

WOD: 728 | Modalität: W

Datum:

Ziel: 5 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

7x Clean / 70kg Langhantel

14x Swing / 24kg Kettlebell (Kugelhantel)

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