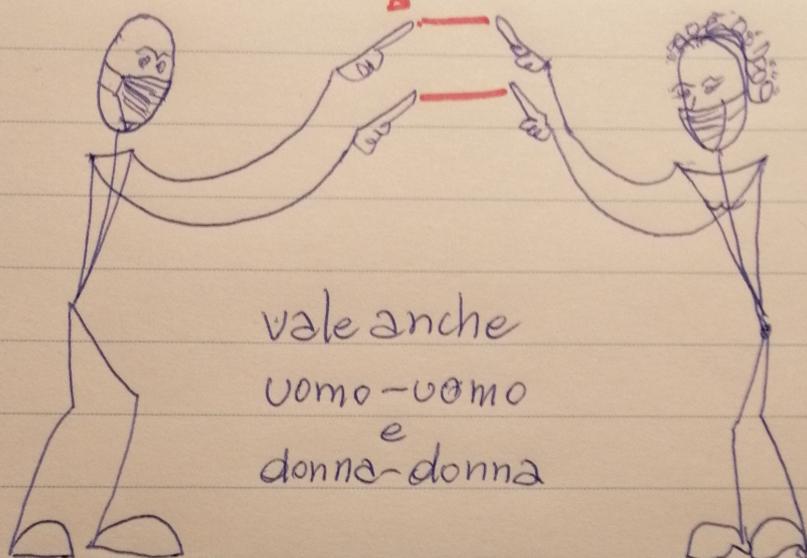
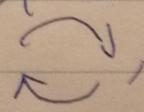


## ESERCITAZIONE INTERATTIVA

usare 2 matite (o altre "bacchette")



vale anche  
uomo-uomo  
e  
donna-donna

1. Una volta in posizione, fate come se si dovesse pedalare contemporaneamente 
2. se la matita cade si ricomincia, non è un test di abilità.
3. dopo circa **20** secondi o più, continuare a occhi chiusi per altri 20 secondi. (FINE)
4. chi vuole può provare a tre, funziona più di quanto si crede.