

Lektion 1: Schwungübungen

→

// // // //

// // // //

→

\\ \\ \\ \\

\\ \\ \\ \\

→

^ ^ ^ ^

^ ^ ^ ^

→

∟ ∟ ∟ ∟

∟ ∟ ∟ ∟

→

∩ ∩ ∩ ∩

∩ ∩ ∩ ∩

→

C C C C

C C C C

→

C C C C

C C C C