NEXT
ATHLETE OS

Kalender

Se veckans rytm, hur du ligger till och vad som väntar härnäst.

Fas 1 | V2 | V3

Vecka 2 · plan

Fas 1 · 0 klara · 3 kvar

D1	**Pass 1 · Helkropp**	Kommer
D2	**Pass 2 · Helkropp**	Kommer
V	**Vila**	Vilodag
D3	**Pass 3 · Arbetskapacitet**	Kommer