

# Snurra fingrarna

Håll fingerspetsarna mot varandra så att det blir ett tomrum som liknar en boll mellan händerna. Börja med att snurra tummarna runt varandra – först åt ena hållet några varv och sedan åt det andra. Gå sedan vidare till pek fingren och upprepa samma sak. Gör övningen stegvis med alla fingerpar.

