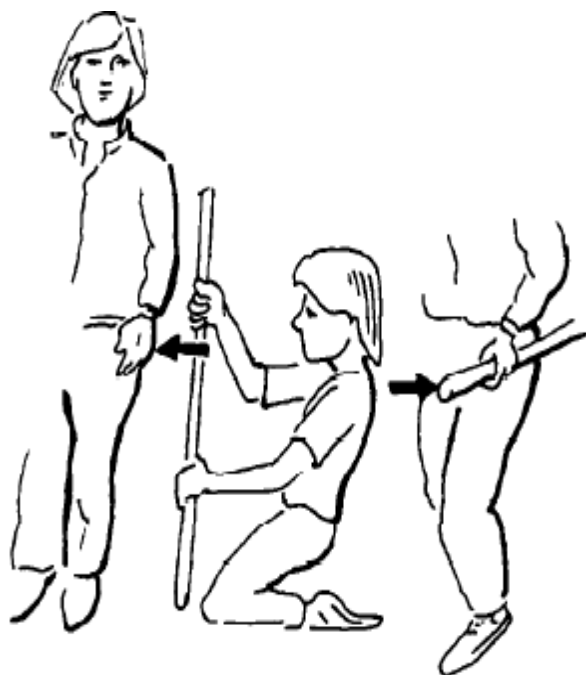


Как человек может ходить опираясь на два поручня.

■ Человек, которого вы обучаете, может передвигаться, используя два поручня.



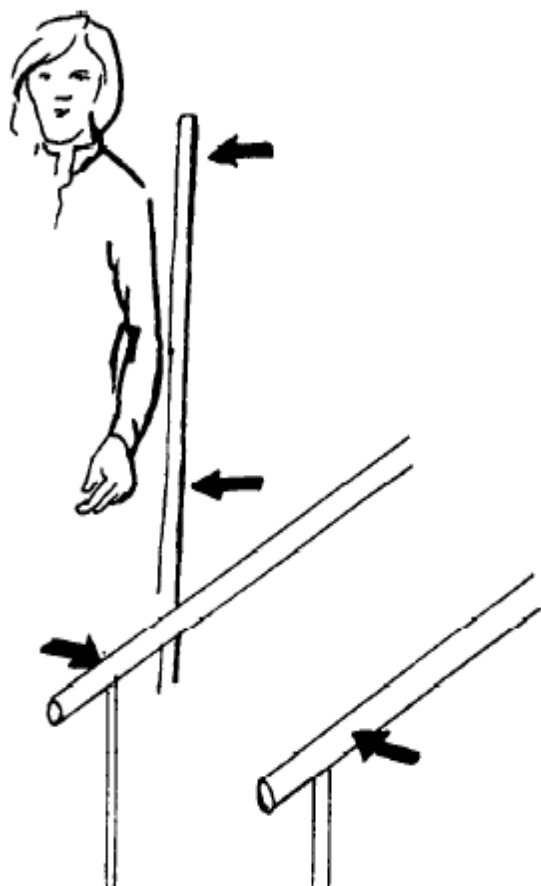
Как подобрать высоту поручней

■ Человек должен встать, придерживаясь одной рукой за дерево или за стену. Другая рука расслаблена и опущена.

■ Поставьте длинную тонкую палку рядом человеком, для которого вы будете делать поручни.

■ Сделайте отметку на палке на уровне его запястья.

■ Эта отметка и есть та высота, на которой должны находиться поручни.



Теперь используйте эту же палку, чтобы измерить длину руки человека.

■ Поручни должны находиться друг от друга на расстоянии, которое равно длине руки человека.

■ Длина поручней может быть любая. Конечно, их длину нужно соразмерять со свободным пространством в доме или во дворе.

