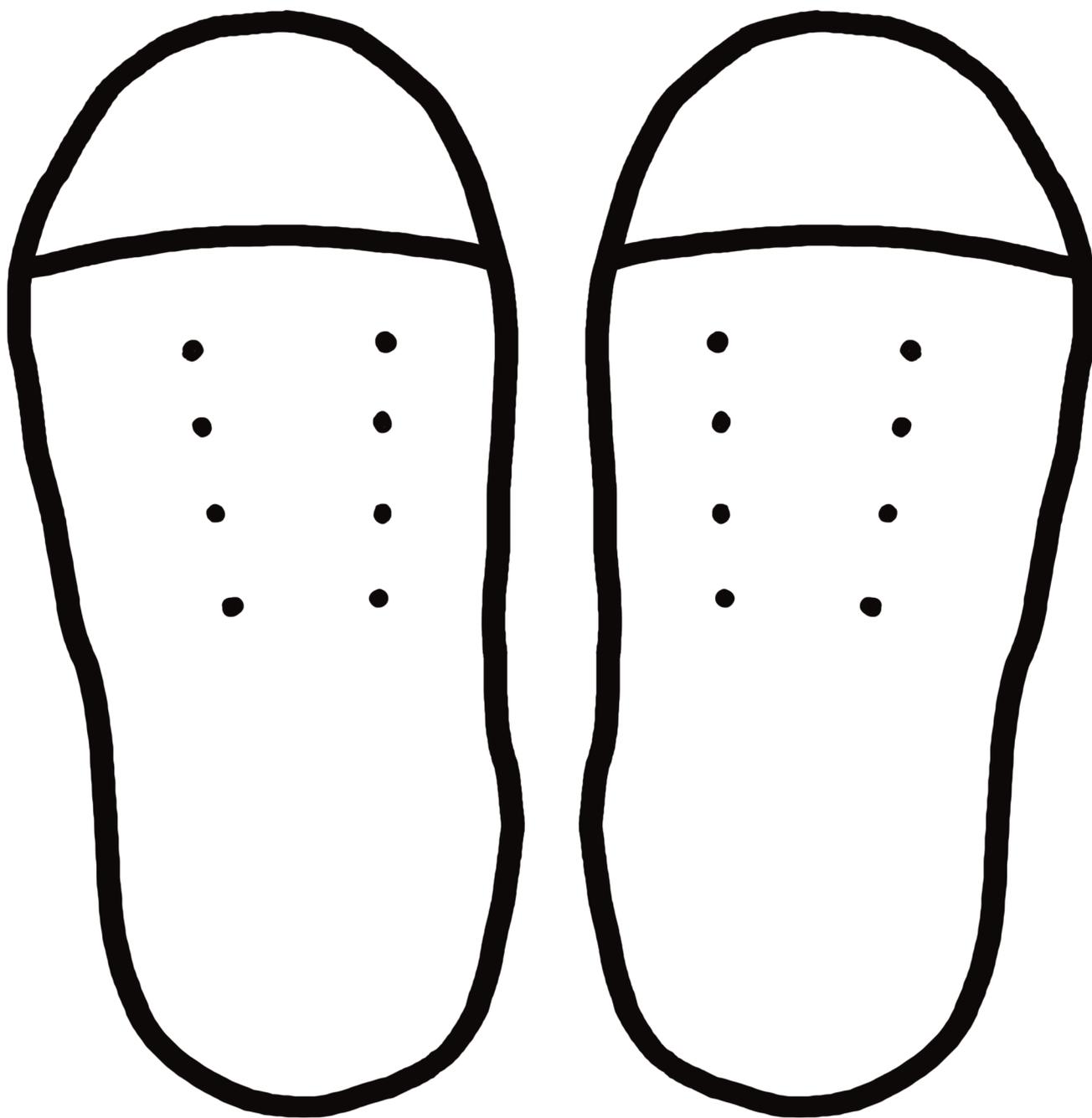


L'allacciamento perfetto



Prima di iniziare l'allenamento, ritagliate e incollate le sagome su un cartoncino, bucatelo in corrispondenza dei puntini e fate passare i lacci.