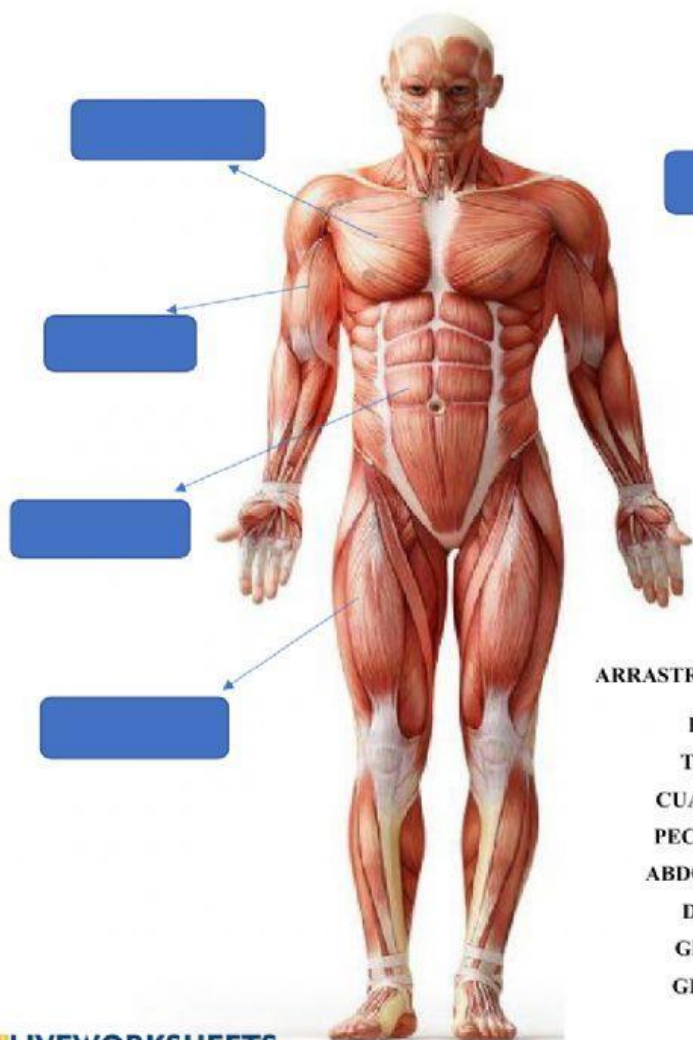




ARRASTRA A SU LUGAR:

BICEPS
TRICEPS
CUADRICEPS
PECTORALES
ABDOMINALES
DORSAL
GLUTEOS
GEMELOS

