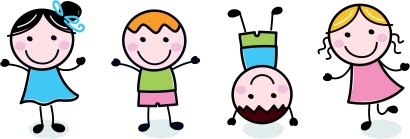
TJUVEN!

Tjuva ett par från en kompis

**Rörelse memory**



90 grader mot väggen

Räkna till 45

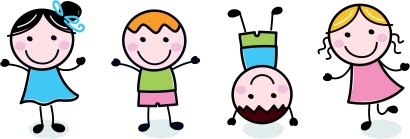
90 grader mot väggen

Räkna till 45

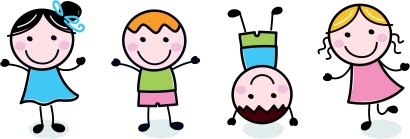
5 stycken situps

5 stycken situps

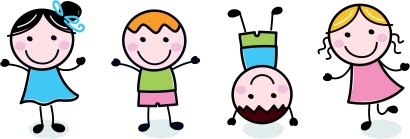
**Rörelse memory**



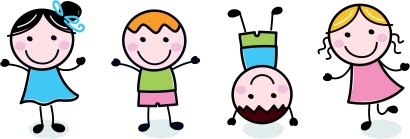
**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



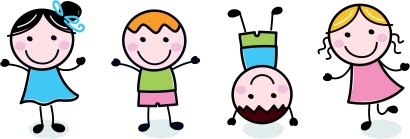
20 stycken höga knän

20 stycken höga knän

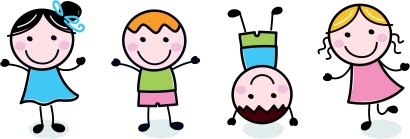
15 stycken stjärnhopp

15 stycken stjärnhopp

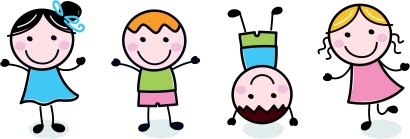
**Rörelse memory**



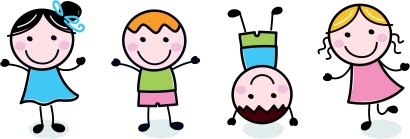
**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



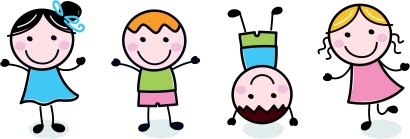
10 hopp på ett ben

10 hopp på ett ben

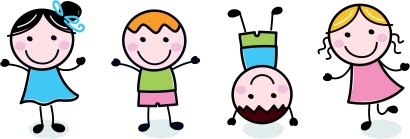
5 stycken armhävningar

5 stycken armhävningar

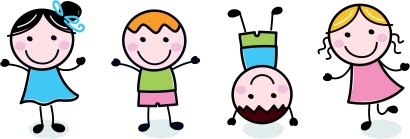
**Rörelse memory**



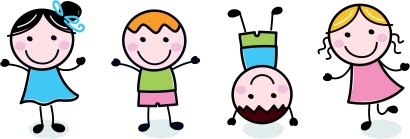
**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



10 stycken rygglyft

10 stycken rygglyft

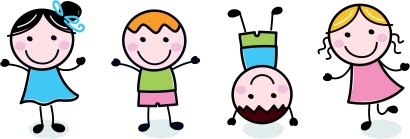
10 stycken stående

längdhopp

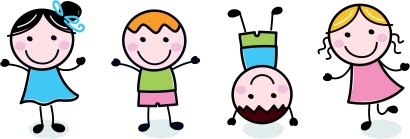
10 stycken stående

längdhopp

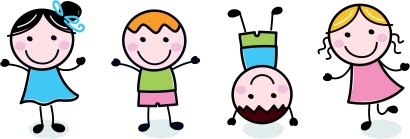
**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



**Rörelse memory**



**Rörelse memory**

