Автор: admin
29.05.2014 17:55 -

Дмитрий Яшанькин - Функциональный тренинг. Развитие спортивных качеств

{youtube}T8ympKVEGUk{/youtube}
Описание:
Дмитрий Яшанькин - Функциональный тренинг. Развитие спортивных качеств
Один из вариантов функциональной тренировки для развития силы, ловкости, скоростных качеств и выносливости.
Спасибо Александру Тихомирову и его съёмочной группе за качественный видео материал.

Подписывайтесь на канал: www.youtube.com/DYashankin
Instagram: instagram.com/dmitryyashankin
Вконтакте: vk.com/Dmitry.Yashankin
Официальный сайт WWW.YASHANKIN.COM

дмитрий яшанькин, yashankin team, bodybuilding, бодибилдинг, фитнес, бодибилдинг тренировки, тренировка, пресс, тренинг, упражнения, мотивация, motivation, натуральный бодибилдинг, файт база, fightbaza