



*Подготовительная позиция.* Руки свободно опущены, закруглены в локтях и кистях, расположены перед корпусом. Кончик большого пальца прикасается к середине третьего пальца, остальные свободно и округло сгруппированы.

*Первая позиция.* Руки, сохраняя округлость, поднимаются на уровень груди.

*Вторая позиция.* Руки из первой позиции, сохраняя округлость, постепенно раскрываются в стороны. В конце движения руки находятся несколько впереди корпуса, продолжая линию открытых и опущенных плеч.

*Третья позиция.* Руки из второй позиции, сохраняя округлость, поднимаются вверх, как бы заключая голову в овальную рамку.