

GRUPOS DE 4 GOLPES POR CUERDA

EJERCICIO 1

Ascenso 1 2 3 4 - Descenso 4 3 2 1

EJERCICIO 2

Ascenso 4 3 2 1 - Descenso 1 2 3 4

EJERCICIO 3

Ascenso 1 4 2 4 - Descenso 1 4 2 4

EJERCICIO 4

Ascenso 1 4 3 4 - Descenso 1 4 3 4