

= R på r-siden, vr på vr-siden



= Vr på r-siden, r på vr-siden



= 2 r sm



= 2 dr r sm



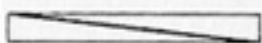
= Omsl



= Sæt 2 m på hjp foran arb,  
2 r, strik mfra hjp r



= Sæt 4 m på hjp bag arb,  
4 r, strik m fra hjp r



= Sæt 5 m på hjp foran arb,  
4 r, strik m fra hjp r



= Boble: Strik skiftevis 1 r,  
1 vr i samme m til i alt 5 m.  
\*Vend, strik 5 vr, vend, 5 r\*,  
gtg \*-\* i alt 2 gange.

Løft 2, 3, 4. + 5. m over 1. m = 1 m