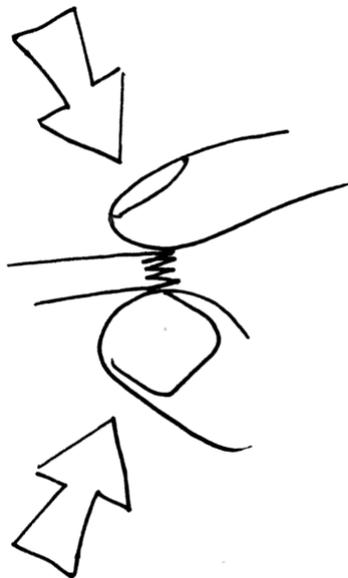
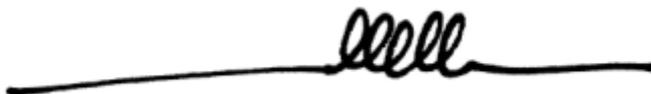


7 Windungen,
locker um ein Streichholz
wickeln



Wendel
zusammendrücken,
sodass die Windungen
nahe aneinander liegen

Die Windungen dürfen
sich aber NICHT
berühren



Fertig