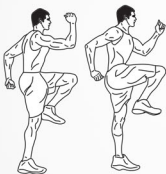


# ЗАРАБОТАЙ СВОЙ ОБЕД ТРЕНИРОВКА

ОТ DAREBEE © [darebee.com](https://darebee.com)



1 минута высокие шаги (разминка)

1 минута высокие подъемы колена

1 минута отдых

1 минута высокие подъемы колена

1 минута отдых

1 минута высокие подъемы колена

1 минута отдых

1 минута высокие подъемы колена

1 минута отдых

1 минута высокие подъемы колена

финиш

