EMST 150
Expiratory Muscle Strength Trainer

TRENINGSJOURNAL

BARNAS
språksenter
MUNN • SPISE • TALE • ASK

	DAG 1					DAG 2					DAG 3					DAG 4					DAG 5				
UKE	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1																									
2																									
3																									
4																									
5																									

1																									
2																									
3																									
4																									
5																									

1																									
2																									
3																									
4																									
5																									

1																									
2																									
3																									
4																									
5																									

1																									
2																									
3																									
4																									
5																									