

WOD: e91 | Modalität: M**Datum:**

Ziel: 6 Runden in minimaler Zeit!

Jede Runde besteht aus:

Shuttle Sprint 5m

Shuttle Sprint 10m

Shuttle Sprint 15m

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