



Lista

O filterima i pronalaženju podataka u listama

Filter

- **{Odjel}**
Prikazuje vježbe odabrane teretane. Vježbe bez upisanog odjela vrijede za sve teretane i prikazuju se uz svaki odabir.
- **{Mišićna skupina}**
Sužava popis na vježbe koje opterećuju odabranu skupinu.
- **{Oprema}**
Sužava popis na vježbe koje traže odabranu spravu.
- **{Aktivan}**
Zadano uključeno, pa se prikazuju samo vježbe u upotrebi. Isključite kvačicu kad tražite i deaktivirane vježbe.

Tražilica pretražuje nazive u već učitanim redcima.

Stupci

- **{Naziv}**
Naziv vježbe. Lista je zadano poredana po ovom stupcu.
- **{Odjel}**
Teretana kojoj vježba pripada. Prazno znači da vrijedi za sve teretane tvrtke.
- **{Mišićna skupina}**
Skupina koju vježba opterećuje.
- **{Oprema}**
Oprema potrebna za izvedbu.
- **{Aktivan}**
Kvačica označava vježbu koja se nudi pri slaganju plana.

From:
<https://wiki.micro-process.hr/> - **Brix - MICRO PROCESS**

Permanent link:
<https://wiki.micro-process.hr/brix/hr/exercises/list>

Last update: **30/09/2026 10:00**

