

WOD: 506 | Gwen | Modalität: W

Datum:

Ziel: Maximales Gewicht!

Wiederholungen: 15-12-9

Clean and Jerk / max. GW Langhantel

Gewicht von			
R 1 / 15 Wdh			
R 2 / 12 Wdh			
R 3 / 9 Wdh			