

Немного техники

Двойки

Главный принцип двойки

Замах ОДИН!

Удара ДВА!

- ДВОЙКИ В СВОБОДНОЙ СКОРОСТИ



- равномерные двойки



- двойка с акцентом на второй счет



# Соединение одиночных ударов с двойками

R L R L RR LL RR LL

