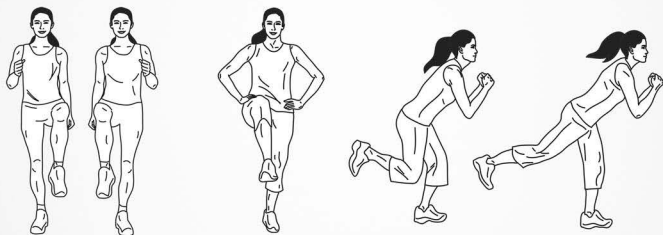


Кардио Баланс

ТРЕНИРОВКА ОТ DAREBEE © darebee.net



10 высоких шагов

считая до 10 удержание поднятой ноги (правая)

10 ударов ногой назад (правая)

10 высоких шагов

считая до 10 удержание поднятой ноги (левая)

10 ударов ногой назад (левая)

ГОТОВО