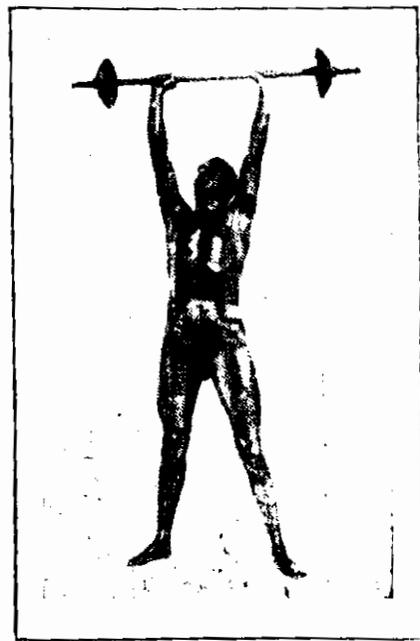
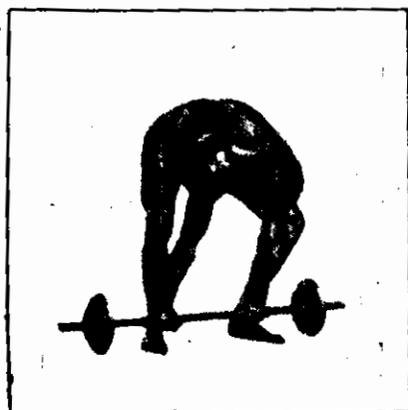


# Levantamento do PÊSO

## Arraché DE DOIS BRACOS



Entre os esportes que mais desenvolvem as qualidades viris do atleta, está o levantamento do peso. Somente aqueles que o praticam, sabem o quanto é necessário em fibra, coragem e força, para se levantar um peso de mais de cem quilos.

Procurando difundir entre nós a prática de tão interessante esporte, damos, nestas páginas, algumas séries de fotografias referentes aos estilos mais usados nas competições oficiais, afim de que possam servir de guia aos que desejem praticar o violento esporte francês.

## Jeté DE UM BRAÇO



# Levantamento do PÊSO

## ARRACHÉ

DE

UM

BRACO

