

Instructieblad: harken

Materiaal:

- harken

Werkwijze:

Pak de hark op de juiste wijze vast. Je schrijfhand boven en de andere hand onder.

(Dus als je rechts bent, rechts boven en links onder.) Buig een beetje voorover. Trek de hark rustig naar je toe. Daarna duw je de hark weer naar voren. Schuif iedere keer een stukje op. Zorg dat er geen 'bergjes en kuilen' ontstaan.



juiste stand van de hark



maak een rustige trek- en duwbeweging