

Name: _____

Date: _____

Fitness and Nutrition Word Search

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

Target Heart Rate

Aerobic Fitness

Carbohydrates

Flexibility

Endurance

Vitamins

Minerals

Strength

Energy

Power

Speed