WOD: 974 | Modalität: G

Datum:

Ziel: 5 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

15x Burpee

5x Strict Pull-Up

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