

<p><b>星期一 :</b></p> <p>周的开始, “强人的一天”, 所有运动员做力量运动, 很多人锻炼, 我特别辛苦</p>	<p><b>星期二 :</b></p> <p>技术, 技术, 再次强调技术, 练习发球的技术</p>	<p><b>星期三 :</b></p> <p>很忙很辛苦, 今天不做力量运动, 做提高速度的运动</p>	<p><b>星期四 :</b></p> <p>休息, 去桑拿放松一下</p>
<p><b>星期五 :</b></p> <p>希望创下新的纪录, 去参加竞赛</p>	<p><b>星期六 :</b></p> <p>竞赛, 紧张, 竞争力, 奖励, 放松-最好形容星期六</p>	<p><b>星期天 :</b></p> <p>休息或者在回家的路上</p>	<p><b>MAJEWSKI</b> <b>Tomasz</b></p> <p><b>about himself and sport</b></p>