



Oefeningen voor de duim:

1) Beweeg de duim omhoog vanaf de basis.



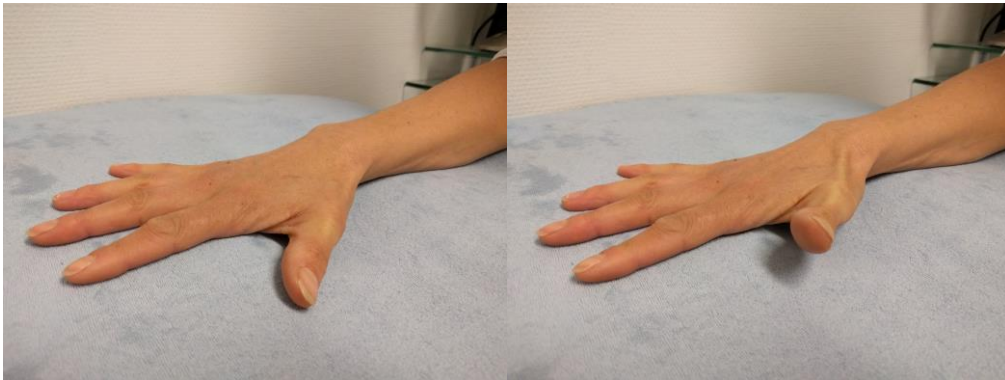
2) Buig en strek het tweede gewricht van de duim.



3) Buig en strek het laatste gewricht van de duim.



4) Streck de duim op van de tafel.



5) Tip-Top, tik met de duim de wijsvinger aan de buitenzijde en de top.



6) Beweeg de duim opzij.



www.handtherapie-langedijk.nl