

Útskotsæfing (40 - 60) - 20 mín æfing

Hér áttu að taka eftirfarandi tölur út í MAX 9 pílum, náir þú því ekki byrjaru aftur með sömu tölu.

Þú mátt ekki fara í næstu tölu fyrr en hin er búin

Þú stillir skeiðklukku á 20 mín og sérð hvað þú nærð langt niður listan

Merktu X við þá tölu sem þú náðir að

	Æfing 1	Æfing 2	Æfing 3	Æfing 4	Æfing 5	Æfing 6	Æfing 7
124							
125							
126							
127							
128							
129							
130							
131							
132							
133							
134							
135							
136							
137							
138							
139							
140							
141							
142							
143							
144							

Þú finnur fleiri skemmtilegar æfingar á www.kastid.is