

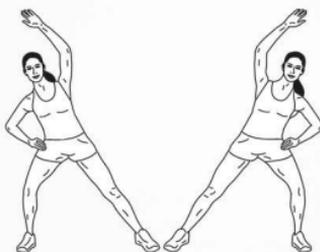
# Lapin Blanc

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

5 séries au total | 2 minutes de repos entre les séries



20 cercles bras tendus



20 flexions rapides de côté



20 cercles bras tendus



20 pas de marche



20 cercles bras tendus



20 pas de marche