WOD: 135 | Modalität: GW

Datum:

Ziel: 7 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

3x Front Squat / 80kg Langhantel

7x L-Pull-Up

Zeit von			
Runde 1			
Runde 2			
Runde 3			
Runde 4			
Runde 5			
Runde 6			
Runde 7			