

HULA HOOP FALTEN



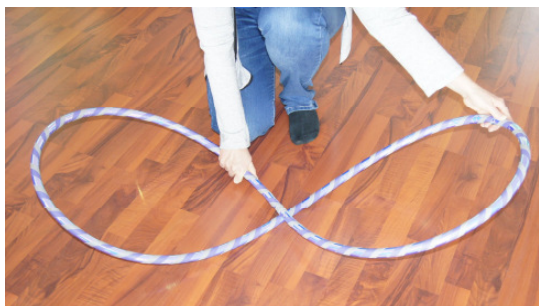
Halten Sie den Hula-Hoop so vor sich, dass das Verbindungsstück oben ist.

Fixieren Sie ihn leicht mit dem Fuss.



Legen Sie beide Hände neben das Verbindungsstück, wie bei einem Velolenker.

Machen Sie nun mit sanftem Druck nach unten eine Bewegung, als ob Sie eine Kurve fahren müssten.



Der Hula-Hoop dreht nun im Verbindungsstück und es entsteht ein liegende 8.



Greifen Sie nun den Reifen seitlich aussen und drücken Sie ihn sanft zusammen. Fixieren Sie ihn mit einer Schnur.