

Cvičení březen 2018:

- 1.3. problémové partie -hýždě a nohy
- 6.3. kruhový trénink
- 8.3. cardio trénink
- 13.3. bodystyling
- 15.3. tabata
- 20.3. problémové partie - ruce a břicho
- 22.3. problémové partie- hýždě a nohy
- 27.3. cvičení s gumou -hýždě a nohy