

Name: _____

Date: _____

Gym Workouts

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

mountain climbers

jumping jacks

chair dips

leg raises

high knees

crunches

push ups

sit ups

burpees

squats

planks

yoga