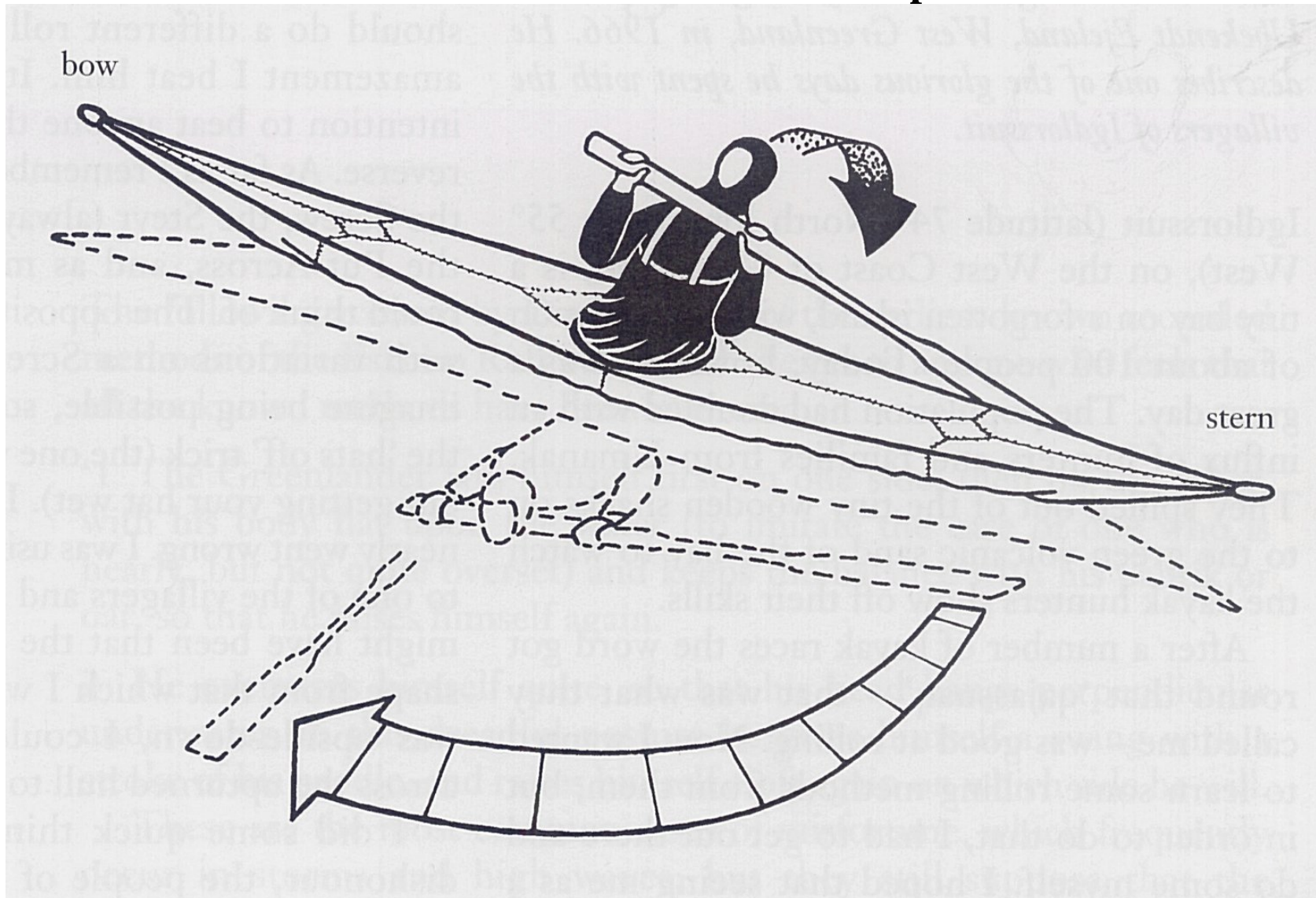


Øvelse 10a – Forward Sweep roll



Venstre og højre side - Også med lukkede øjne