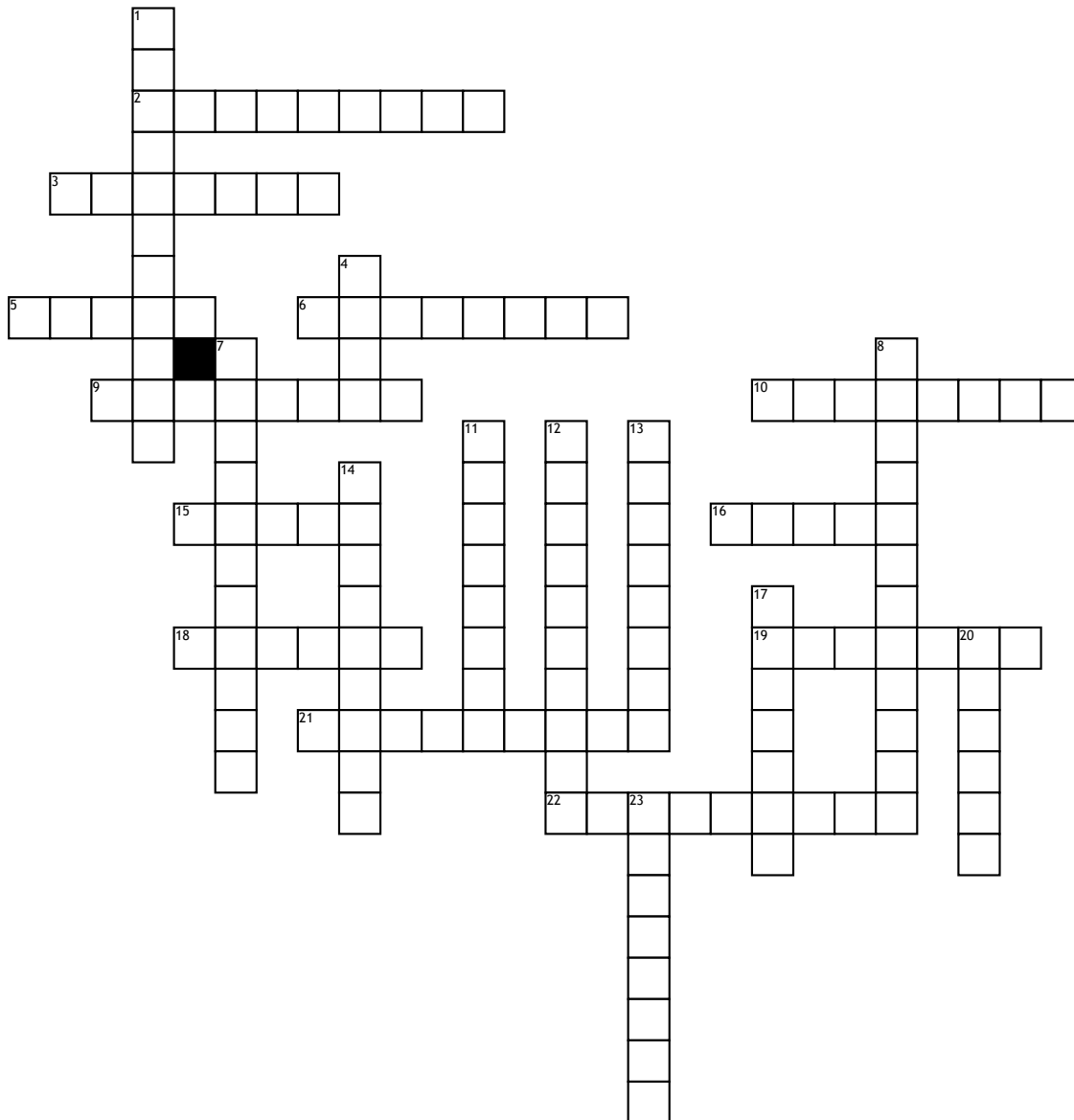


Fitness vocabulary



Across

2. Η ικανότητα των μυών να υπερνικούν χαμηλές ως μέτριες αντιστάσεις για πολύ ώρα
MUSCULAR

3. Η ικανότητα εκτέλεσης κινήσεων με αλλαγές κατεύθυνσης χωρίς να χάνεται η ισορροπία

5. Δεξιότητα

6. Η απάντηση - αντίδραση σε ένα ερέθισμα

9. Η ικανότητα των μυών να υπερνικούν μεγάλες αντιστάσεις
MUSCULAR

10. Αποκατάσταση

15. Η ικανότητα εκτέλεσης μιας κίνησης που απαιτεί μεγάλη δύναμη και ταχύτητα

16. Η ικανότητα εκτέλεσης μιας κίνησης γρήγορα

18. Προθέρμανση (2 λέξεις, χωρίς κενό)

19. Η ικανότητα διατήρησης σωστής στάσης του σώματος

21. Ένταση

22. Διατροφή

Down

1. Η ικανότητα των αρθρώσεων να εκτελούν κινήσεις μεγάλου εύρους

4. Ξεκούραση

7. Απόδοση

8. Η ικανότητα συνεργασίας διάφορων μελών του σώματος για την παραγωγή μιας ομαλής κίνησης

11. Αποθεραπεία (2 λέξεις, χωρίς κενό)

12. Επανάληψη

13. Δραστηριότητα

14. Συχνότητα

17. Ικανότητα

20. Η ικανότητα του ανθρώπου να πραγματοποιεί δραστηριότητες που επιβαρύνουν την καρδιά και τους πνεύμονες για πολύ ώρα. (μια λέξη)

23. Προπόνηση