

EJERCICIO #1

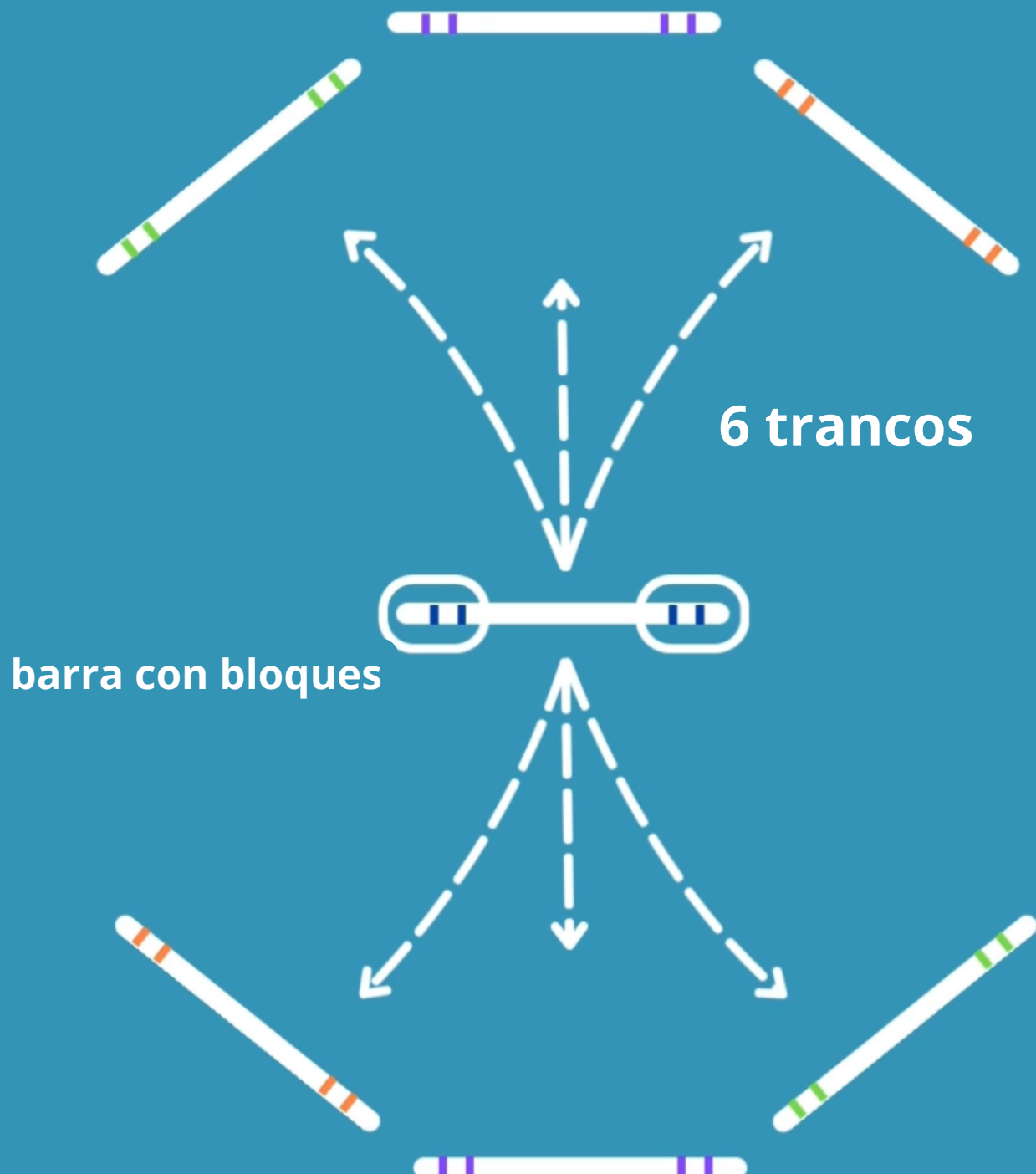
Principiante



RELOJ DE ARENA
Hannah Åkerblom

Ideal para:

- Medir trancos
- Enlazar obstáculos



EJERCICIO #2

Medio

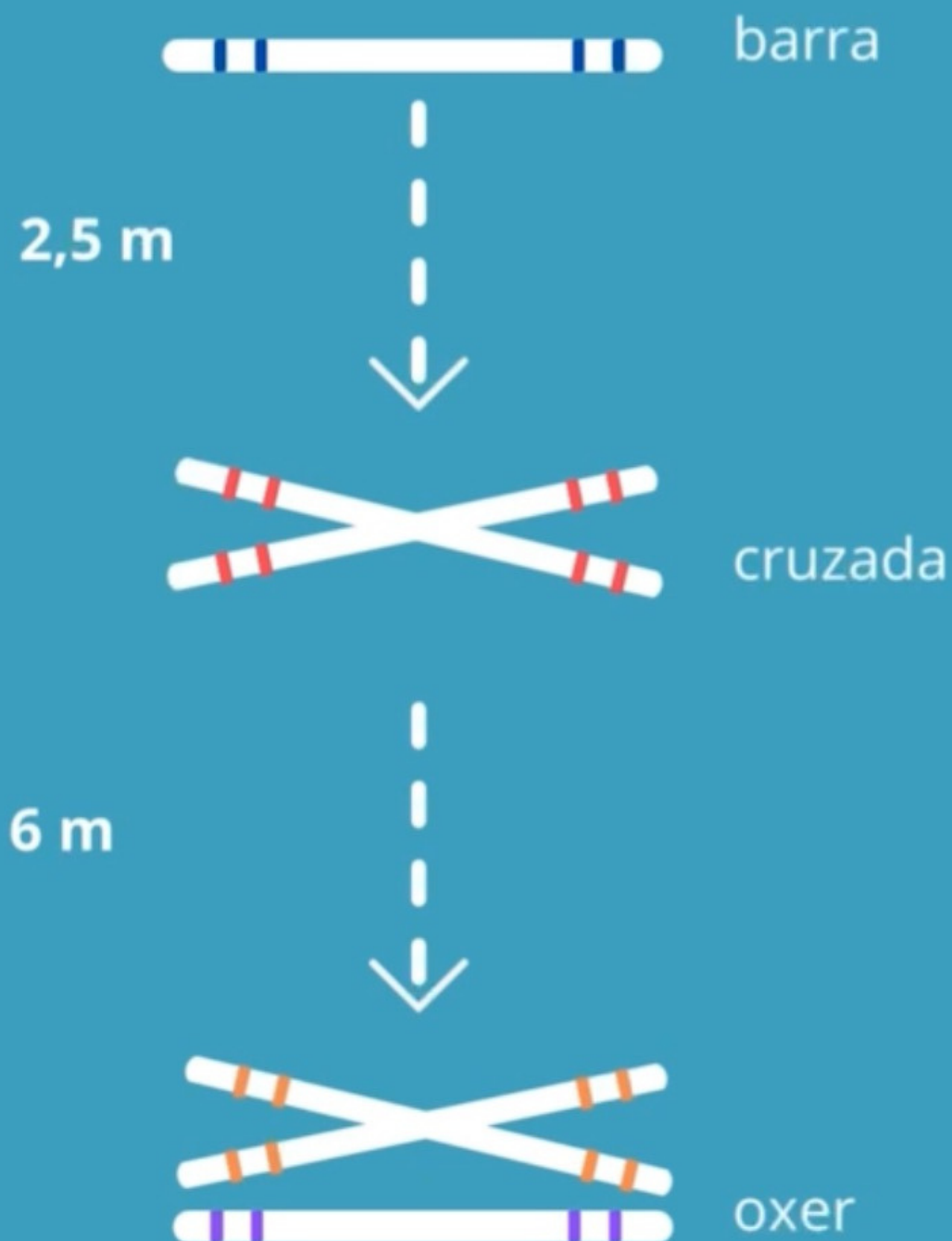


DOS Y MEDIO

Hannah Åkerblom

Ideal para:

- Medir trancos
- Combinaciones
- Rectitud
- Posición



EJERCICIO #3

Medio

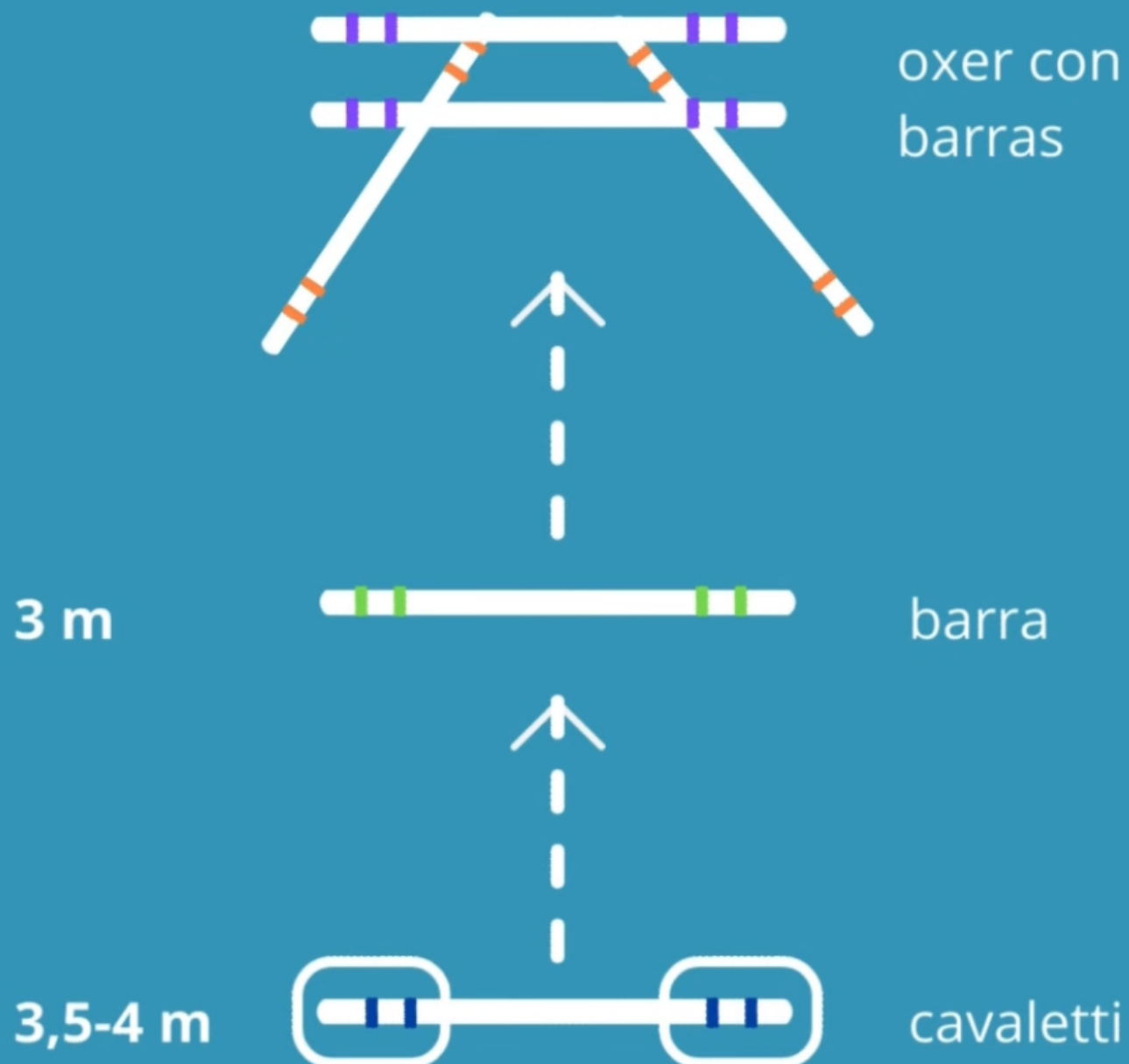


3 BARRAS & PUSH

Hannah Åkerblom

Ideal para:

- Medir trancos
- Combinaciones
- Rectitud
- Posición



EJERCICIO #4

Medio



OXER PUSH
Hannah Åkerblom

Ideal para:

- Coger confianza
- Preparar una competición

