JCC Gems

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

ABBY
VAULT
ALEX
YUVAL
ALEXIS
AMY
AQUAMARINE
BARS
BEAM
DENISE
DIAMOND
EMERALD
EMILY
FLOOR
FLUORITE
GARNET
GEMS
HANNAH
JADE
JCC
JULIE
KYLIE
MICHAEL
NICOLETTE
OPAL
PEARL
PHOENIX
ROBERT
RUBY
SAPPHIRE
VAULT
YUVAL

Gymnastics Skills

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

AERIAL
ARCH
BACKBEND
CARTWHEEL
COUPE
DISMOUNT
FLATBACK
FLEX
FLIP
FLYAWAY
HANDSPRING
HANDSTAND
HOLLOW
JUMP
KIP
LEAP
PIKE
POINT
ROLL
ROUNDOFF
SPLIT
STRADDLE
TUCK
TURN
WALKOVER
WARMUP
WINDMILL

Muscle Madness

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

AGILITY
BICEPS
BURPEE
CONDITIONING
COORDINATION
FITNESS
GLUTEUS
HAMSTRING
HIP-FLEXORS
JUMPINGJACK
MADNESS
MICHAEL
MOUNTAINCLIMBER
MUSCLE
PLANK
POWER
PULL-UP
PUSH-UP
SHOULDER
SIT-UP
SPEED
SPRINT
SQUAT
STRENGTH
TAPS
TOE-TOUCHES
TRICEPS