

WOD: 797 | Modalität: MG**Datum:**

Ziel: Durchführung in minimaler Zeit!

Die Übungen:

Row 1km

25x Burpee

Row 750m

50x Burpee

Row 500m

75x Burpee

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