

Name: _____

Date: _____

Physical skills

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

coordination

flexibility

isolation

extension

alignment

strength

mobility

stamina

control

balance

posture