

WOD: cd8 | Modalität: G

Datum:

Ziel: 4 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

20x Hand Release Push-Up

25x Sit-Up

30x Squat

Zeit von			
Runde 1			
Runde 2			
Runde 3			
Runde 4			