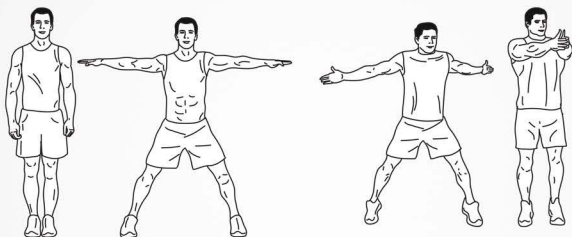


# НУ, ПОПРОБУЙ, БРАТАН

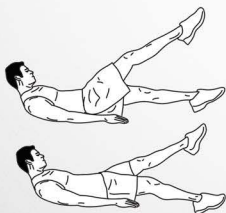
ТРЕНИРОВКА ОТ DAREBEE © [darebee.net](http://darebee.net)

УРОВЕНЬ I 3 подхода УРОВЕНЬ II 5 подходов УРОВЕНЬ III 7 подходов ОТДЫХ до 2 минут

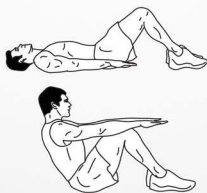


20 прыжков Звезда

20 прыжков Морских Котиков



10 махов ногами



10 подъемов корпуса



10 поворотов корпуса