



LABELKAN POSTUR BADAN YANG BETUL KETIKA MEMBUAT LARIAN.

Ayun tangan kiri menghala ke hadapan	Tegakkan kepala dan pandang ke hadapan	Condongkan badan ke hadapan
Tinggikan lutut	Rendahkan bahu ke arah selekoh (kiri)	Ayun tangan kanan menyilang dalam badan

