

الجدول جداً رائع واضح ومنظم، لاحظت تطور ملحوظ في جميع النواحي، تعلمت تفاصيل مهمة في الرياضة والتغذية كانت مجهولة بالنسبة لي، أنصح أي شخص عنده الفرصة بالاشتراك ان يشترك مع المدرب راشد الناجم، الله يعطيه العافيه على مجهوده المميز