

ØVELSE: TRÆK MED DIAGONALT HÅNDGREB

Beskrivelse

- ♥ Find en makker.
- ♥ Kryds armene og hold fast omkring hinandens håndled med "håndtryksgreb".
- ♥ Forsøg nu at flytte hinanden ved at trække i modsat retning.

Egne noter

