



# TRENING PLANER

Ime: .....

 Cardio aktivnosti: .....

 Aktivnosti snage: .....

 Core aktivnosti: .....

 Fleksibilnost: .....

NEDELJA	PONEDELJAK	UTORAK	SREDA	ČRTVRTAK	PETAK	SUBOTA	NEDELJA
1							
2							
3							
4							
5							
6							