

□□□□□□

- □□□□□□□□□□□□□□□□
- □□□□□
- □□□□□□□□□□ 45 □□□□ 5 □
- □□□□□□□□□□
- □□□□□□ 10 □

□□□□□□□

- □□□□□□□□□□□□
- □□□□□□□□□□□□□□□□ 15 □
- □□□□□□□□□□□□□□□□ 10 □

□□□□□□

- □□□□□□□□□□□□□□□□□□
- □□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
- □□□□□□ 5 □□□□□□
- □□□□□□ 10 □

Fitball

- Fitball
-
- 10 20

!