锻炼记录

日期 _____ · 追踪每组

锻炼	组	次数	体重	完成
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐

免费打印文件来自 jennaferscott.com — 仅限个人使用