

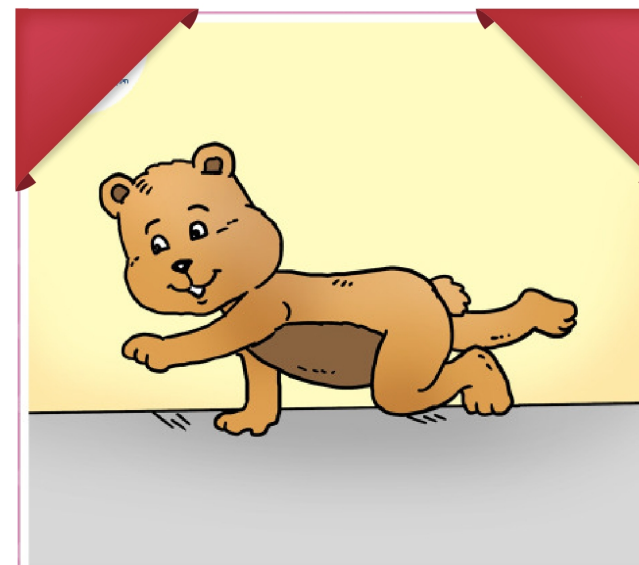


כְּרִטִּיּוֹסִי פְּעִילוֹת

הַבֵּיטוּ בְּדַבִּי וּפְעֵלוּ עַל פִּי הַהוֹרָאָה הַכְּתוּבָה בְּכַרְטִיס



עמוד כמו סרטן. נסה ללכת לאורך החדר קדימה ואחורה ומצד לצד.



עמוד בעמידת שש והרם יד ורגל נגדיות. הסתכל קדימה וספור עד 5.

