

**Kraft-Circuit**  
**mit Einsatz von Geräten / mit einfachen Mitteln**  
**circuit de force**  
**avec engins / avec moyens simples**

**indoor**

**Prg. 1**



**Prg. 2**



**Prg. 3**



**Prg. 7A**



**Prg. 7B**



**Prg. 8**



**Prg. 9**

