



ПРЕСС ЗА 30 ДНЕЙ

ДЕНЬ: 1

20 раз

ДЕНЬ: 2

25 раз

ДЕНЬ: 3

25 раз

ДЕНЬ: 4

ОТДЫХ

ДЕНЬ: 5

25 раз

ДЕНЬ: 6

30 раз

ДЕНЬ: 7

35 раз

ДЕНЬ: 8

ОТДЫХ

ДЕНЬ: 9

35 раз

ДЕНЬ: 10

40 раз

ДЕНЬ: 11

35 раз

ДЕНЬ: 12

ОТДЫХ

ДЕНЬ: 13

30 раз

ДЕНЬ: 14

35 раз

ДЕНЬ: 15

40 раз

ДЕНЬ: 16

ОТДЫХ

ДЕНЬ: 17

45 раз

ДЕНЬ: 18

50 раз

ДЕНЬ: 19

55 раз

ДЕНЬ: 20

ОТДЫХ

ДЕНЬ: 21

50 раз

ДЕНЬ: 22

55 раз

ДЕНЬ: 23

55 раз

ДЕНЬ: 24

ОТДЫХ

ДЕНЬ: 25

50 раз

ДЕНЬ: 26

55 раз

ДЕНЬ: 27

60 раз

ДЕНЬ: 28

ОТДЫХ

ДЕНЬ: 29

55 раз

ДЕНЬ: 30

60 раз

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?