3036

Mahir | 12 min | 118 Kcal

1		1579	x30 Rep
Istirahat			20 Detik
2		1579	x30 Rep
Istirahat			20 Detik
3		1579	x30 Rep
Istirahat			20 Detik
4		685	x10 Rep
Istirahat			10 Detik
5		685	x10 Rep
Istirahat			10 Detik

Copyright Passion4Profession 2026. All rights reserved.

6		685	x10 Rep
Istirahat			20 Detik
7		697	x10 Rep
Istirahat			10 Detik
8		697	x10 Rep
Istirahat			10 Detik
9		697	x10 Rep
Istirahat			20 Detik
10		487	x10 Rep
Istirahat			10 Detik
11		487	x10 Rep
Istirahat			10 Detik

Copyright Passion4Profession 2026. All rights reserved.

12		487	x10 Rep
Istirahat			20 Detik
13		1420	30 Detik
Istirahat			10 Detik
14		1420	30 Detik
Istirahat			10 Detik
15		1420	30 Detik
Istirahat			10 Detik
16		1420	30 Detik

Buttify

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

Ini struktur teknisnya. Di aplikasi kamu menemukan pengalaman yang

Unduh aplikasi

Copyright Passion4Profession 2026. All rights reserved.