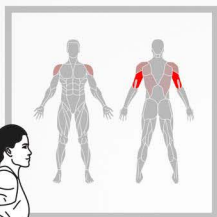


Bras liftés

ENTRAÎNEMENT PAR DAREBEE

© darebee.fr



5 triceps dips

10-count maintien

5 triceps dips

10-count maintien

5 triceps dips

10-count maintien

5 triceps dips

10-count maintien

5 triceps dips

10-count maintien

finish

10-count = en comptant jusqu'à 10.