



MINI WORKOUT

WEG MIT DEM WINTERSPECK

KNIEHEBELAUF



HAMPELMANN



ANFERSEN



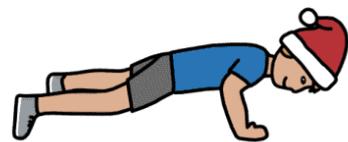
KNIEBEUGE



TRIZEPS-DIPS



LIEGESTÜTZE



STRECKEN

