

WOD: 752 | Modalität: MG

Datum:

Ziel: Durchführung in minimaler Zeit!

Die Übungen:

Run 800m

40x L-Pull-Up

Run 800m

40x Strict Pull-Up

Run 800m

40x Kipping Pull-Up

Zeit von			
Übung 1			
Übung 2			
Übung 3			
Übung 4			
Übung 5			
Übung 6			