

# НА ПРЕСС

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



20 скручиваний

10 подъемов ног

20 скручиваний

10 подъемов ног

20 скручиваний

10 подъемов ног

20 скручиваний

10 подъемов ног

20 скручиваний

10 подъемов ног

финиш