

# Plan treninga

Ime i prezime:

Datum:

Dan 1:

Vježba	Serije	Ponavljanja	Težina (kg)	Komentar

Dan 2:

Vježba	Serije	Ponavljanja	Težina (kg)	Komentar

Dan 3:

Vježba	Serije	Ponavljanja	Težina (kg)	Komentar