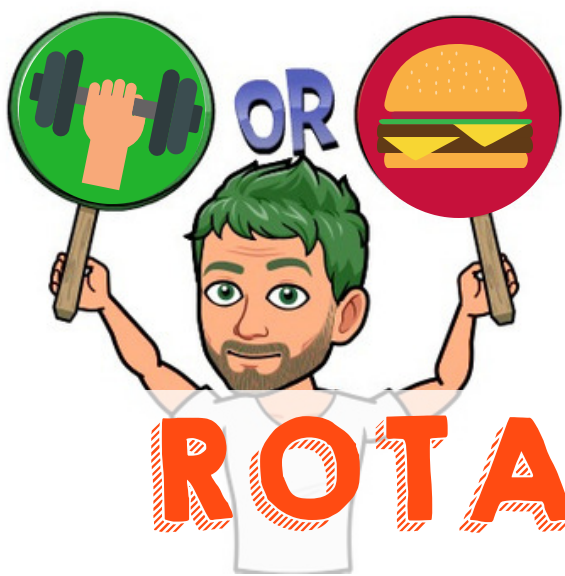
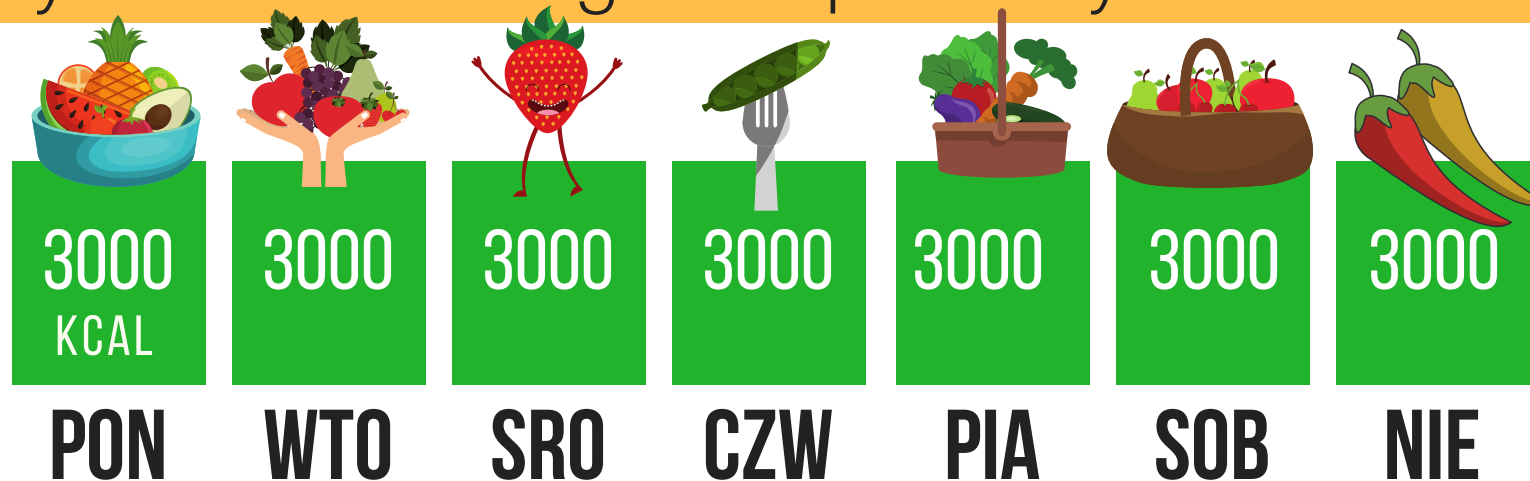




NA CZYM POLEGA

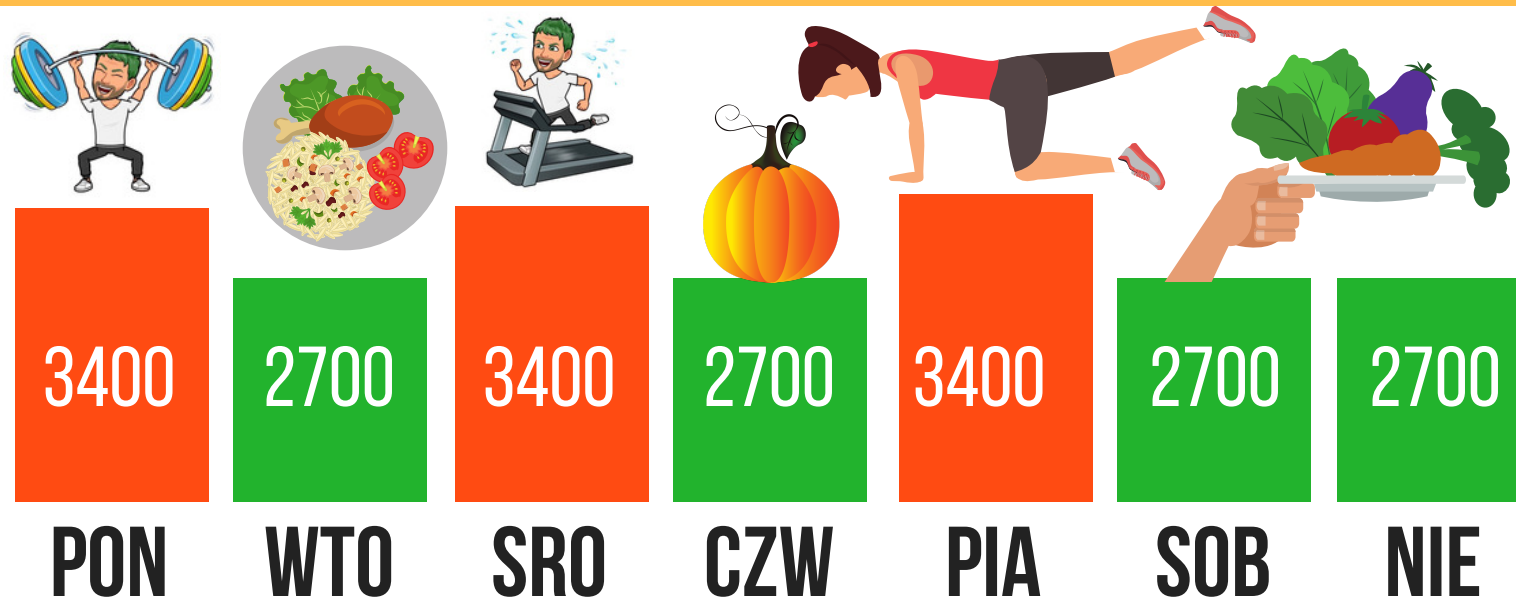
ROTACJA KALORIAMI ?

Tydzień bez treningu - nie polecany



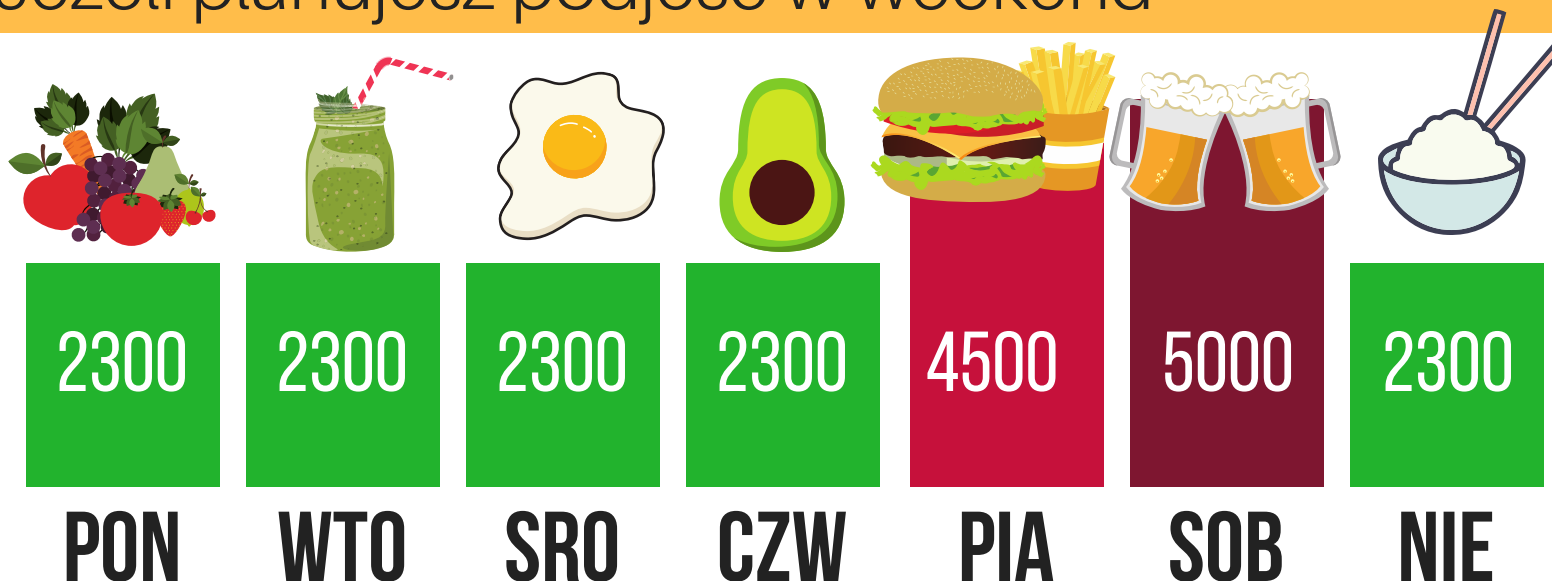
3000 ✓
ŚREDNIA LICZBA
KCAL NA TYDZIEŃ

Tydzień treningowy



3000 ✓
ŚREDNIA LICZBA
KCAL NA TYDZIEŃ

Jeżeli planujesz podjąć w weekend



3000 ✓
ŚREDNIA LICZBA
KCAL NA TYDZIEŃ