TRÉNINKOVÝ DENÍK **JMÉNO:**

MĚSÍC:

	Trénink judo	Protahování	TV	Gymnastika	Fotbal	Plavání	Běh	Ostatní	Čas celkem
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									
17.									
18.									
19.									
20.									
21.									
22.									
23.									
24.									
25.									
26.									
27.									
28.									
29.									
30.									
31.									
CELKEM									