	1. den	2. den	3. den	4. den	5. den	6. den	7. den	8. den	9. den
prkno									
skok z místa									
kliky									
leh – sed									
švihadlo									

	10. den	11. den	12. den	13. den	14. den	15. den	16. den	17. den	18. den
prkno									
skok z místa									
kliky									
leh – sed									
švihadlo									

	19. den	20. den	21. den	22. den	23. den	24. den	25. den	26. den	27. den
prkno									
skok z místa									
kliky									
leh – sed									
švihadlo									