



Stanov si přesný plán

Každý (*doplň jak často*) **v** (*doplň přesný čas*) **budu** (*doplň jak dlouho - a ne déle než 10min + konkrétní pohybovou činnost*).

např. každý den v 18:00 budu 10 min cvičit s Editou

Můj přesný pohybový plán zní: