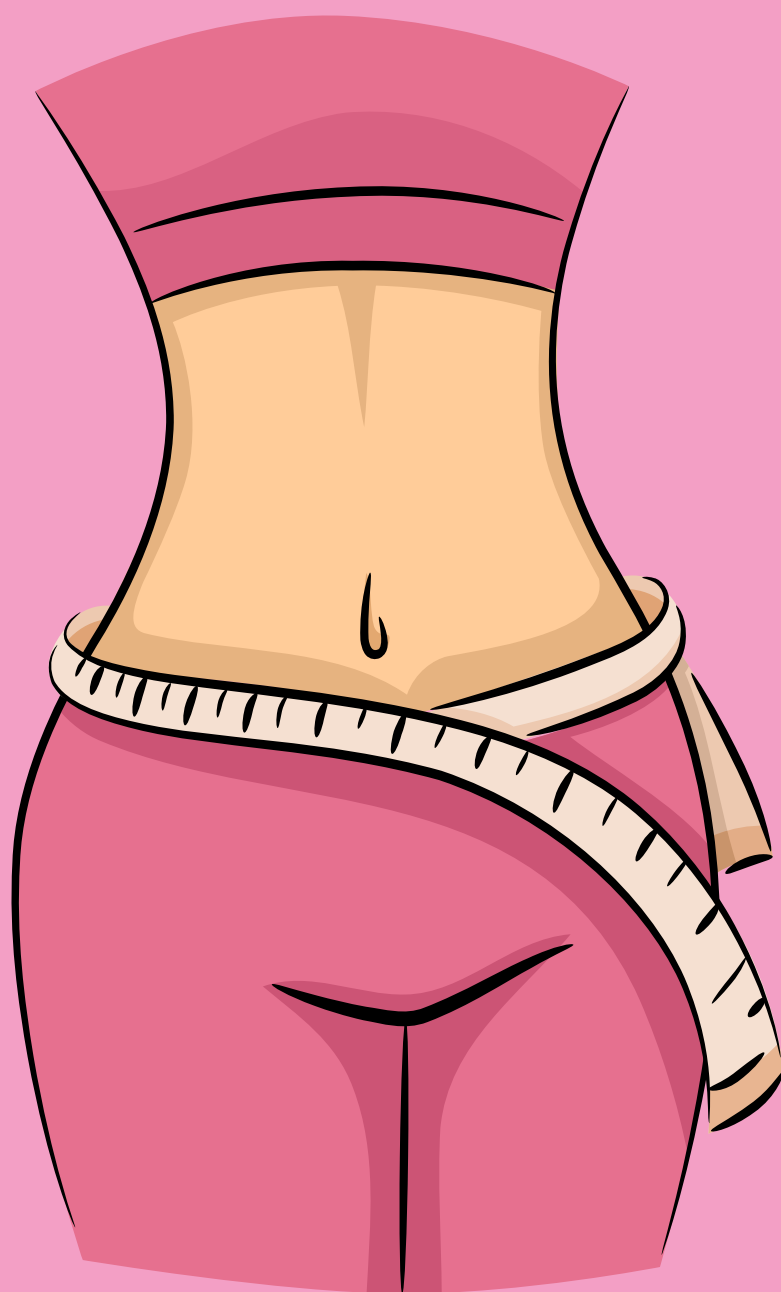


VIP
PROGRAM

TRÉNINKOVÝ PLÁN

SEXY BŘÍŠKO



I. TÝDEN

PO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 01
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

ÚT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



ST

- NAHOĎ SI TEPOVKU 04
- VIDEO 02
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

ČT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



PÁ

- NAHOĎ SI TEPOVKU 02
- VIDEO 01
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

SO

DNES SI DEJ ODPOČINEK



NE

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 01
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

II. TÝDEN

PO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 02
- VIDEO 01
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

ÚT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



ST

- NAHOĎ SI TEPOVKU 04
- VIDEO 02
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

ČT

- NAHOĎ SI TEPOVKU 01
- VIDEO 01
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

PÁ

DNES SI DEJ ODPOČINEK



SO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 01
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

NE

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 01
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

III. TÝDEN

PO

DNES SI DEJ ODPOČINEK



ÚT

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 03
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

ST

- NAHOĎ SI TEPOVKU 02
- VIDEO 04
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

ČT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



PÁ

- NAHOĎ SI TEPOVKU 04
- VIDEO 03
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

SO

DNES SI DEJ ODPOČINEK



NE

- NAHOĎ SI TEPOVKU 01
- VIDEO 04
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

IV. TÝDEN

PO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 02
- VIDEO 03
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

ÚT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



ST

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 04
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

ČT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



PÁ

- NAHOĎ SI TEPOVKU 01
- VIDEO 05
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

SO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 04
- VIDEO 06
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

NE

DNES SI DEJ ODPOČINEK



V. TÝDEN

PO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 05
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

ÚT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



ST

- NAHOĎ SI TEPOVKU 02
- VIDEO 06
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

ČT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



PÁ

- NAHOĎ SI TEPOVKU 01
- VIDEO 05
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

SO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 04
- VIDEO 06
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

NE

DNES SI DEJ ODPOČINEK



VI. TÝDEN

PO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 03
- VIDEO 05
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

ÚT

DNES SI DEJ ODPOČINEK



ST

- NAHOĎ SI TEPOVKU 01
- VIDEO 06
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

ČT

- NAHOĎ SI TEPOVKU 02
- VIDEO 05
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04

PÁ

DNES SI DEJ ODPOČINEK



SO

- NAHOĎ SI TEPOVKU 04
- VIDEO 06
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 01

NE

- NAHOĎ SI TEPOVKU 01
- VIDEO 05
- ZÁVĚREČNÉ PROTAŽENÍ 04