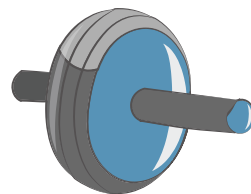
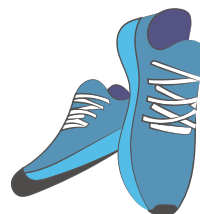


heti edzés terv

HÉT:

CÉLOK:

☐☐☐

HÉTFŐ



KEDD



SZERDA



CSÜTÖRTÖK



PÉNTEK



SZOMBAT



VASÁRNAP

