

Name: _____

Date: _____

Kickboxing

J S E X Q S J A E N X T L F W T M B K E J E I F
Z N T A B P Z D K T N G I H D I P L O N V K Q F
W A A R A Y K K P G X B N L A U S U O M A T S A
M P E D W D D M D Y O S L I D K A Z H E B U R I
W W S Y T L H X E F V D U J R D Q D B S A W D N
A D N O H U E W Y E I Q F K D N C W G T T A O N
C S E B L N K C I K E D I S I M D W N R M T T L
O C F O K G E N H R Y R W H C O D Z M J C I V K
O V E Q G E A A A H D O I O I O J S Y O J N V O
B K D G E E E C O N G U A R D P W T G Q F D V F
H Z L M Z C R O S S O T V X E C Y A D U R Z N P
N E N A S Z F O H D U S K A J I M F G H Q S R N
G U D E W M E S F U F X O X I J G I E N I R W J
V D G F P L X K I C K H D G Y Z T T L L X E P N
U Q R H T N B W U P P E R C U T Z N T J A O F L
A X W C D E N A J Q T M U T M Q G E Y J H I U Q
U Y Y N B I C F A O V W V O W C K S F A I W M W
S E E U R N Z E J M M W L R C I D S A B C L Q A
J N O P B W R O O A B O O M F V G P H P P R X B
T S H R C M R R W N V T I X Z G R V V R G F M M
I C V Y L J Z Z P X W M C C Z B D M K A Y J A G
B W U Q N M Y Y N V U O S K F S C H R K B Y O R
E N S P M F W M M V U G M J I L P U V D B B P F
A H G J E H E X Q T L F S A Z O B Q D D Y Q O T

Upper cut

Sidekick

On guard

Defense

Fitness

Lunge

Punch

Cross

Snap

Kick

Hook

Jab