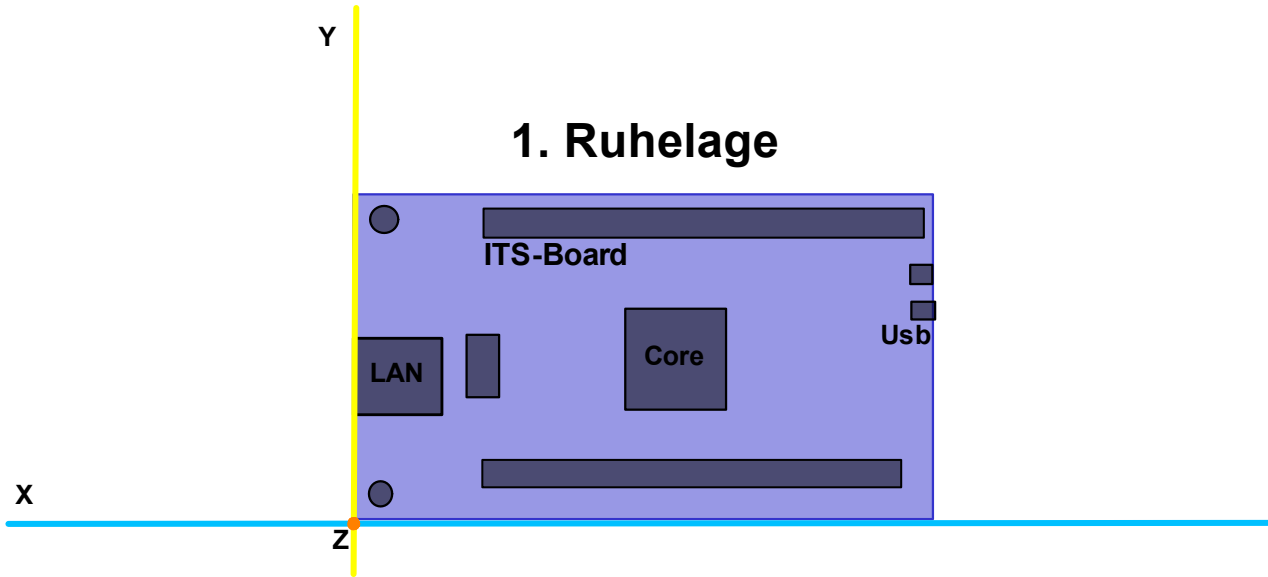
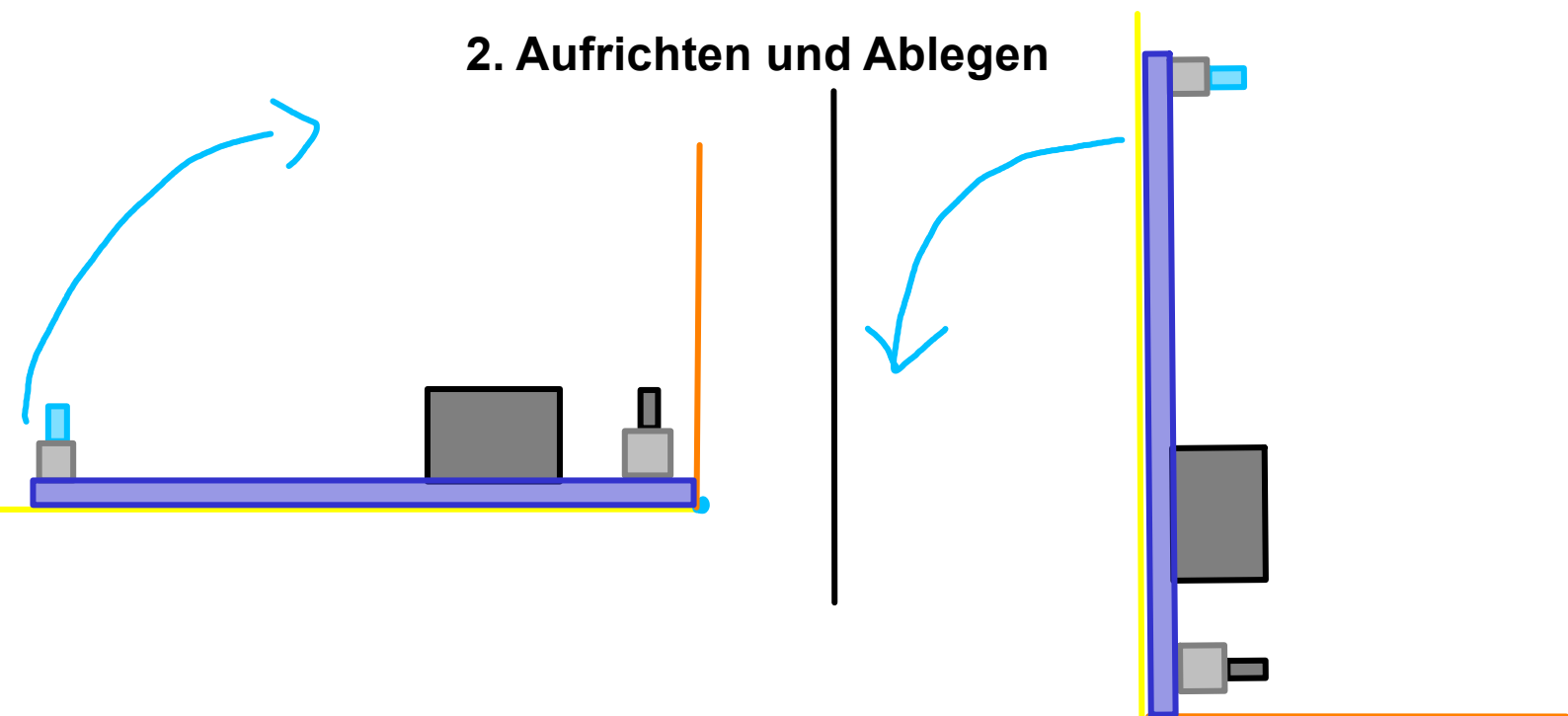


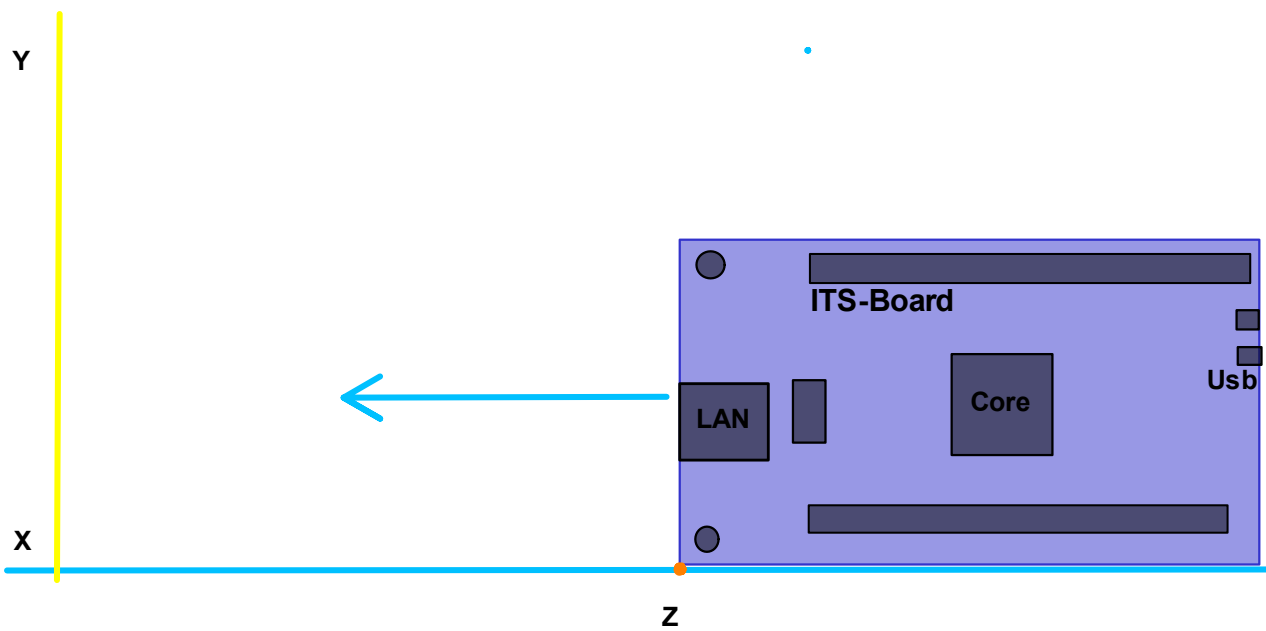
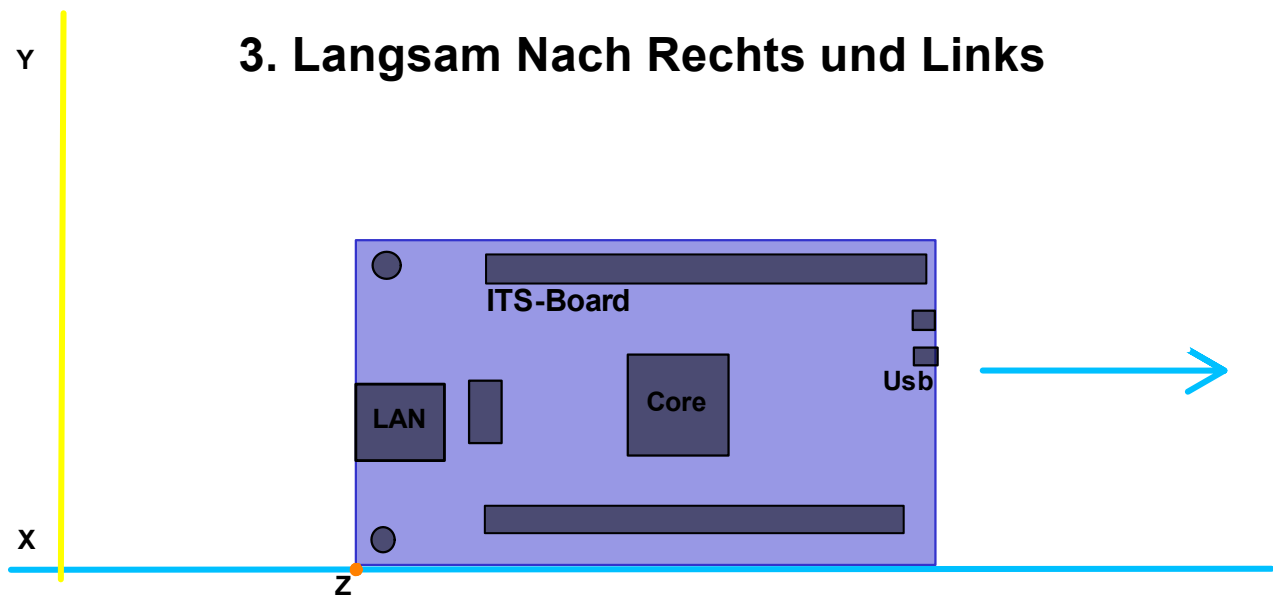
1. Ruhelage



2. Aufrichten und Ablegen



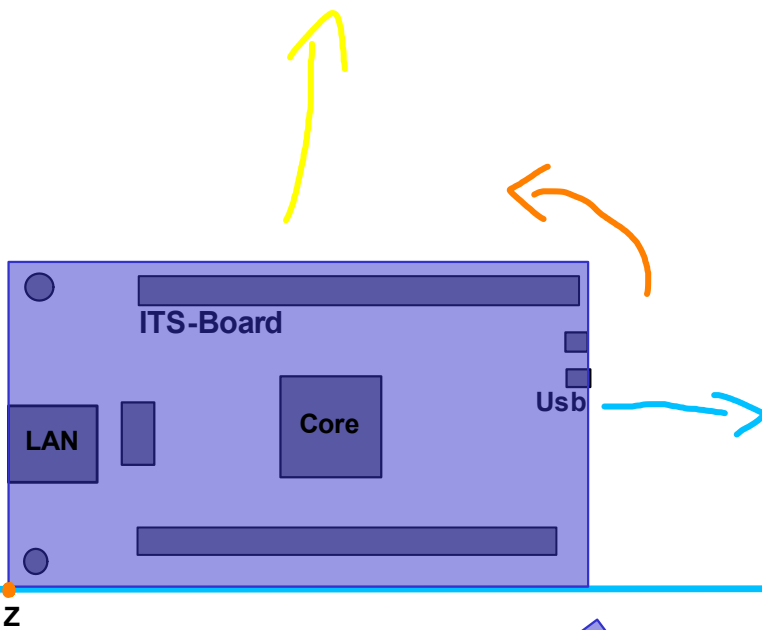
3. Langsam Nach Rechts und Links



4. Das gleiche wie 3. nur mehrmals/schneller

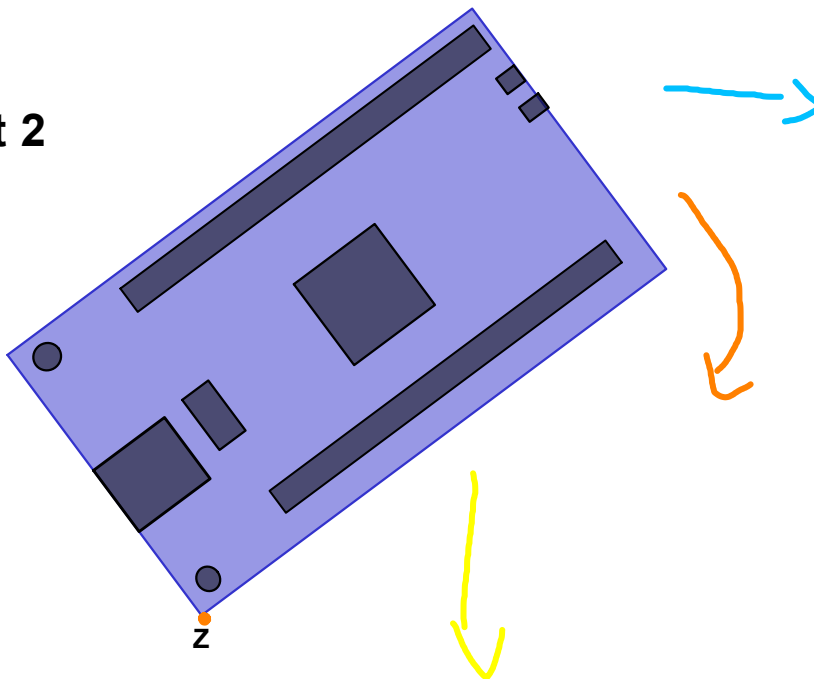
5. Unterschiedlich gradlinienig und rotierend auf einer ebene

Schritt 1

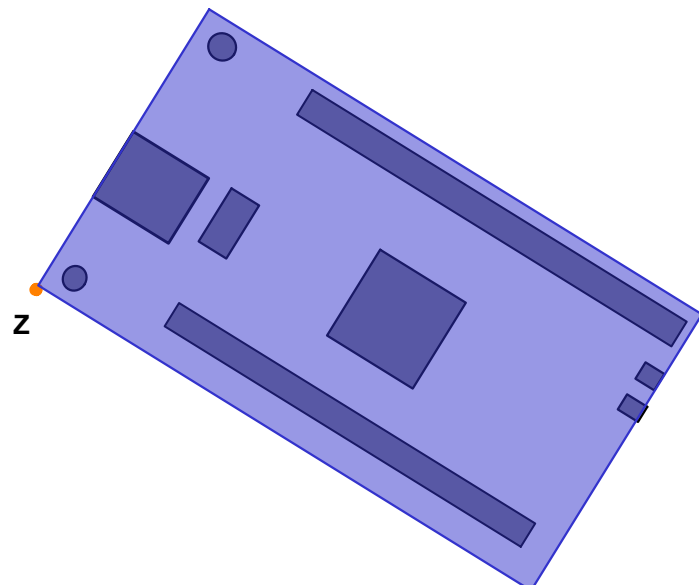


Reihenfolge:
-Vorwärts-
Schritt 1
Schritt 2
Schritt 3
Schritt 2
-Rückwärts-
Schritt 2
Schritt 3
Schritt 2
Schritt 1/2

Schritt 2



Schritt 3



6. Wilde 8er Bewegungen (Ich kann kein 3D zeichnungen)