2340

Menengah | 7 min | 69 Kcal

1		595	30 Detik
Istirahat			10 Detik
2		205	20 Detik
Istirahat			10 Detik
3		757	20 Detik
Istirahat			10 Detik
4		1614	20 Detik
Istirahat			10 Detik
5		205	15 Detik
Istirahat			10 Detik

Copyright Passion4Profession 2026. All rights reserved.

6		595	30 Detik
	Istirahat		10 Detik
7		769	30 Detik
	Istirahat		10 Detik
8		547	25 Detik
	Istirahat		10 Detik
9		763	20 Detik
	Istirahat		10 Detik
10		547	20 Detik
	Istirahat		10 Detik
11		769	20 Detik
	Istirahat		10 Detik

Copyright Passion4Profession 2026. All rights reserved.

12		205	20 Detik
13		769	20 Detik

Burnify

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

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

- 🎬 Panduan video dengan animasi lengkap
- 🎵 Musik eksklusif agar latihan lebih maksimal
- ⚙️ Timer dan pengaturan yang bisa disesuaikan
- 📅 Program bertahap 30, 60, dan 90 hari
- ✨ Latihan baru yang dibuat dengan AI

Unduh aplikasi

Copyright Passion4Profession 2026. All rights reserved.