WOD: 635 | Modalität: M

Datum:

Ziel: 3 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

Run 600m

Rest für die Dauer der letzten Übung

Run 400m

Rest für die Dauer der letzten Übung

Run 200m

Rest für die Dauer der letzten Übung

Zeit von			
Runde 1			
Runde 2			
Runde 3			