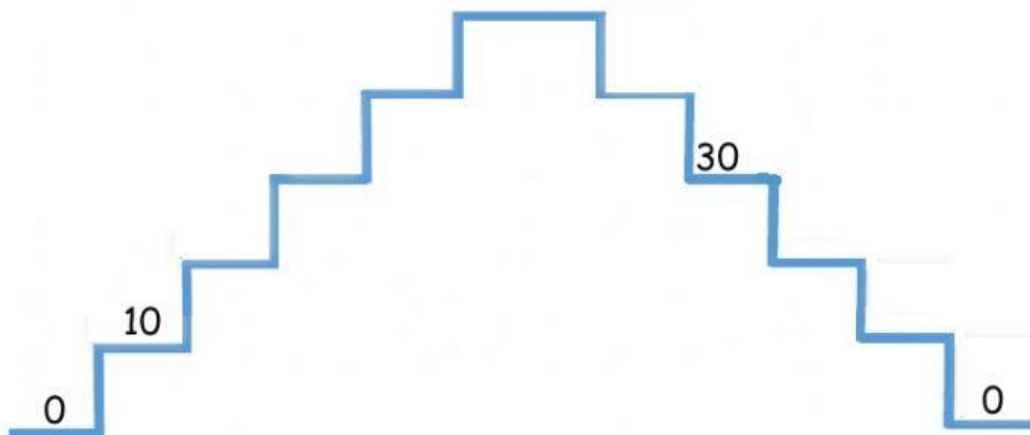


1. Ανεβαίνω και κατεβαίνω σκάλες



2. Ανεβαίνω 10 – 10 τα σκαλάκια και μετά τα κατεβαίνω



3. Μετρώ ανά 5 μέχρι το 50

