

5 HÖGA HOPP	A	6 KORS- RÖRELSER	T	30 SEK SPRING PÅ STÄLLET
B	7 DIPS	F	9 BENKICK	U
8 SIT-UPS	V	5 SIMITAG I LUFTEN	H	10 TWISTA
J	12 KNÄBÖJ	O		D
10 GROD- HOPP	L	2 SNURR	K	4 ARMHÄV- NINGAR



5 HÖGA HOPP	R	6 KORS- RÖRELSER	A	30 SEK SPRING PÅ STÄLLET
N	7 DIPS	E	9 BENKICK	G
8 SIT-UPS	M	5 SIMITAG I LUFTEN	S	10 TWISTA
P	12 KNÄBÖJ	I		K
10 GROD- HOPP	L	2 SNURR	Y	4 ARMHÄV- NINGAR

