

WOD: 833 | Modalität: GW

Datum:	
--------	--

Ziel: 5 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

Overhead Walking Lunges 10m / 60kg Langhantel

15x Knees to Elbows

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