2649

Menengah | 4 min | 39 Kcal

1		553	x30 Rep
2		409	x30 Rep
Istirahat			10 Detik
3		553	x30 Rep
4		409	x30 Rep

Abify

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.