

Challenge 2



Element	Schéma	Tentative 1	Tentative 2
<i>Fermetures groupées (30 sec)</i>			
<i>Chaise (votre max !)</i>			
<i>Dips (30 sec)</i>			
<i>Le crabe (45 sec)</i>			
<i>Squat sauté (45 sec)</i>			

Assouplissements

