransporteTirar del carruaje160406.0TransporteEmpujar un aeroplano dentro o fuera del hangar160502.5TransporteConducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus160603.5TransporteCaminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable170107.0CaminataCaminata con mochila (Código Taylor 050)170127.8CaminataCaminata con mochila (de excursión o caminata organizada con mochila pequeña170205.0CaminataTransporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras170212.3CaminataTransporte de cargas subiendo escaleras, general170258.3CaminataTransporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras170276.0CaminataTransporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras1702910.0CaminataTransporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15732	4.0	Deportes	Atletismo (ej: lanzamientos, disco, martillo)
16010 2.5 Transporte Conducir un auto o camión liviano (no un remolque) 16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en áuto o en camión 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15733	6.0	Deportes	Atletismo (ej: salto en alto, salto en largo, salto triple, javalina, salto con garrocha)
16015 1.3 Transporte Viajar en auto o en camión 16016 1.3 Transporte Viajar en ómnibus o tren 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata Carinata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	15734	10.0	Deportes	Atletismo (ej: carrera con obstáculos, vallas)
16016 1.3 Transporte Viajar en ómnibus o tren 16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportares, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata Caminata or aminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en Ilano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	16010	2.5	Transporte	Conducir un auto o camión liviano (no un remolque)
16020 1.8 Transporte Volar en avión o helicóptero 16030 3.5 Transporte Motocicleta 16035 6.3 Transporte Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	16015	1.3	Transporte	Viajar en auto o en camión
160303.5TransporteMotocicleta160356.3TransporteTirar del carruaje160406.0TransporteEmpujar un aeroplano dentro o fuera del hangar160502.5TransporteConducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus160603.5TransporteCaminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable170107.0CaminataCaminata con mochila (Código Taylor 050)170127.8CaminataCaminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña170205.0CaminataTransporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras170212.3CaminataTransporte de niños de 7 Kg, caminata lenta170258.3CaminataTransporte de cargas subiendo escaleras, general170265.0CaminataTransporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras170276.0CaminataTransporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras1702910.0CaminataTransporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	16016	1.3	Transporte	Viajar en ómnibus o tren
Tirar del carruaje 16040 6.0 Transporte Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar 16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de niños de 7 Kg, caminata lenta 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	16020	1.8	Transporte	Volar en avión o helicóptero
160406.0TransporteEmpujar un aeroplano dentro o fuera del hangar160502.5TransporteConducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus160603.5TransporteCaminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable170107.0CaminataCaminata con mochila (Código Taylor 050)170127.8CaminataCaminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña170205.0CaminataTransporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras170212.3CaminataTransporte de niños de 7 Kg, caminata lenta170258.3CaminataTransporte de cargas subiendo escaleras, general170265.0CaminataTransporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras170276.0CaminataTransporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras1702910.0CaminataTransporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	16030	3.5	Transporte	Motocicleta
16050 2.5 Transporte Conducir un camión, remolque, tractor, > 1 tonelada, u ómnibus 16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de niños de 7 Kg, caminata lenta 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	16035	6.3	Transporte	Tirar del carruaje
16060 3.5 Transporte Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable 17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de niños de 7 Kg, caminata lenta 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras	16040	6.0	Transporte	Empujar un aeroplano dentro o fuera del hangar
17010 7.0 Caminata Caminata con mochila (Código Taylor 050) 17012 7.8 Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de niños de 7 Kg, caminata lenta 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras			•	
17012 7.8 Caminata Caminata con mochila, de excursión o caminata organizada con mochila pequeña 17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de niños de 7 Kg, caminata lenta 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras		3.5	Transporte	Caminar para transportarse, 4,5 a 5 km/h, ritmo moderado, superficie estable
17020 5.0 Caminata Transporte de cargas de 7 Kg (ej: maleta), en llano o bajando escaleras 17021 2.3 Caminata Transporte de niños de 7 Kg, caminata lenta 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras		7.0	Caminata	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
17021 2.3 Caminata Transporte de niños de 7 Kg, caminata lenta 17025 8.3 Caminata Transporte de cargas subiendo escaleras, general 17026 5.0 Caminata Transporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras 17027 6.0 Caminata Transporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras 17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras			Caminata	
170258.3CaminataTransporte de cargas subiendo escaleras, general170265.0CaminataTransporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras170276.0CaminataTransporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras1702910.0CaminataTransporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras			Caminata	
170265.0CaminataTransporte de cargas de 0,5-7 Kg, subiendo escaleras170276.0CaminataTransporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras1702910.0CaminataTransporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras		2.3	Caminata	·
170276.0CaminataTransporte de cargas de 7-11 Kg, subiendo escaleras170288.0CaminataTransporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras1702910.0CaminataTransporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras			Caminata	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
17028 8.0 Caminata Transporte de cargas de 11-22 Kg, subiendo escaleras 17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras				
17029 10.0 Caminata Transporte de cargas de 22-33 Kg, subiendo escaleras				
, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,				
17030 12.0 Caminata Transporte de cargas > 34 Kg, subiendo escaleras				
	17030	12.0	Caminata	Transporte de cargas > 34 Kg, subiendo escaleras

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
17031	3.5	Caminata	Carga/descarga de un auto, con desplazamiento
17033	6.3	Caminata	Ascenso de colinas, sin carga
17035	6.5	Caminata	Ascenso en colina con cargas de 0-4,5 Kg
17040	7.3	Caminata	Ascenso en colina con cargas de 4,5-9 Kg
17050	8.3	Caminata	Ascenso en colina con cargas de 9,5-19 Kg
17060	9.0	Caminata	Ascenso en colina con cargas mayores de 19 Kg
17070	3.5	Caminata	Descenso de escaleras
17080	6.0	Caminata	Excursionismo, a campo traviesa (Código Taylor 040)
17082	5.3	Caminata	Excursionismo o caminata a paso normal en campo y colina
17085	2.5	Caminata	Observación de pájaros, paso lento
17088	4.5	Caminata	Marcha militar, velocidad moderada, sin carga
17090	8.0	Caminata	Marcha militar rápida, sin carga
17100	4.0	Caminata	Empujar o Jalar un carro con niño dentro o caminar con niños, 4 a 5 km/h
17105	3.8	Caminata	Empujar una silla de ruedas, no laboralmente
17110	6.5	Caminata	Marcha atlética
17130	8.0	Caminata	Ascenso de escaleras, usando una escalera de mano (Código Taylor 030)
17133	4.0	Caminata	Ascenso de escaleras, paso lento
17134	8.8	Caminata	Ascenso de escaleras, paso rápido
17140	5.0	Caminata	Uso de muletas
17150	2.0	Caminata	Caminata, retorno al hogar
17151	2.0	Caminata	Caminata, a menos de 3 km/h, en llano, paseo, muy lento
17152	2.8	Caminata	Caminata, a 3 km/h, en llano, paso lento, superficie firme
17160	3.5	Caminata	Caminata por placer (Código Taylor 010)
17161	2.5	Caminata	Caminata desde el hogar hacia el auto u ómnibus, desde auto u ómnibus a diferentes sitios, o hacia y desde el trabajo
17162	2.5	Caminata	Caminata hacia el hogar de un vecino por razones sociales
17165	3.0	Caminata	Caminata con el perro
17170	3.0	Caminata	Caminata, 4 km/h, en llano, superficie firme
17180	3.3	Caminata	Caminata, 4 Km/h, en descenso
17190	3.5	Caminata	Caminata, 4,5–5 km/h, en llano, paso moderado, superficie firme
17200	4.3	Caminata	Caminata, 5,5 km/h, en llano, paso rápido, superficie firme, caminata como ejercicio
17210	5.3	Caminata	Caminata, 4,5 a 5,5 km/h, en escenso, pendiente 1-5%
17211	8.0	Caminata	Caminata, 4,5 a 5,5 km/h, en escenso, pendiente 6-15%
17220	5.0	Caminata	Caminata, 6,5 km/h, en llano, superficie firme, paso muy rápido
17230	7.0	Caminata	Caminata, 7 km/h, en llano, superficie firme, paso muy rápido
17231	8.3	Caminata	Caminata, 8,5 km/h, en llano, superficie firme
17235	9.8	Caminata	Caminata, 8,5 km/h, en ascenso, pendiente 3%
17250	3.5	Caminata	Caminata, por placer, en receso de trabajo
17260	4.8	Caminata	Caminata, en pista de césped
17262	4.5	Caminata	Caminata, paso normal, en campo arado o arena
17270	4.0	Caminata	Caminata, al trabajo o clase (Código Taylor 015)
17280	2.5	Caminata	Caminata, hacia y desde una dependencia externa de la casa
17302	4.8	Caminata	Caminata, como ejercicio, 5,5 a 6,5 km/h, con bastones de ski, caminata Nórdica, en llano, paso moderado
17305	9.5	Caminata	Caminata, como ejercicio, 8 km/h, con bastones de ski, caminata Nórdica, en llano, paso rápido
17310	6.8	Caminata	Caminata, como ejercicio, con bastones de ski, caminata Nórdica, en ascenso
17320	6.0	Caminata	Caminata, hacia atrás, 5,5 km/h, en llano
17325	8.0	Caminata	Caminata, hacia atrás, 5,5 Km/h, en ascenso, pendiente 5 %
18010	2.5	Actividades Acuáticas	Navegación, a motor, conduciendo
18012	1.3	Actividades Acuáticas	Navegación, a motor, pasajero, ligero
18020	4.0	Actividades Acuáticas	Canotaje, en camping (Código Taylor 270)
18025	3.3	Actividades Acuáticas	Canotaje, en recolección de arroz, quite de arroz del tallo
18030	7.0	Actividades Acuáticas	Canotaje, transporte de canoa por tierra

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
18040	2.8	Actividades Acuáticas	Canotaje, remando, 3-6 km/h, esfuerzo ligero
18050	5.8	Actividades Acuáticas	Canotaje, remando, 6-9,5 km/h, esfuerzo moderado
18060	12.5	Actividades Acuáticas	Canotaje, remando, haciendo kayac, en competencia, >9,66 km/h, esfuerzo intenso
18070	3.5	Actividades Acuáticas	Canotaje, remando, por placer, general (Código Taylor 250)
18080	12.0	Actividades Acuáticas	Canotaje, remando, en competencia, en equipo o con bote a remos (Código Taylor 260)
18090	3.0	Actividades Acuáticas	Clavado, desde trampolín o plataforma
18100	5.0	Actividades Acuáticas	Uso de kayac, esfuerzo moderado
18110	4.0	Actividades Acuáticas	Bote a pedales
18120	3.0	Actividades Acuáticas	Navegación, en bote y embarcación, windsurf, navegación en hielo, general (Código Taylor 235)
18130	4.5	Actividades Acuáticas	Navegación, en competencia
18140	3.3	Actividades Acuáticas	Navegación, en Sunfish/Laser/Hobby Cat, barco con quilla, navegación en océano, navegación a vela, por placer
18150	6.0	Actividades Acuáticas	Esquí acuático o en tabla (Código Taylor 220)
18160	7.0	Actividades Acuáticas	Esquí en moto de agua, manejo de moto
18180	15.8	Actividades Acuáticas	Actividades subacuáticas, rápidas
18190	11.8	Actividades Acuáticas	Actividades subacuáticas, moderadas
18200	7.0	Actividades Acuáticas	Actividades subacuáticas, buceo, general (Código Taylor 310)
18210	5.0	Actividades Acuáticas	Actividades con uso de snorkel (Código Taylor 310)
18220	3.0	Actividades Acuáticas	Surf, con o sin tabla, general
18222	5.0	Actividades Acuáticas	Surf, con o sin tabla, competitivo
18225	6.0	Actividades Acuáticas	Remo de pie con tabla
18230	9.8	Actividades Acuáticas	Vueltas de natación. estilo libre, rápido, esfuerzo intenso
18240	5.8	Actividades Acuáticas	Vueltas de natación. estilo libre, crawl, lento, esfuerzo ligero o moderado
18250	9.5	Actividades Acuáticas	Natación, estilo espalda, general, entrenamiento o competición
18255	4.8	Actividades Acuáticas	Natación, estilo espalda, recreativo
18260	10.3	Actividades Acuáticas	Natación, estilo pecho, general, entrenamiento o competición
18265	5.3	Actividades Acuáticas	Natación, estilo pecho, recreativo
18270	13.8	Actividades Acuáticas	Natación, estilo mariposa, general
18280	10.0	Actividades Acuáticas	Natación, crawl, alta velocidad, ~69 m/min, esfuerzo intenso
18290	8.3	Actividades Acuáticas	Natación, crawl, velocidad media, ~46m/min, esfuerzo intenso
18300	6.0	Actividades Acuáticas	Natación, lago, océano, río (Código Taylor 280,295)
18310	6.0	Actividades Acuáticas	Natación, recreativo, sin realizar vueltas, general
18320	7.0	Actividades Acuáticas	Natación, nado lateral, general
18330	8.0	Actividades Acuáticas	Natación, nado sincronizado
18340	9.8	Actividades Acuáticas	Natación, flotación vertical con impulso de piés, rápido, esfuerzo intenso
18350	3.5	Actividades Acuáticas	Natación, flotación vertical con impulso de piés, esfuerzo moderado, general
18352	2.3	Actividades Acuáticas	Flotación sobre neumático en río, general
18355	5.5	Actividades Acuáticas	Gimnasia acuática, calistenia en el agua
18360	10.0	Actividades Acuáticas	Water polo
18365	3.0	Actividades Acuáticas	Water volley
18366	9.8	Actividades Acuáticas	Trote en el agua
18367	2.5	Actividades Acuáticas	Caminata en el agua, esfuerzo ligero, paso lento
18368	4.5	Actividades Acuáticas	Caminata en el agua, esfuerzo moderado, paso moderado
18369	6.8	Actividades Acuáticas	Caminata en el agua, esfuerzo intenso, paso rápido
18370	5.0	Actividades Acuáticas	Rafting, kayaking o canotaje
18380	5.0	Actividades Acuáticas	Windsurf, sin impulso para aumentar la velocidad
18385	11.0	Actividades Acuáticas	Windsurf o Kitesurf, realizando pruebas
18390	13.5	Actividades Acuáticas	Windsurf, en competencia, con impulso para aumentar la velocidad
19005	7.5	Actividades Invernales	Conducción de trineo tirado por perros
19005	7.5 2.5	Actividades Invernales	Pasajero de trineo tirado por perros
19000	6.0	Actividades Invernales	Mudanza de casa de hielo, montaje/perforación
19010 19011	2.0	Actividades Invernales Actividades Invernales	Pesca en hielo, sentado
19011	2.0	Actividades IIIVelliales	1 630a 611 High, 361 kauu

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
19018	14.0	Actividades Invernales	Patinaje sobre hielo
19020	5.5	Actividades Invernales	Patinaje sobre hielo,14,5 km/h o menos
19030	7.0	Actividades Invernales	Patinaje sobre hielo, general (Código Taylor 360)
19040	9.0	Actividades Invernales	Patinaje sobre hielo, velóz, mayor a 14,5 km/h, no competitivo
19050	13.3	Actividades Invernales	Patinaje, en velocidad, competitivo
19060	7.0	Actividades Invernales	Salto con esquís, ascenso transportando esquís
19075	7.0	Actividades Invernales	Esquí, general
19080	6.8	Actividades Invernales	Esquí de fondo, 4 km/h, esfuerzo ligero, caminata con esquís
19090	9.0	Actividades Invernales	Esquí de fondo, 6,5-8 km/h, velocidad y esfuerzo moderado, general
19100	12.5	Actividades Invernales	Esquí de fondo, 8-12,5 km/h, alta velocidad, esfuerzo intenso
19110	15.0	Actividades Invernales	Esquí de fondo, >13 km/h, categoría elite, carrera
19130	15.5	Actividades Invernales	Esquí de fondo, nieve compacta, cuesta arriba, máximo, alpinismo
19135	13.3	Actividades Invernales	Esquí de fondo, patinaje
19140	13.5	Actividades Invernales	Esquí de fondo, biatlón, técnica de patinaje
19150	4.3	Actividades Invernales	Esquí, cuesta abajo, esquí apino o snowboard, esfuerzo ligero, solo los períodos activos
19160	5.3	Actividades Invernales	Esquí, cuesta abajo, esquí apino o snowboard, esfuerzo moderado, general, solo los períodos activos
19170		Actividades Invernales	Esquí, cuesta abajo, esfuerzo intenso, carrera
19175		Actividades Invernales	Esquí, roller, corredores de elite
19180	7.0	Actividades Invernales	Deslizamiento en nieve sentado en plataforma, bobsleigh, luge (Código Taylor 370)
19190	5.3	Actividades Invernales	Snow shoeing, esfuerzo moderado
19192		Actividades Invernales	Snow shoeing, esfuerzo intenso
19200		Actividades Invernales	Conducción de moto de nieve, moderado
19202	2.0	Actividades Invernales	Pasajero de moto de nieve
19252	5.3	Actividades Invernales	Uso de pala manual en nieve, esfuerzo moderado
19254	7.5	Actividades Invernales	Uso de pala manual en nieve, esfuerzo intenso
19260	2.5	Actividades Invernales	Remoción de nieve con máquina, caminando y empujando
20000		Actividades Religiosas	Sentado en la iglesia, en misa, participando de una ceremonia, sentado silenciosamente
20001	2.0	Actividades Religiosas	Sentado, tocando un instrumento en la iglesia
20001	1.8	Actividades Religiosas	Sentado en la iglesia, conversando o cantando, participando de una ceremonia, sentado, en participación activa
20003	1.3	Actividades Religiosas	Sentado, leyendo material religioso en el hogar
20015		Actividades Religiosas	De pie silenciosamente en la iglesia, participando de una ceremonia
20013		Actividades Religiosas	De pie, cantando en la iglesia, participando de una ceremonia
20025	1.3	Actividades Religiosas	De rodillas en la iglesia o el hogar, rezando
20023	1.8	Actividades Religiosas	De pie, conversando en la iglesia
20030		•	
20035	2.0 2.0	Actividades Religiosas Actividades Religiosas	Caminando en la iglesia
20036		•	Caminando, a menos de 3 km/h, muy lento Caminando, 5 km/h, velocidad moderada, sin transporte de carga
	3.5	Actividades Religiosas	Caminando, 5 km/h, velocidad moderada, sin transporte de carga Caminando, 5,5 km/h, velozmente, sin transporte de carga
20038 20039		Actividades Religiosas	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
		Actividades Religiosas	Combinación de caminata y detención en funciones religiosas, voluntario
20040	5.0	Actividades Religiosas	Alabanzas con movimientos, danzas espirituales en la iglesia
20045	2.5	Actividades Religiosas	Servir comida en la iglesia
20046	2.0	Actividades Religiosas	Preparación de alimentos en la iglesia
20047	3.3	Actividades Religiosas	Lavado de platos, limpieza de cocina en la iglesia
20050	1.5	Actividades Religiosas	Comer en la iglesia
20055	2.0	Actividades Religiosas	Comer/conversar en la iglesia o comer de pie, celebración del día del Indio Americano
20060	3.3	Actividades Religiosas	Limpieza de la iglesia
20061	4.0	Actividades Religiosas	Jardinería general en la iglesia
20065		Actividades Religiosas	De pie, esfuerzo moderado (ej: cargando objetos pesados, recopilando cosas a gran velocidad)
20095	4.5	Actividades Religiosas	De pie, esfuerzo moderado a intenso, labores manuales, cargando ≥22,5 kg, trabajo pesado
20100	1.3	Actividades Religiosas	Tipeo, eléctrico, manual o en computadora
21000	1.5	Actividades Voluntarias	Sentado, en reunión, general, y/o conversando

CODIGO	METS	CATEGORIA	ACTIVIDAD ESPECIFICA
21005	1.5	Actividades Voluntarias	Sentado, trabajo de oficina ligero, en general
21010	2.5	Actividades Voluntarias	Sentado, trabajo moderado
21015	2.3	Actividades Voluntarias	De pie, trabajo ligero (archivando, conversando, recopilando)
21016	2.0	Actividades Voluntarias	Sentado, cuidando niños, solo los períodos activos
21017	3.0	Actividades Voluntarias	De pie, cuidando niños, solo los períodos activos
21018	3.5	Actividades Voluntarias	Caminar/correr jugando con niños, moderado, solo los períodos activos
21019	5.8	Actividades Voluntarias	Caminar/correr jugando con niños, intenso, solo los períodos activos
21020	3.0	Actividades Voluntarias	De pie, trabajo ligero/moderado (ej: empaque de cajas, armado/reparación, reparación de sillas/muebles)
21025	3.5	Actividades Voluntarias	De pie, moderado (cargando 22,5 kg, recopilando cosas a gran velocidad)
21030	4.5	Actividades Voluntarias	De pie, trabajo moderado/pesado
21035	1.3	Actividades Voluntarias	Tipeo, eléctrico, manual o en computadora
21040	2.0	Actividades Voluntarias	Caminata, menos de 3 km/h, muy lento
21045	3.5	Actividades Voluntarias	Caminata, 6 km/h, moderada velocidad, sin transporte de carga
21050	4.3	Actividades Voluntarias	Caminata, 5,6 km/h, veloz, sin transporte de carga
21055	3.5	Actividades Voluntarias	Caminata, 4 km/h, lentamente y transportando cargas menores a 11 kg
21060	4.5	Actividades Voluntarias	Caminata, 5 km/h, moderadamente y transportando cargas menores a 11 kg, empuje de objetos
21065	4.8	Actividades Voluntarias	Caminata, 5,6 km/h, rápida y transportando objetos menores de 11 Kg
21070	3.0	Actividades Voluntarias	Combinación de caminata y detención en funciones voluntarias