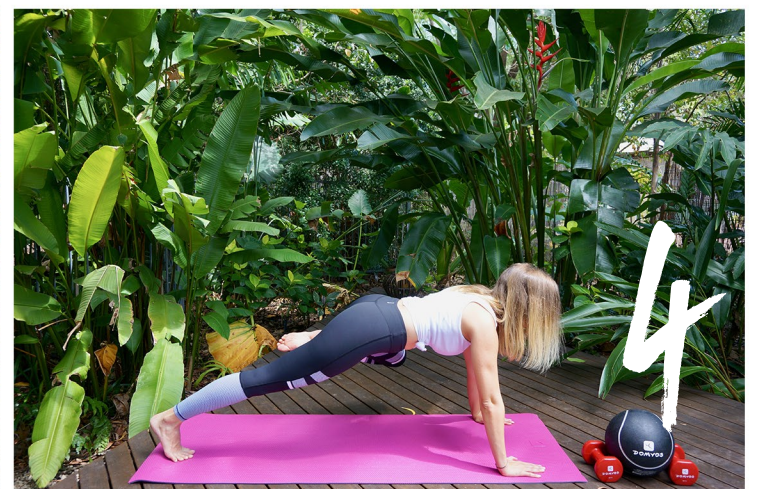
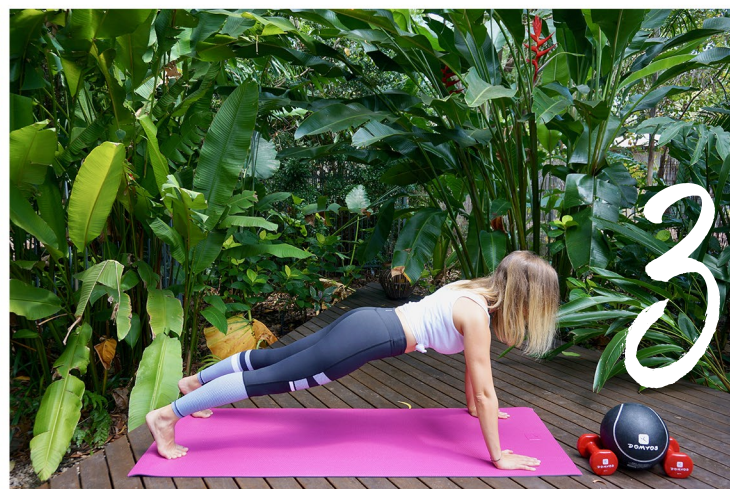
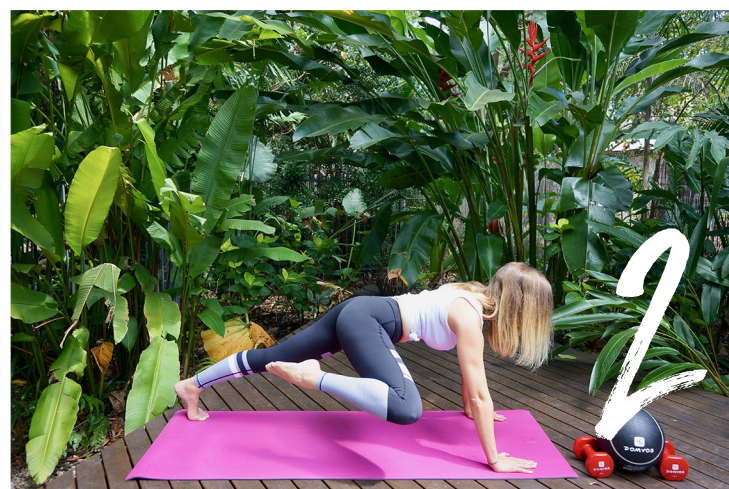
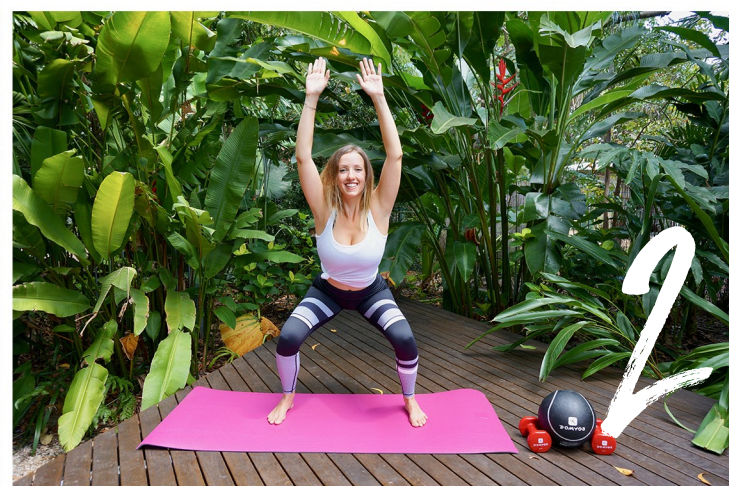
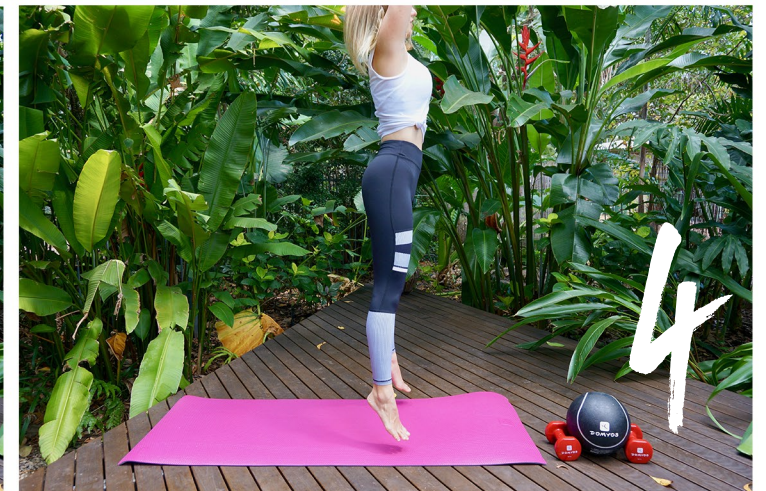
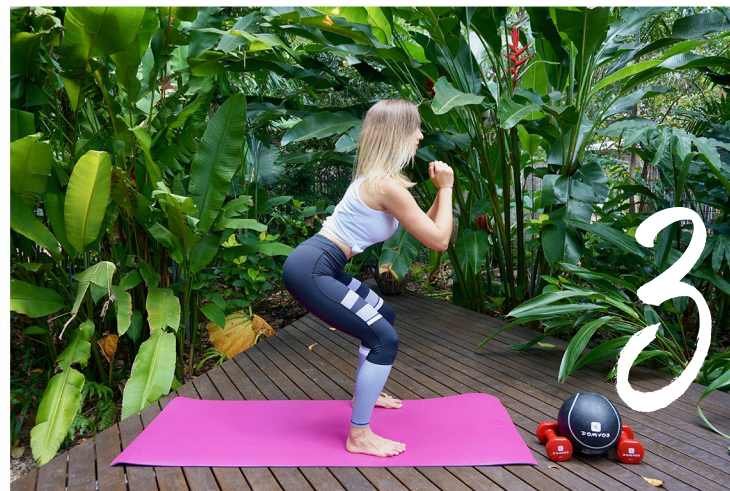
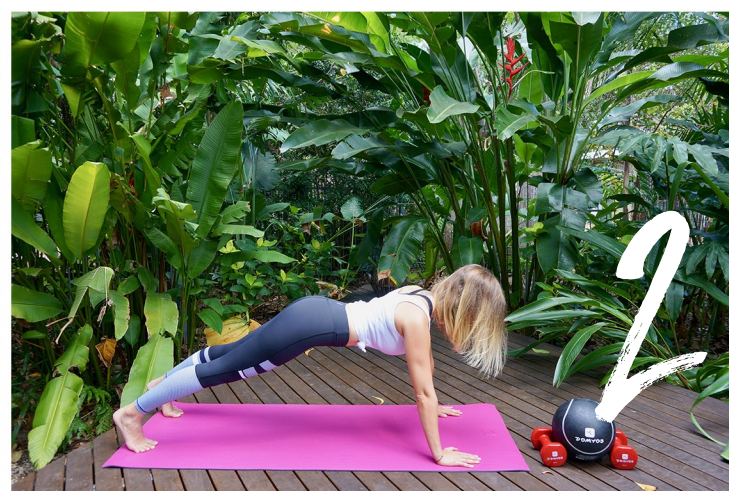


# BRÛLE LES REPAS DE FÊTES avec FitYourDreams.com

Un circuit HIIT qui te permettra de brûler les calories comme jamais !



Fit Your Dreams

[www.FitYourDreams.com](http://www.FitYourDreams.com)

\* 15 répétitions (de chaque côté pour le spider climber)  
0 à 30 secondes de repos entre chaque exercice.

Ce circuit est en vidéo sur la chaîne Youtube de Fit Your Dreams !

