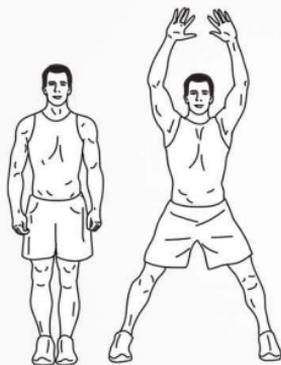


# SÉANCE SUEUR

ENTRAÎNEMENT PAR DAREBEE © [darebee.fr](https://darebee.fr)

5 séries | 2 minutes de repos entre les séries



10 jumping jacks

2 squats sautés

10 jumping jacks

2 squats sautés

10 jumping jacks

2 squats sautés



10 jumping jacks

2 squats sautés

10 jumping jacks

2 squats sautés