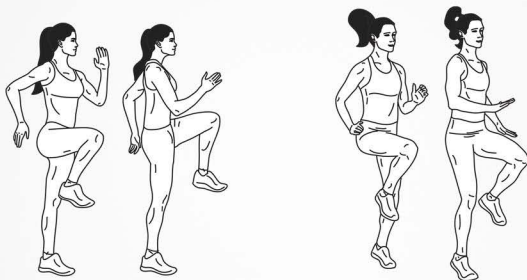


МОЛНИЯ

ТРЕНИРОВКА **ВИИТ** ОТ DAREBEE © darebee.net

Уровень I 3 подхода Уровень II 5 подходов Уровень III 7 подходов | 2 минуты отдыха



10сек высокие шаги

10сек подъемы колена

10сек высокие шаги

10сек подъемы колена

10сек высокие шаги

10сек подъемы колена