

KỸ THUẬT DẪN BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN

Hãy sử dụng những từ có sẵn trong bảng. Sắp xếp chúng vào ô thích hợp khi bạn thực hiện kỹ thuật dùng bóng bằng lòng trong bàn chân

cổ chân thả lỏng
đứng tại chỗ
cổ chân co cứng
người ngửa

quan sát
di chuyển
che người
nhấc chân

NÊN

KHÔNG NÊN

