

BURPEE CHALLENGE 2020



█	TAG 01	5 BURPEES	█	TAG 16	50 BURPEES
█	TAG 02	10 BURPEES	█	TAG 17	55 BURPEES
█	TAG 03	15 BURPEES	█	TAG 18	60 BURPEES
█	TAG 04	20 BURPEES	█	TAG 19	65 BURPEES
█	TAG 05	PAUSE	█	TAG 20	PAUSE
█	TAG 06	20 BURPEES	█	TAG 21	65 BURPEES
█	TAG 07	25 BURPEES	█	TAG 22	70 BURPEES
█	TAG 08	30 BURPEES	█	TAG 23	75 BURPEES
█	TAG 09	35 BURPEES	█	TAG 24	80 BURPEES
█	TAG 10	PAUSE	█	TAG 25	PAUSE
█	TAG 11	35 BURPEES	█	TAG 26	80 BURPEES
█	TAG 12	40 BURPEES	█	TAG 27	85 BURPEES
█	TAG 13	45 BURPEES	█	TAG 28	90 BURPEES
█	TAG 14	50 BURPEES	█	TAG 29	95 BURPEES
█	TAG 15	PAUSE	█	TAG 30	100 BURPEES

Und so macht ihr mit:

1. Beitrag auf Instagram posten
2. [@hszg_hochschulsport](#) verlinken
3. [#hszgburpee](#) nutzen

