



Toplife.Zone

7 TAGE CHALLENGE

No. #W1004

Knackiger Po mit Kniebeugen

Level 2: Anzahl x 2

Level 3: Anzahl x 3

TAG 1

10
Kniebeugen

TAG 2

15
Kniebeugen

TAG 3

20
Kniebeugen

TAG 4

PAUSE

TAG 5

25
Kniebeugen

TAG 6

30
Kniebeugen

TAG 7

40
Kniebeugen

Länger durchhalten mit Disziplinwetteinsatz: www.toplife.zone