



# Mój planer Ćwiczenia

Pon. | Wt. | Śr. | Czw. | Pią. | Sb. | Nd.

OD GODZ.....DO GODZ.....

**DO POĆWICZENIA DZISIAJ**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**PODSUMOWANIE**

**WYĆWICZONE**

**DO POWTÓRKI**

**ROZGRYWANIE SIĘ**

UTWÓR:.....

.....

CZAS ĆWICZENIA.....

## ĆWICZENIE GŁÓWNE

UTWÓR:.....

**FRAGMENT**

OD..... DO.....

TEMPO.....

CZAS ĆWICZENIA.....

UTWÓR:.....

**FRAGMENT**

OD..... DO.....

TEMPO.....

CZAS ĆWICZENIA.....

UTWÓR:.....

**FRAGMENT**

OD..... DO.....

TEMPO.....

CZAS ĆWICZENIA.....