


Ejercicios

Idejer	183
Ejercicio	Gluteos en Maquina rodillo
Detalle	Ejeercicio para gluteos
Imagen	 Una ilustración de un hombre musculoso realizando un ejercicio de glúteos en una máquina rodillo. El hombre está de pie, con una pierna adelantada y el talón apoyado en el rodillo de la máquina. Su cuerpo está inclinado hacia adelante, y sus brazos están extendidos hacia los lados, sosteniendo las manijas de la máquina. En la esquina superior izquierda de la imagen, se encuentra el logo 'Fitness' con un pequeño icono de una estrella y el texto 'Fitness' debajo.
Grupo	GLUTEOS
Ord	