WOD: 6nc | Modalität: MW

Datum:

Ziel: 7 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

10x Deadlift / 82.5kg Langhantel

25x Double Under

Zeit von			
Runde 1			
Runde 2			
Runde 3			
Runde 4			
Runde 5			
Runde 6			
Runde 7			