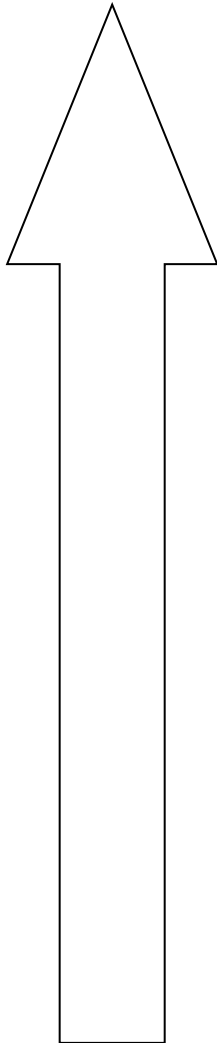


PYÖRÄILYN ABC



- Aseta jalkatuki paikalleen
- Nouse satulasta
- Pysähdy ja vie jalka maahan
- Jarruta
- Polje, polje, polje....
- Pidä pyörä tasapainossa
- Lähde polkemaan
- Aseta poljin oikeaan kohtaan lähtöasentoon
- Istahda satulaan
- Vie toinen jalka polkupyörän keskitangon yli
- Taluta pyörää oikealta ja vasemmalta puolelta
- Nosta tukijalka ylös