

БЕЛЫЙ КРОЛИК

ТРЕНИРОВКА ОТ DAREBEE © darebee.com

5 подходов всего | 2 минуты отдыха между подходами



20 кругов руками



20 движений из стороны в сторону



20 кругов руками



20 высоких шагов



20 кругов руками



20 высоких шагов