<https://pl.wikipedia.org/wiki/Trening#:~:text=Trening%20sportowy%20%E2%80%93%20proces%20polegaj%C4%85cy%20na,zwi%C4%85zanych%20z%20dan%C4%85%20dyscyplin%C4%85%20sportu>.

https://pl.wikipedia.org/wiki/Trening#:~:text=Trening%20sportowy%20%E2%80%93%20proces%20polegaj%C4%85cy%20na,zwi%C4%85zanych%20z%20dan%C4%85%20dyscyplin%C4%85%20sportu.