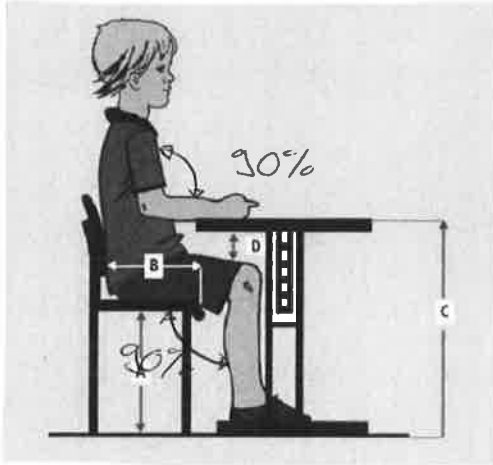
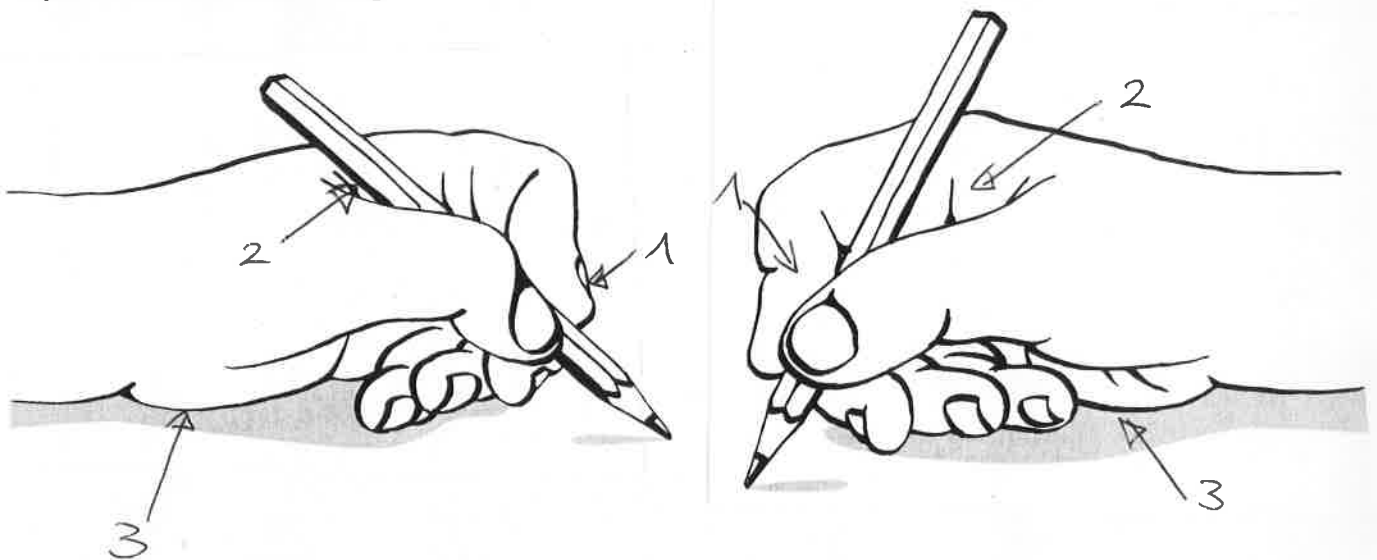


Merkblatt zur Sitz- und Stifthaltung

Optimale Sitzhaltung

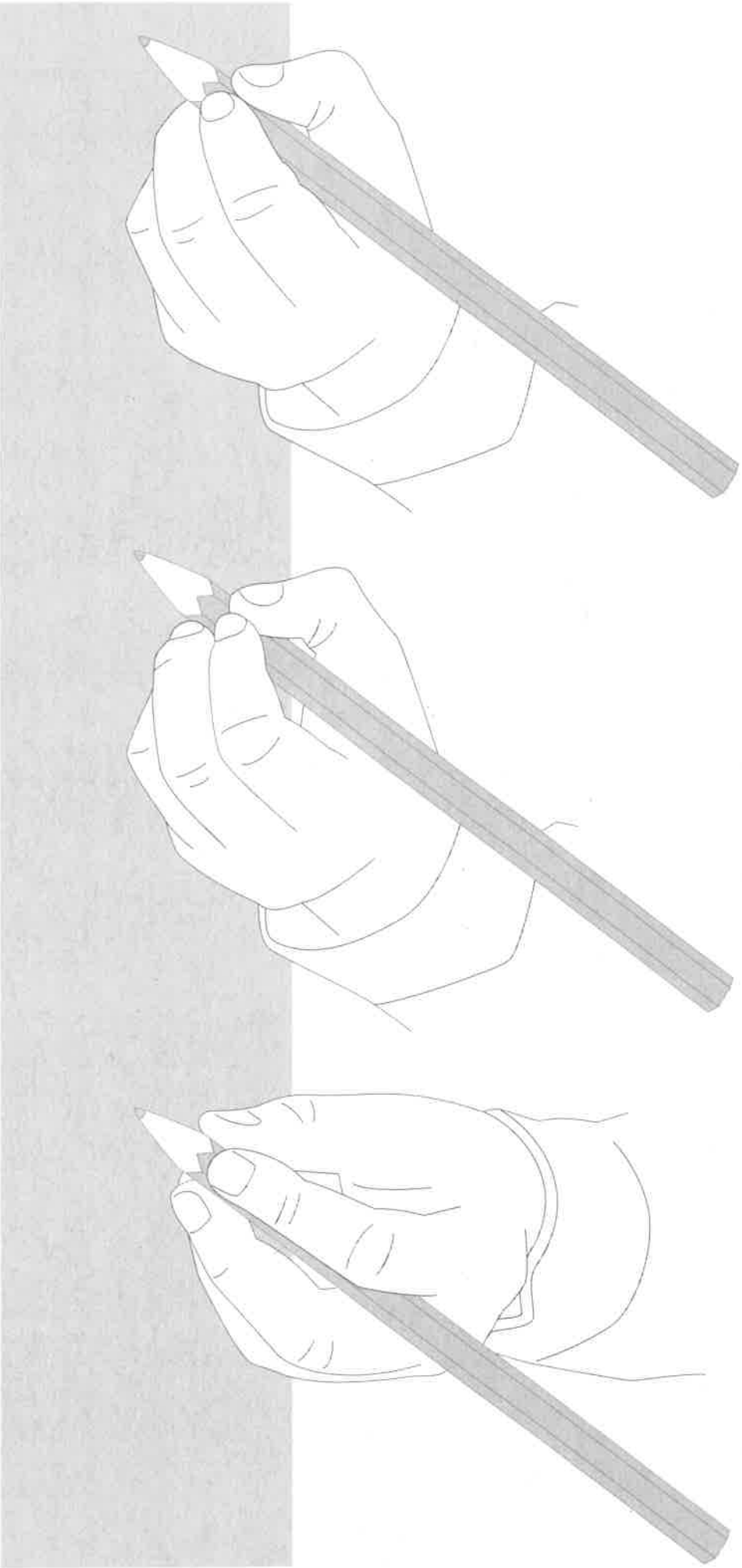


Optimale Stifthaltung



- Der Dreipunktgriff ist optimal. (1)
- Wichtig ist die Beweglichkeit der Fingerspitzen.
- Der Stift liegt in der Grube zwischen Daumen und Zeigefinger. (2)
- Handballen und Unterarm liegen auf dem Pult auf. (3)
- Die Hand, das Handgelenk und der Ellbogen bilden eine Linie.
- Der Ellbogen zieht und stösst.

Optimale Stifthaltung links



Optimale Stifthaltung rechts

