



22

بالاتنه

23

پايين تنه

24

اينتروال

25

بالاتنه

26

پايين تنه

27

اينتروال

28

استراحت



29

بالاتنه

30

پايين تنه

31

اينتروال

32

بالاتنه

33

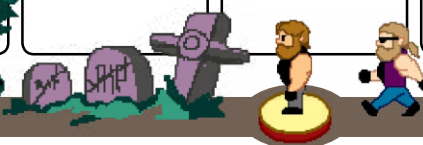
پايين تنه

34

اينتروال

35

استراحت



36

بالاتنه

37

پايين تنه

38

اينتروال

39

بالاتنه

40

پايين تنه

41

اينتروال

42

استراحت



يادداشت

---



---



---



---