

# ГЛАЗ ТИГРА

ТРЕНИРОВКА

ОТ DAREBEE

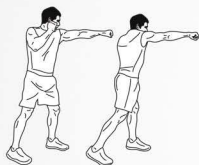
© [darebee.net](https://darebee.net)

УРОВЕНЬ I 3 подхода

УРОВЕНЬ II 5 подходов

УРОВЕНЬ III 7 подходов

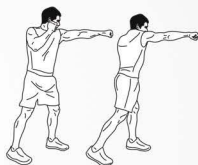
ОТДЫХ до 2 минут



20 прямых ударов



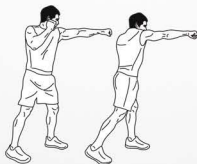
20 ударов вверх



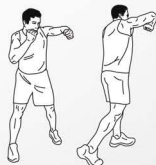
20 прямых ударов



20 апперкотов



20 прямых ударов



20 хуков