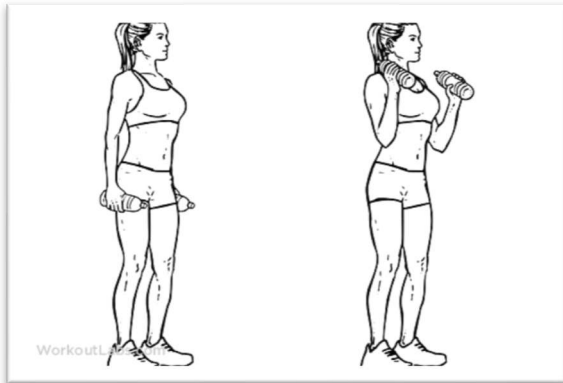


VJEŽBE S UTEZIMA



- dizanje utega iz lakta



- dizanje utega iz ramena



- dizanje utega iz ramena u čučanju



- dizanje utega u ležećem položaju