

WOD: 891 | Modalität: G**Datum:**

Ziel: 4 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

15x Ring Dip

15x Chest to Bar Pull-Up

30x Squat

Zeit von			
Runde 1			
Runde 2			
Runde 3			
Runde 4			