

# Knatteträningsbingo



Göra 5 X-hopp



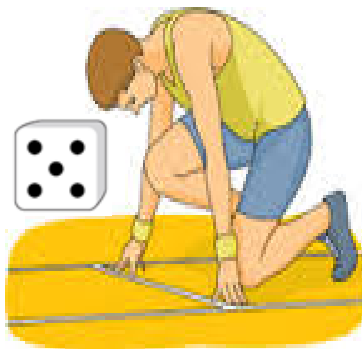
Göra 3 armhävningar



Göra 3 sit-ups



Göra 3 kullerbyttor



Träna start

1. På era platser
2. Färdiga
3. Gå



Dansa disco till din favoritmusik