

**WOD: 532 | Modalität: W**

**Datum:**

Ziel: 5 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

15x Clean / 9kg Medizinball

15x Wall Ball Shot / 9kg Medizinball

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