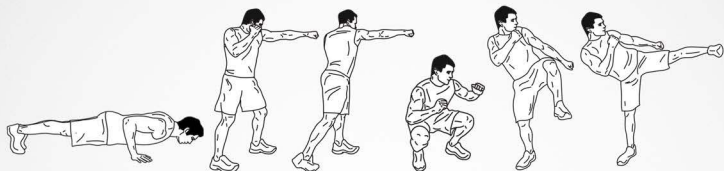


# КОМБО БОЕЦ

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

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



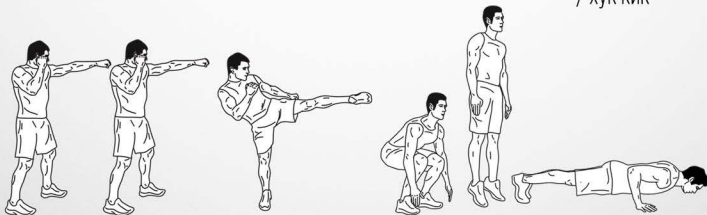
**10комбо** отжимание + джеб + кросс

**20комбо** присед + боковой удар



**10комбо** отжимание + хук

**20комбо** присед + удар с разворота / хук кик



**10комбо** джеб + джеб + круговой удар

**5комбо** присед с прыжком + отжимание