



Bakside lår og legg 3



Hoftebøyer 8



Biceps og framside skulder 1



Bryst og skuldre 1



Sete 3



Framsida lår og hofte 1



Spiderman med rotasjon



Sete 1



Framsida lår og hofte 2



Innsida lår 2



Baksida lår og legg 1



Innsida lår 1