

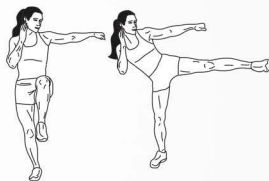
ОХОТНИК НА ВАМПИРОВ

ТРЕНИРОВКА ОТ DAREBEE © darebee.net

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



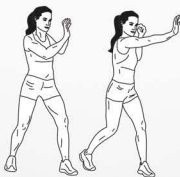
20 подъемов колена



20 ударов ногой



10 выпадов с прыжком



20 ударов ладонью



10 присед + удар ладонью