

Елена

КОНДУПАЙНЕН

(актриса):

— Увлекаюсь бодибилдингом и уже очень давно, так что инструктор мне не нужен — занимаюсь самостоятельно, в спортивном клубе. Хожу в бассейн, у меня есть специальный комплекс упражнений — своего рода бодибилдинг в воде, кстати, я сама его разработала.

Предпочитаю заниматься, когда нахожусь «на подъеме», в приподнятом настроении. Впрочем, от сознания того, что ты не сдалась, выдержала нагрузку, и плохое настроение может улучшиться.

Антенка — 1000.
Чижона — с. 37.

ЛЕНА:
качок
со стажем

