

A	14	15		6	2	5		18	4	5	6		12	16
	6				18	9	13	9	1	4				15
B	18	6	14	14	6		4	7		13	5	6	7	2
			1	15	13	15	11		13	5	8	18		
		18	9	13	4	7			12			2	9	
		10	3			5			13	6	3	4	1	
C			3	9	5	4		17	6	1	4	3		
	13	2	6	18	6		13	10		2	1	15	5	6
	10				18	12	5	5	1	6				13
	18	10		16	6	13	6		10	14	4		5	6
		2		15		6	14	6	3		18		4	

LEDTRÄDARNA: A. Modersmat B. Bygga upp mental styrka
 C. Tonstege inom en oktav

D	I		A	K	T		L	E	T	A		U	V
A			L	Ö	S	Ö	R	E					I
L	A	D	D	A		E	N		S	T	A	N	K
		R	I	S	I	G		S	T	Å	L		
	L	Ö	S	E	N			U			K	Ö	
	O	M			T			S	A	M	E	R	
		M	Ö	T	E		H	A	R	E	M		
S	K	A	L	A		S	O		K	R	I	T	A
O				L	U	T	T	R	A				S
L	O		V	A	S	A		O	D	E		T	A
	K		I		A	D	A	M		L		E	

Ö= 9