

Name: _____

Fitness Worksheet

S K J A L V U Y A G A F T U S Y P A N I M A T S
I K I S A Q T F P J G F P D N T A Y W R B R T M
K K F S S I I V Z Z Y L M K V R R N A Z M G G K
X L R G L T I V D E Y T J W B X A E V W X W S R
V C P I M P B N I S A Q I G Q N K Z N G O S S P
V U G T Y N O M S C P G Y L J Q M S X G R N P H
E A A J T E M I T N X U T C A J R B O S T H M E
K I U L I R A S A K A L H E B T G L X C K H Q K
M A S B L W B W N Z B D C S W Y N K O C C U M Z
N G F F I B S L C D Y G Z K U C J E L S U E V P
L N L H B D H T E G S K C R D P J I M Z R O R Q
F I Z A A E W Q S A U Y F Y W H W X J T J Z B S
U A T H L E T I C A B I L I T Y I N C R E A S E
F V L R A C F C C Q N K H R U S H F M T Y I D H
K T M E C Y L Z G T I T N J C E J Y O F B H B N
Y X U A I B L E N E N M R W S H P U T P M D C T
T M F W S Z A R N F B E I F P T Q C O E Y H I D
X P L U Y P B H W T N N X E Z D W W V H X H Z W
M S L F H D V X Z L H S H T D Z E P J P B M S T
H Z M S P T X D E R N V T S W R N O D B M I J A
B N M O M Y C A W R H O H L O X T F T F I E J E
T A K F F Y A Y Y E Y L S T A X T G E V S X A T
F I N N U D S D K S Z H N G L U A R Z N Z S T E
P L P T Y Q Z Z D O J V I K K Y U M G Q X J J A

athletic ability increase

physical ability

mentality

push ups

distance

strength

agility

stamina

soccer

power