

# Kinna P08 Träningsbingo

TRIXA MED BOLL 20 MIN	SKOTT- TRÄNING 30 MIN	DRIBBLA 15 MIN	JOGGA 2000M	LÄSA MED BOLL SOM KUDDE	BADA 30 MIN
3X10 ARMHÄVNING	ÄTA GLASS	STRANDTENNIS	CHILLA!!!!	TRIXA MED BOLL 20 MIN	30 SITUPS
CHILLA!!!!	JOGGA 2000 M	SKOTT-TRÄNING 30 MIN	3X10 ARMHÄVNING	DRIBBLA 15 MIN	3X10 ARMHÄVNING
BADA 30 MIN	TRIXA MED BOLL 20 MIN	BADA 30 MIN	LÄSA MED BOLL SOM KUDDE	STRANDTENNIS	BADA 30 MIN
SKOTT-TRÄNING 30 MIN	DRIBBLA 15 MIN	JOGGA 2000M	JOGGA 2000M	SKOTT-TRÄNING 30 MIN	30 SITUPS
30 SITUPS	3X10 ARMHÄVNING	3X10 ARMHÄVNING	CHILLA!!!!	DRIBBLA 15 MIN	JOGGA 1200M