

Aplicação do Rulo de 6 toques

Youtube Live #05

Gerson Lima Filho

Rulo de 6 toques.

ou

Entendendo o movimento.

Aplicação em viradas.

(A) D E E D D E D E E D D E D E E D D E D E E D D E

(B) D E E D D E D E E D D E D E E D D E D E E D D E

(C) D E E D D E D E E D D E D E E D D E D E E D D E

(D) D E E D D E D E E D D E D E E D D E D E E D D E

(E) D E E D D E D E E D D E D E E D D E D E E D D E

(F) D E E D D E D E E D D E D E E D D E D E E D D E