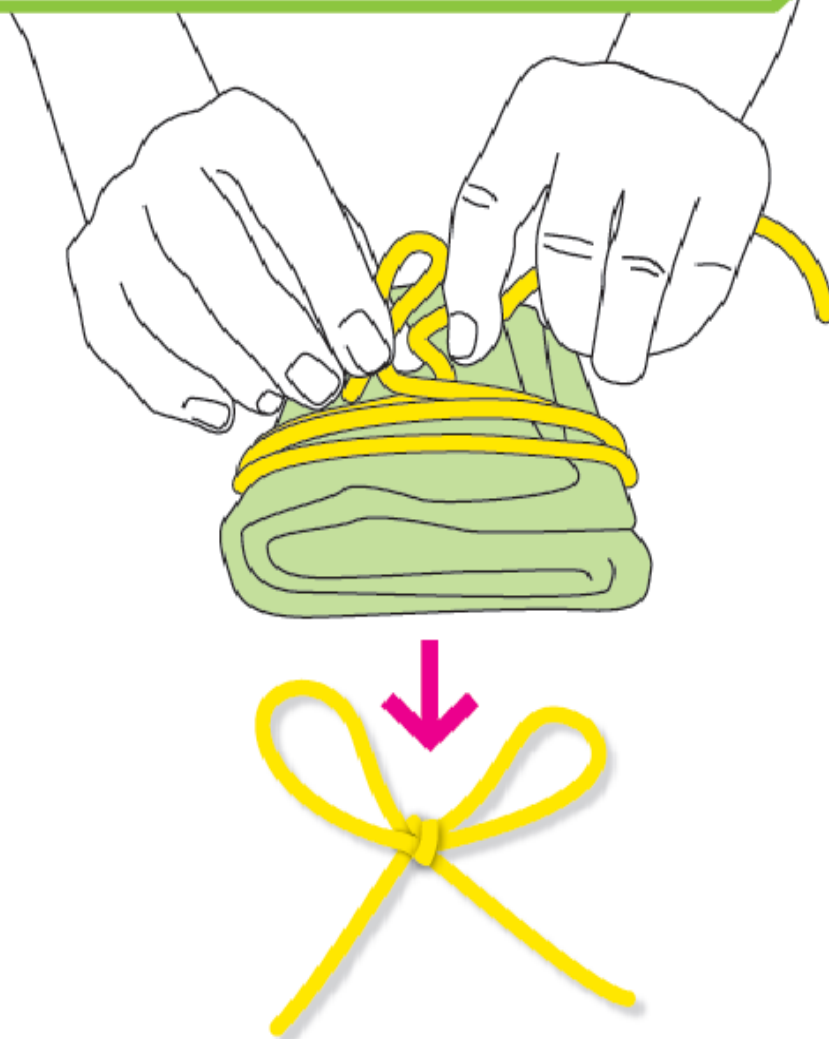


Exerciții cu șnur

Utilizați materialul textil (de ex. un prosop) și șnurul (de ex. un șiret gros)

- Împăturiți materialul textil și înfășurați șnurul în jurul acestuia.
- Legați o fundă – ca la pantofii dumneavoastră.



Exerciții cu șnur

- Cu puțin exercițiu, puteți încerca să executați următorul nod:

