

LIVRAISON RAPIDE

DAREBEE **HIT** ENTRAÎNEMENT © darebee.com

Niveau I 3 séries Niveau II 5 séries Niveau III 7 séries | 2 min de repos



20sec levées de genoux



20sec grimpeurs



20sec levées de genoux



20sec planche



20sec levées de genoux



20sec planche



20sec levées de genoux



20sec grimpeurs



20sec levées de genoux