WOD: 356 | Modalität: GW

Datum:

Ziel: 5 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

Overhead Walking Lunges 15m / 20kg Langhantel

21x Burpee

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