# 1942

Mahir | 4 min | 39 Kcal

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 |  | 247 | x25 Rep |
| Istirahat | | | 15 Detik |
| 2 |  | 247 | x25 Rep |
| Istirahat | | | 15 Detik |
| 3 |  | 247 | x25 Rep |
| Istirahat | | | 15 Detik |
| 4 |  | 247 | x25 Rep |


**Chestify**

**Ini latihanmu dalam PDF. Di aplikasi kamu merasakan pengalaman lengkapnya.**

Ini struktur teknisnya. Di aplikasi kamu menemukan pengalaman yang lebih kaya dan lebih dinamis.

Unduh aplikasi

Copyright Passion4Profession 2026. All rights reserved.