

Основы бокса, функциональный тренинг. Фитнес канал FITNESS24

{youtube}9QsYRgUchmE{/youtube}

Описание:

Персональный тренер по боксу Михаил Кокая показывает азы бокса на fitness 24 tv .
Рассказывает методику тренировок по боксу, а так же по функциональному тренингу.
Это первый выпуск канала FITNESS 24 а так же презентация персонального тренера
Михаила Кокая.

Теперь мы будем встречаться еженедельно.

fitness24tv