

COUP INTERDIT

ENTRAÎNEMENT PAR DAREBEE © darebee.fr

5 séries | 2 minutes de repos entre les séries



4 squats

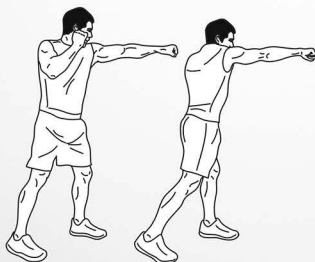
20 coups directs

4 squats

20 coups directs

4 squats

20 coups directs



4 squats

20 coups directs

4 squats

20 coups directs