

Jūsų plano pavadinimas: **upvote filtering**

Jūsų plano trukmė: **9**

Jūsų treniruočių dienos: **5**

Jūsų pasirinkta/os kūno dalys: **chest**

Jūsų pasirinkti pratimai: **PAVADINIMAS**

Jūsų pasirinkti setai: **5**

Jūsų pasirinkti pakartojimai: **10**

Jūsų pasirinktas poilsio laikas: **1**