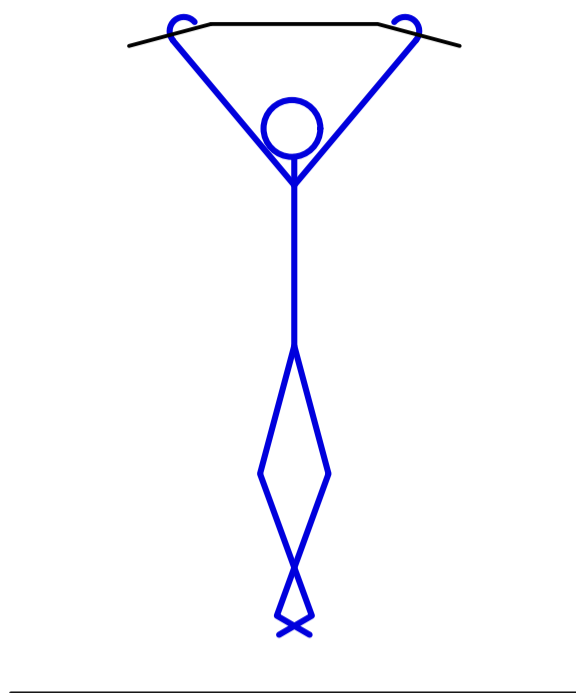


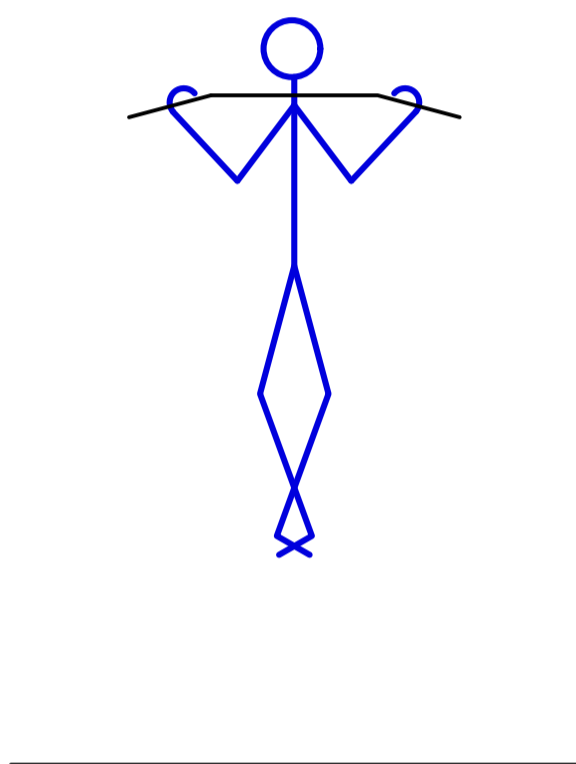
Vazbič - cviky Muži

1

Shyby nadhmatem širokým úchopem
1. - dolní pozice

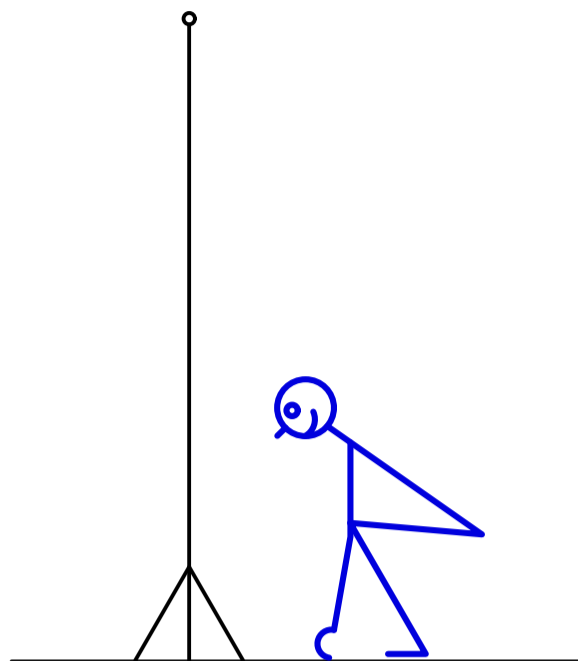


Shyby nadhmatem širokým úchopem
2. - horní pozice

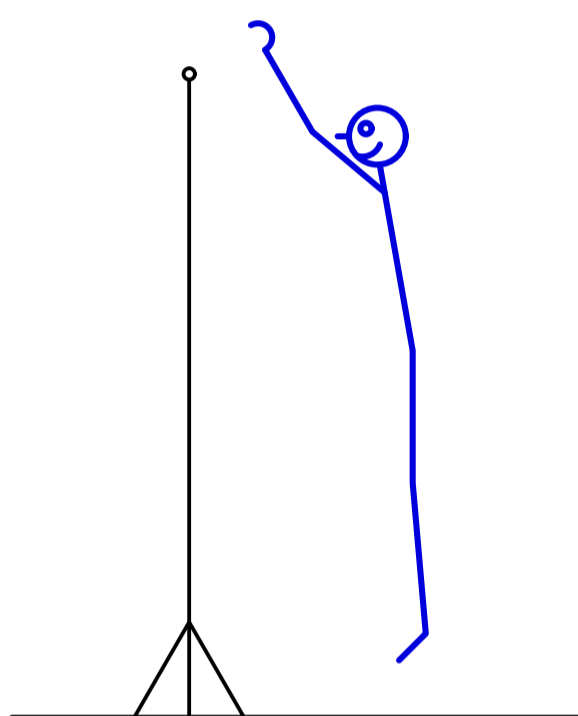


2

Výskoky snožmo z místa
1. - dolní pozice

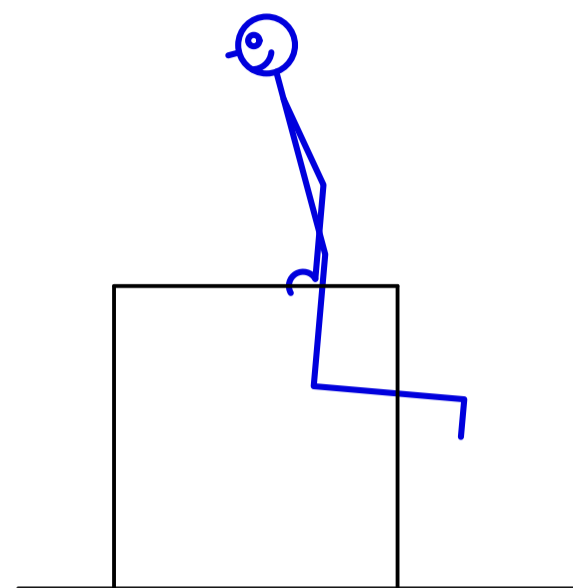


Výskoky snožmo z místa
2. - horní pozice

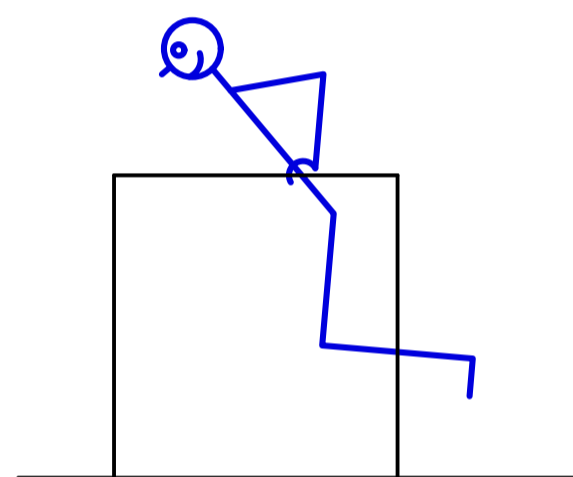


3

Tricepsově kliky na bradlech
1. - horní pozice

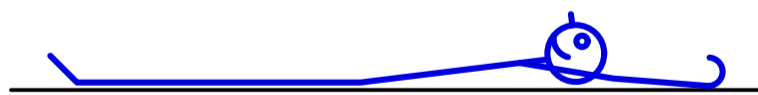


Tricepsově kliky na bradlech
2. - dolní pozice

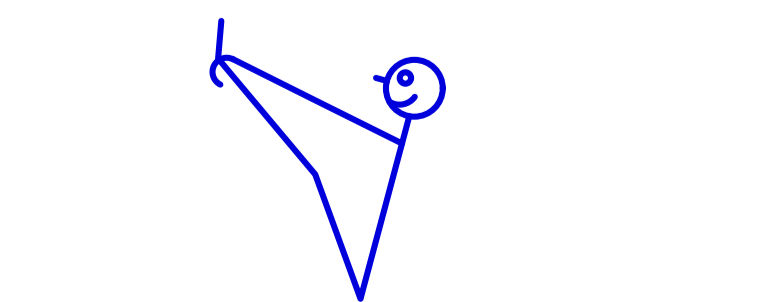


4

Sklapovačky
1. - dolní pozice

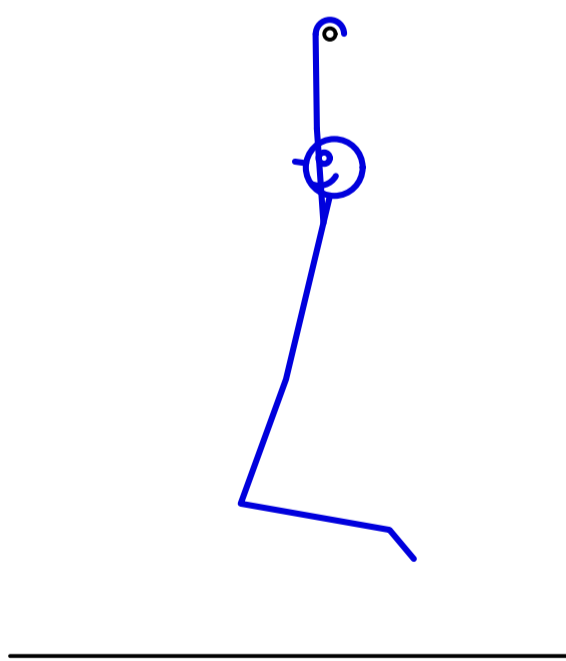


Sklapovačky
2. - horní pozice

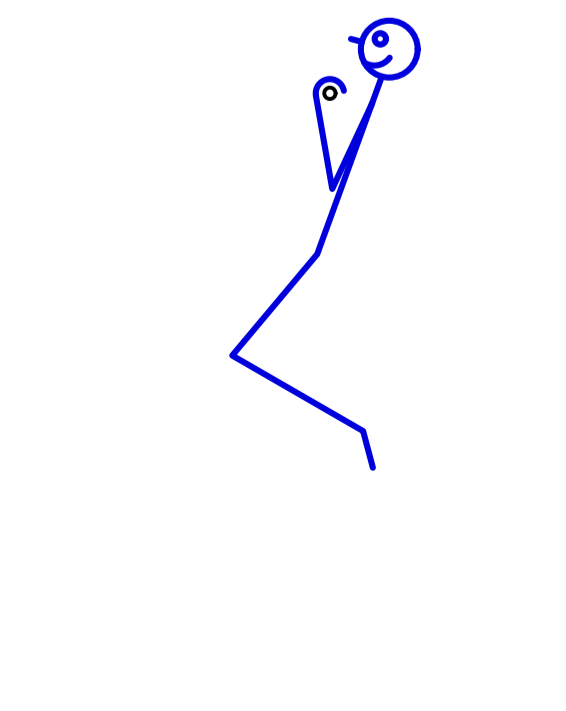


5

Shyby podhmatem úzkým úchopem
1. - dolní pozice

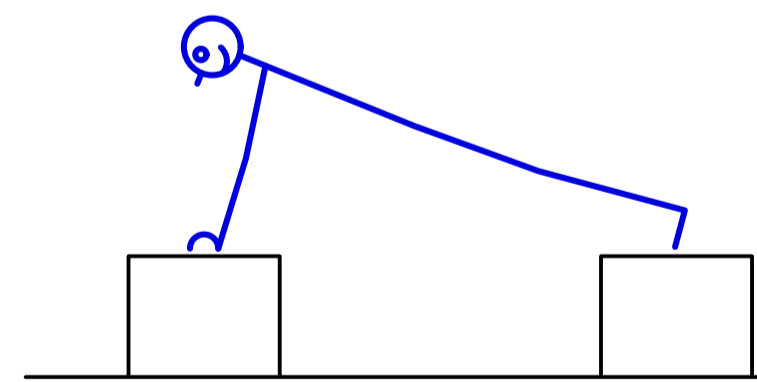


Shyby podhmatem úzkým úchopem
2. - horní pozice



6

Kliky na 3 židlích (lavičkách)
1. - horní pozice



Kliky na 3 židlích (lavičkách)
2. - dolní pozice

