197

Pemula | 3 min | 29 Kcal

1		283 857	40 Detik
	Istirahat		20 Detik
2		313 857	40 Detik
	Istirahat		20 Detik
3		343 857	40 Detik
	Istirahat		20 Detik
4		307 857	20 Detik

Armify

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.