

Styr og styrk din genoptræning !

Trænings UGE nr. _____	TRÆNINGSPROGRAM for _____	Dato: _____
Ugedag	Din tilstandsvurdering og nyheder	
Mandag <input type="checkbox"/> : Øvedag <input type="checkbox"/> : Hviledag		
Tirsdag <input type="checkbox"/> : Øvedag <input type="checkbox"/> : Hviledag		
Onsdag <input type="checkbox"/> : Øvedag <input type="checkbox"/> : Hviledag		
Torsdag <input type="checkbox"/> : Øvedag <input type="checkbox"/> : Hviledag		
Fredag <input type="checkbox"/> : Øvedag <input type="checkbox"/> : Hviledag		
Lørdag <input type="checkbox"/> : Øvedag <input type="checkbox"/> : Hviledag		
Søndag <input type="checkbox"/> : Øvedag <input type="checkbox"/> : Hviledag		