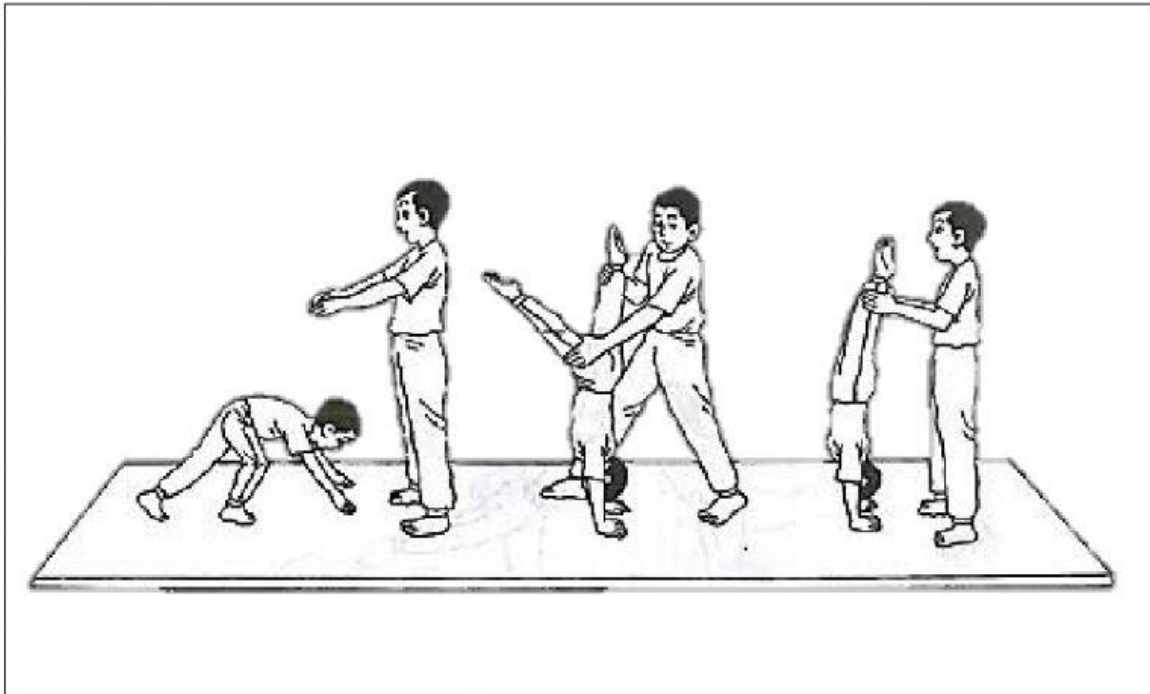


Nama :

Kelas :

Susun cara melakukan aktiviti tegak terbalik mengikut urutan dengan betul.



Kamu hendaklah mengekalkan lakuan imbalan dirian tangan

☐

Kemudian, kamu perlu melejang kedua-dua kaki ke atas.

☐

Kaki dan badan perlu diluruskan untuk mendapatkan keseimbangan.

☐

Mula-mula kamu perlu meletakkan kedua-dua tapak tangan di atas lain.

☐