



5



10



V 17



4



H 6



V 11



V 16



H 3



H 7



V 12



V 18



H 2



H 8



13



V 15



H 1



H 9



14



H

Skilt nr.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Øvelse.nr.	44	316	315	226	20	216	22	23	13	124	223	127	300	19	313	104	11	305	-	-



5



10



V 17



4



H 6



V 11



V 16



H 3



H 7



V 12



H 2



H 8



13



V 15



H 1



H 9



14



H

Skilt nr.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Øvelse.nr.	44	45	39	226	20	216	22	23	13	124	223	127	300	19	313	104	11	-	-	-



5



10



4



6



11



16



3



7



12



17



2



8



13



H 15



18



1



9



H 14



Skilt nr.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Øvelse.nr.	44	45	39	14	13	43	22	23	20	124	223	215	226	111	121	19	221	216	-	-



5



10



4



6



11



3



7



12



2



8



13



1



9



14



Skilt nr.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Øvelse.nr.	44	45	39	14	13	43	22	23	20	124	126	127	125	221	-	-	-	-	-	-



5



10



4



6



11



3



7



12



2



8



13



1



9



14



Skilt nr.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Øvelse.nr.	44	45	39	14	13	43	22	23	20	18	15	38	23	21	-	-	-	-	-	-