



**Nome: crola - Quarta**

**Grupo Muscular: Pernas**

### **Exercícios**

<b>Exercício</b>	<b>Séries / Repetições</b>
1	undefined / undefined
2	undefined / undefined
3	undefined / undefined
null	undefined / undefined
null	undefined / undefined
null	undefined / undefined
null	undefined / undefined

null

undefined / undefined