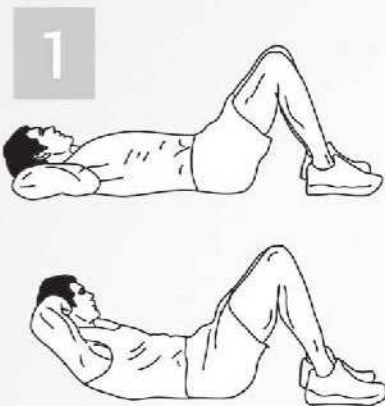
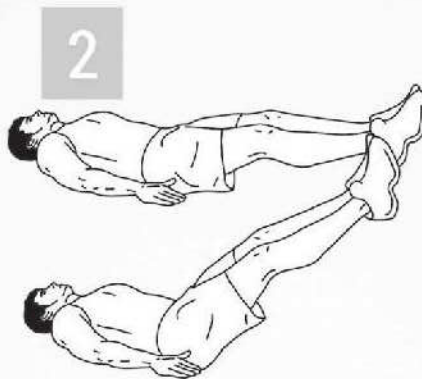


# Bruce Lee abs



10 BRZUSZKÓW



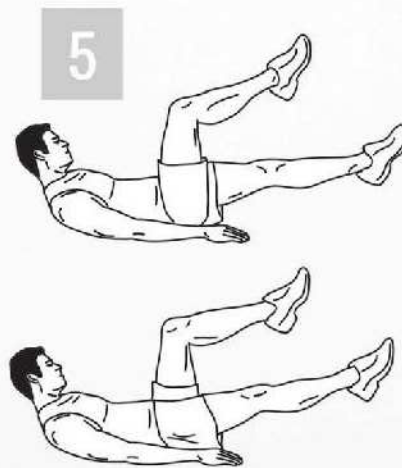
10 RAZY - KRAŻENIA  
ZŁĄCZONYCH NÓG W LEŻENIU  
NA PLECACH



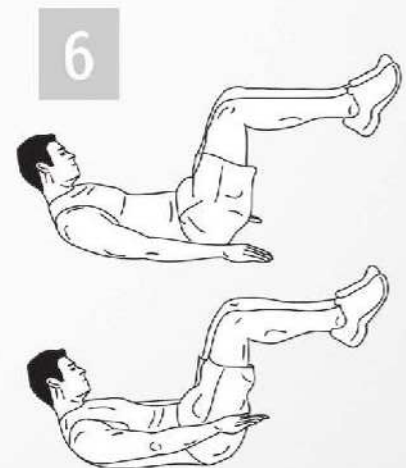
10 RAZY - W SIADZIE SKRĘTY  
TUŁOWIA



10 RAZY - W LEŻENIU NA PLECACH  
DOTYKANIE DŁOŃMI KOSTEK



30 SEKUND - ROWEREK W  
LEŻENIU NA PLECACH



10 RAZY - BRZUSZKI Z  
NOGAMI UNIESIONYMI

**POZIOM 1 - 2 SERIE, POZIOM 2 - 4 SERIE, POZIOM 3 - 6 SERII**  
PRZERWA MIĘDZY SERIAMI - **2 MINUTY**