

INTERVALLES 30/15 POUR TOUT LE CORPS - LIVE 30

<https://youtu.be/Ymj4S5Wrb90>

C.A.F. MUSCU LIVE 30' : Renforcement muscu #confinement

<https://youtu.be/CLVcU57JovI>

CARDIO C.A.F. LIVE "confinement"

<https://youtu.be/CLVcU57JovI>

HIIT CARDIO LIVE 30' BY CHRISTOPHE HBX COACH #confinement"

<https://youtu.be/Y7azx4Vj5ck>