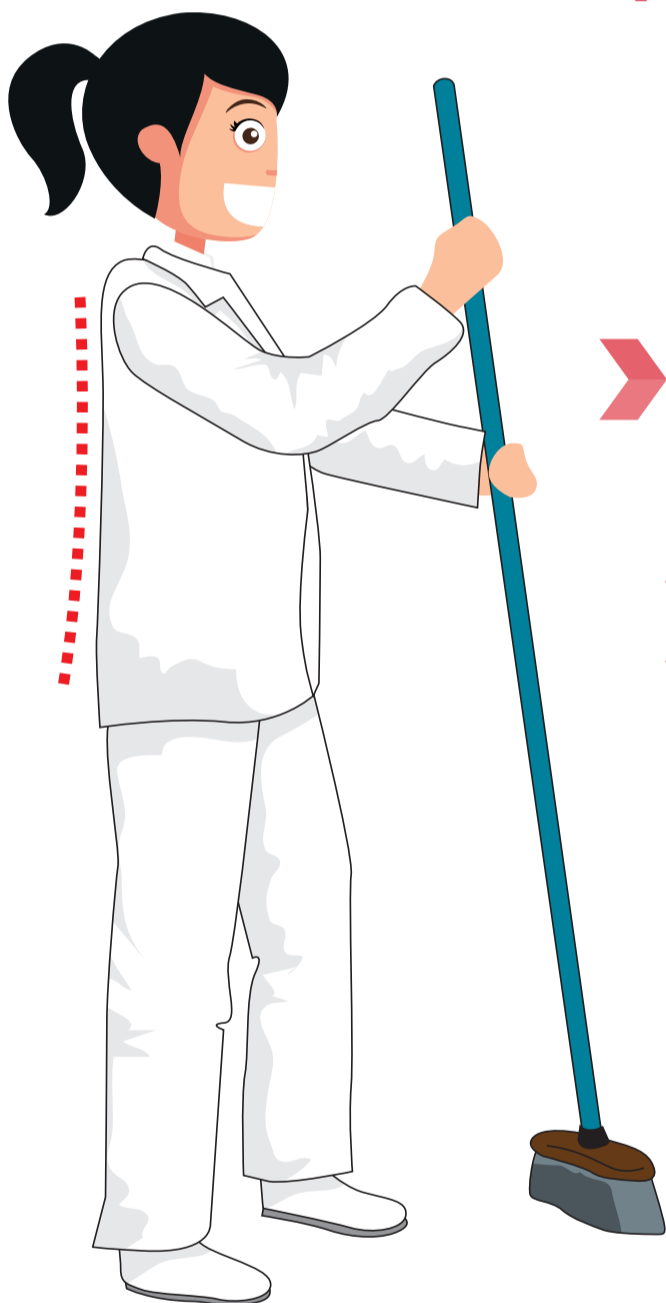


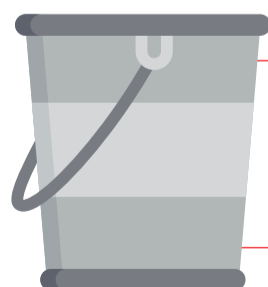
# BARRER y FREGAR EL SUELO



➤ **COLOCA LAS MANOS ENTRE LA ALTURA DEL PECHO Y LA CADERA**

➤ **MANTÉN SIEMPRE LA ESPALDA RECTA**

➤ **EFFECTÚA LOS MOVIMIENTOS SOLO CON LOS BRAZOS**



**MANTÉN LA ESCOBA O FREGONA LO MÁS CERCA POSIBLE DE LOS PIES**

