

WOD: 732 | Modalität: GW**Datum:**

Ziel: 5 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

6x Handstand Push-Up

12x Chest to Bar Pull-Up

24x Walking Lunge Step / 15kg Kurzhantel

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