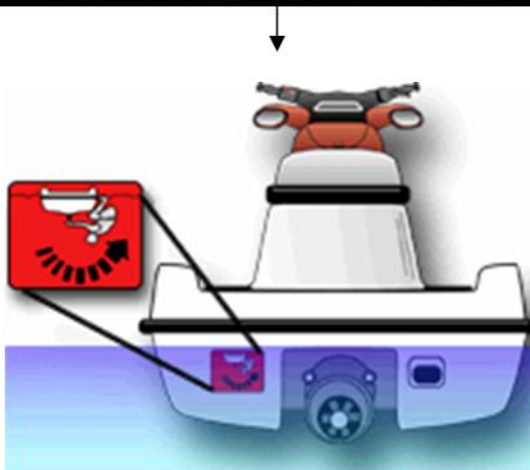


ИНВЕРСИЯ РЕМЕСЛА

R



- НЕ ЗАПАНИКОВАТЬ
- Не отпускайте из ремесла
- Удалите вытяжной шнур из ремесла



- Плавание к задней части ремесла и смотрят этикетка, которая говорит Вам который способ катить ремесло



- Плавание к направленной стороне



- Поместите ваше колено в финансовое и вашу руку в решетке
- Напряжение вашей рукой и отталкивает с ВАШИМ КОЛЕНОМ

In association with:



instructorresources
.co.uk