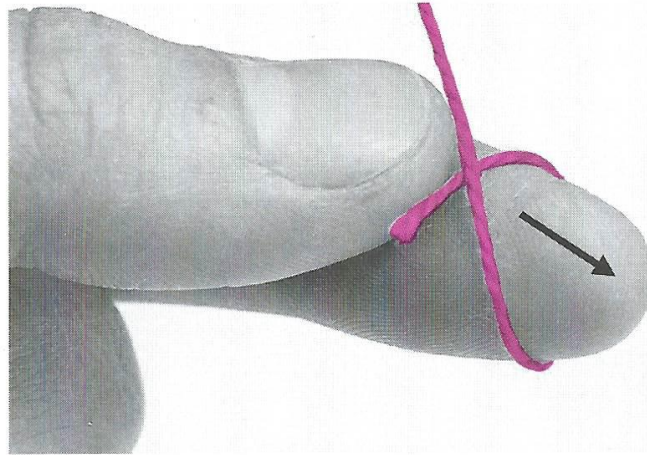
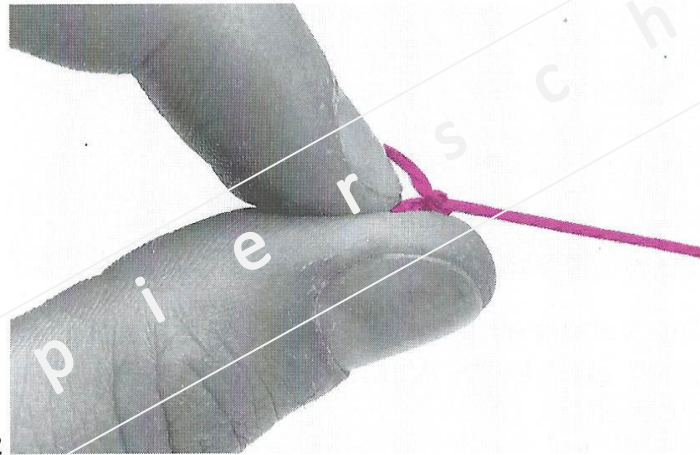


Knoten bilden



- Zeigfinger leicht befeuchten
- Faden am längeren Ende zwischen Daumen und Zeigfinger fassen und 1-mal um den Zeigfinger wickeln



- Mit der Fingerkuppe des Daumens Faden nach vorn über den Zeigfinger abrollen, damit eine Schlinge entsteht

