

EYE OF THE TIGER

“L'ŒIL DU TIGRE”
ENTRAÎNEMENT
PAR DAREBEE

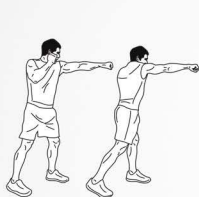
 [darebee.fr](https://www.darebee.fr)

NIVEAU I 3 séries

NIVEAU II 5 séries

NIVEAU III 7 séries

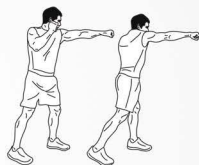
REPOS jusqu'à 2 min



20 coups de poing



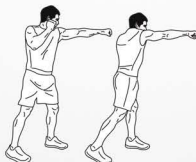
20 coups de poing



20 coups de poing



20 uppercuts



20 coups de poing



20 hooks