

Trabajo calistenia

Parcial 1

Juan Esteban García Durango

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

Índice

1. Estado inicial	2
2. Pasos a seguir	2

1. Estado inicial

El estado inicial del ejercicio son las dos tarjetas unidas la una a la otra debajo de una hoja de papel en una superficie plana horizontal, es decir paralela al piso.

2. Pasos a seguir

- 1) Coger suavemente la hoja sin arrugarla y ponerla en una superficie plana horizontal.
- 2) Agarrar las tarjetas con una mano sin despegarlas una de la otra.
- 3) Ubicar de manera vertical las dos tarjetas sin despegarlas la única de la otra en el centro de la hoja
- 4) Poner en el centro de la hoja el lado más corto de las tarjetas
- 5) con ayuda del dedo índice, sostener la unión de las dos tarjetas de la parte superior
- 6) Con ayuda del dedo pulgar y meñique coger la parte inferior de una de las tarjetas
- 7) Ir despegando poco a poco la parte inferior de las tarjetas sin separar la parte superior ubicadas por el dedo índice hasta formar un triángulo que se sostenga por si solo
- 8) En caso de derrumbarse el triángulo, volver al paso 3)