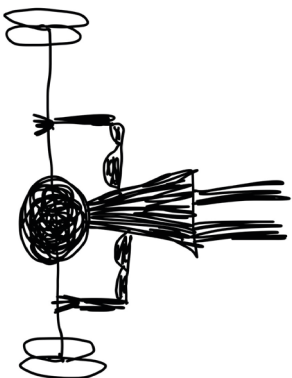


Fitness-Planer

Größe: für den Kalender als Ringbindung

Fitness-Planer



©AnnaWichelmann

Was soll ich eintragen?

Beispiel: Erste Spalte für eine Übung deiner Wahl und zweite Spalte für die Anzahl an Wiederholungen, Kilometer oder Zeitangaben.