

	kg	
Przysiad	130	https://youtube.com/shorts/ylb0LWgλ
Martwy	140	https://youtube.com/shorts/llqC2sZ3i
Wyciskanie	95	https://youtube.com/shorts/AO0GSoy
OHP	55	https://youtube.com/shorts/_u0uiFD3
Pompki	40	https://youtu.be/4TM9u1WOPFo
Podciągnięcia	13	https://youtu.be/XNAFX-RKxWs

(RJs

1I

fWiM

b3U