

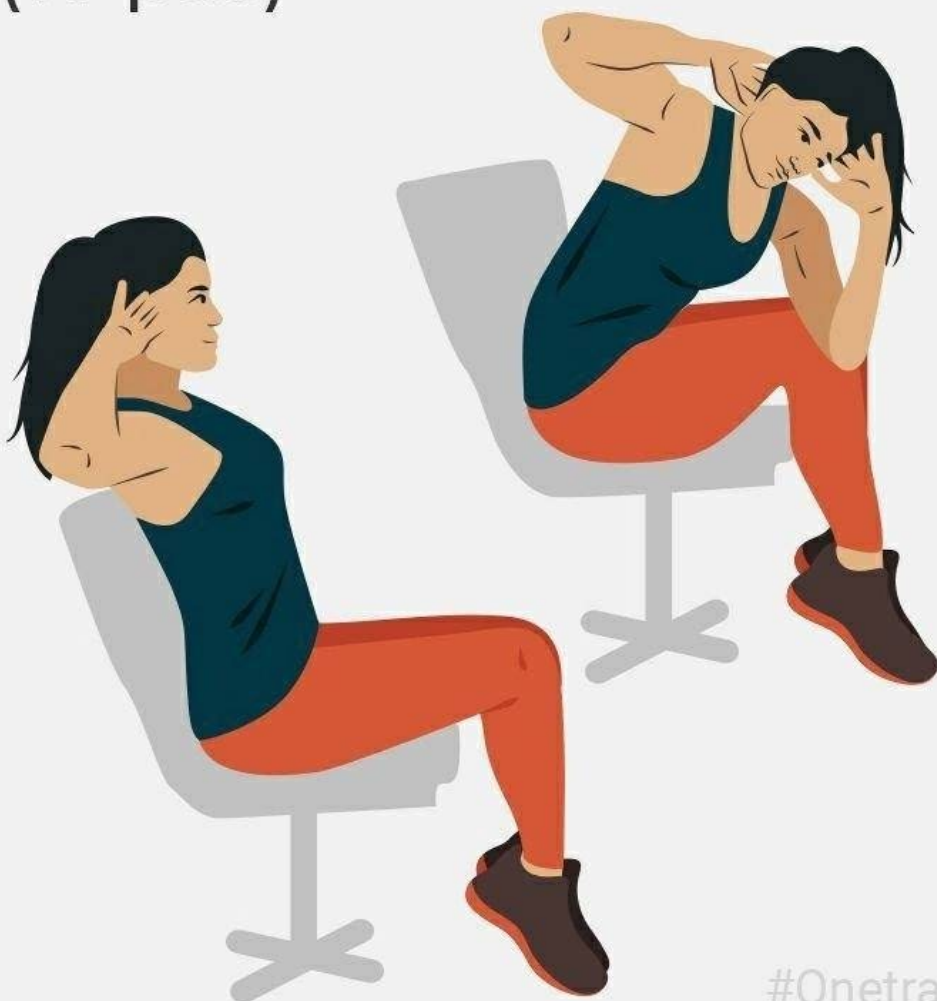
# Офисная разминка

#OnetrakOfficial



**Джек на стуле**  
(10 раз)

# Скручивания локтем к колену (10 раз)

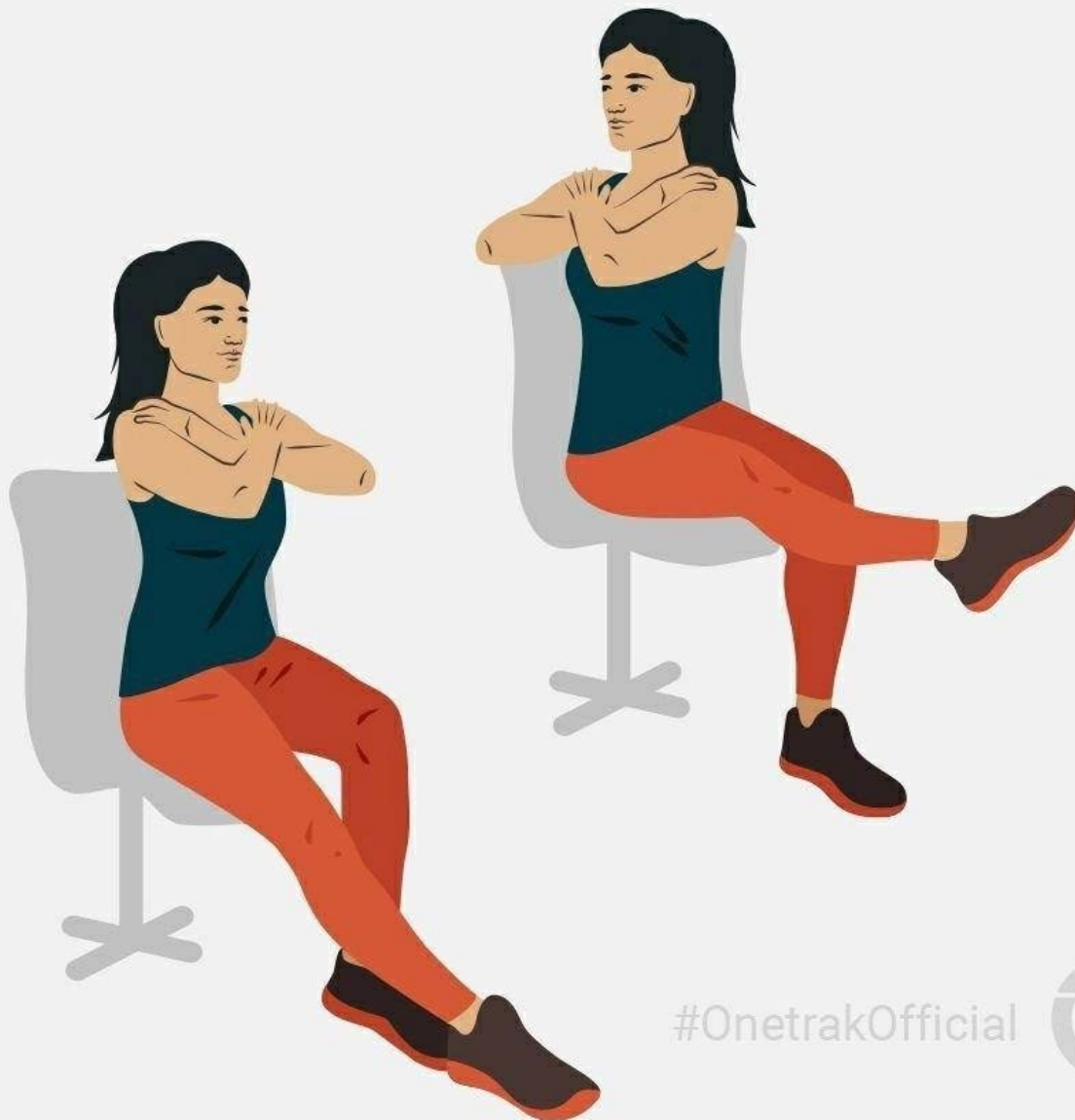


#OnetrakOfficial



# Повороты корпуса

(10 раз)



#OnetrakOfficial



# Велосипед

(10 раз)

#OnetrakOfficial

