

# **Calistenia**

Parcial 1

**Angie Paola Jaramillo Ortega**

Despartamento de Ingeniería Electrónica y  
Telecomunicaciones  
Universidad de Antioquia  
Medellín  
Marzo de 2021

## **1. Desafío**

Llevar los objetos de una posición A a una posición B usando una sola mano.

## **2. Instrucciones**

### **2.1. Posición inicial**

Colocar dos tarjetas del mismo tamaño una sobre la otra y una hoja de papel sobre ellas.

### **2.2. Procedimiento**

Usando solo la mano derecha seguir los siguientes pasos:

1. Levantar la hoja y colocar a un lado sobre una superficie lisa.
2. Tomar ambas tarjetas en la mano.
3. De forma vertical sostener las tarjetas sobre el centro de la hoja.
4. Separar solo la base de las tarjetas aproximadamente 5 centímetros, manteniendo las partes superiores juntas y sostener las tarjetas en esta posición.
5. Sin dejar caer las tarjetas retirar la mano.