

# Diplom

cvičící výzva

Jméno

Ve výzvě jsem nacvičil

minut

datum

podpis

# Cvičící výzva-cvičebník

Můj měsíční  
výsledek

| pondělí | úterý | středa | čtvrtek | pátek | sobota | neděle |
|---------|-------|--------|---------|-------|--------|--------|
|         |       |        |         |       |        |        |
|         |       |        |         |       |        |        |
|         |       |        |         |       |        |        |
|         |       |        |         |       |        |        |
|         |       |        |         |       |        |        |
|         |       |        |         |       |        |        |
|         |       |        |         |       |        |        |

720 MINUT

360 MINUT

180 MINUT

120 MINUT

60 MINUT

30 MINUT

Můj cíl

SUPER ZAČÁTEK

VEDEŠ SI SKVĚLE!

WAU, TY VÁLÍŠ!

JEĎ DRAKU !!

JSI BOREC!!

JSI NEJLEPŠÍ!!!