Burpee Challenge

Vandaag starten we met een Burpee Challenge!

Een *challenge* is een uitdaging
Een *burpee* is een combinatie-oefening
Met deze Burpee Challenge ga je de uitdaging aan om elke dag opnieuw de Burpee uit te voeren.

Maar…dan wel elke dag iets vaker na elkaar! Een toppertje voor je conditie!
En niet alleen voor die van jou!
Daag je broer, zus, mama, papa mee uit om de Burpee Challenge aan te gaan
Wie houdt vol?