**ELLE DUVAR TAKİBİ**

1. Öğrenci duvara yan durur.

2. Duvar tarafındaki kolunu düz bir şekilde öne doğru uzatır. (45 derecelik açıyla)

3. Parmaklarını hafifçe büker.

4. Serçe ve yüzük parmağını duvara değdirir.

5. Elle duvar takibi yaparak yürür.