

# Rückentraining

Vorname

Name

Geburtsdatum

Gewicht

Wiederholungen

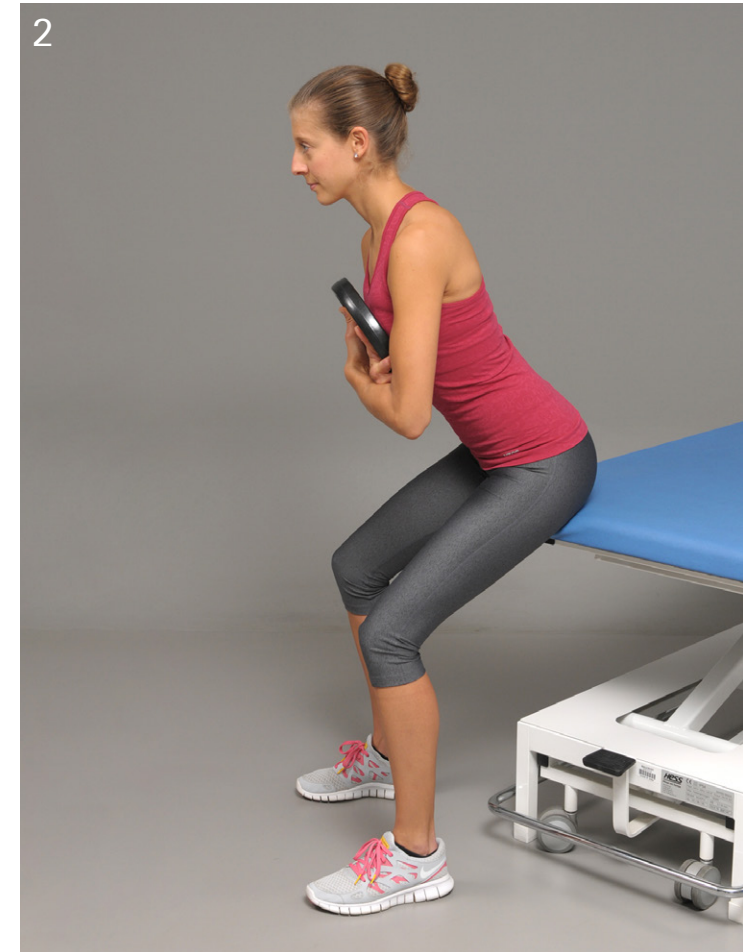
Bewegungsrhythmus

Serien

Serienpause

Trainingsfrequenz

Bemerkungen



High Sitting Good Morning (mit/ohne Gewicht)

In Zusammenarbeit mit: