

**WOD: 315 | Upside-Down Angie | Modalität: G****Datum:** 

Ziel: Durchführung in minimaler Zeit!

Die Übungen:

100x Squat

100x Sit-Up

100x Push-Up

100x Pull-Up

Zeit von			
Übung 1			
Übung 2			
Übung 3			
Übung 4			