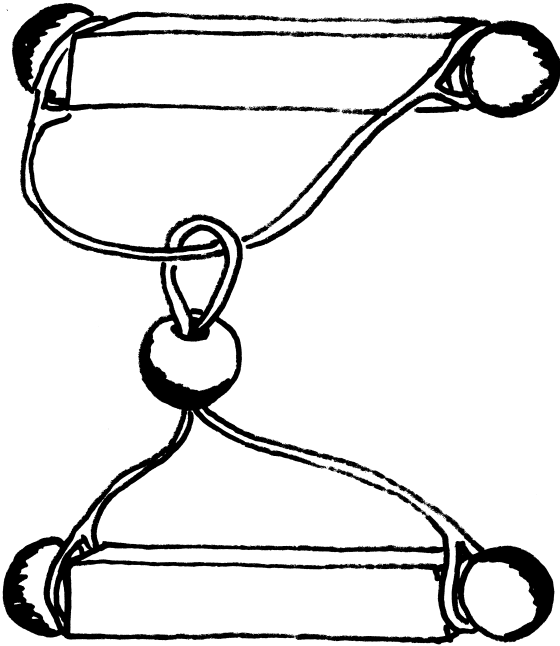


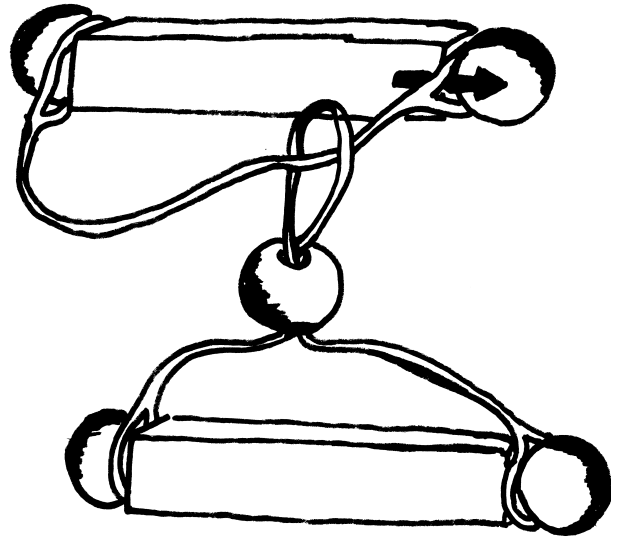
## Langhanteln-Lösung

1)



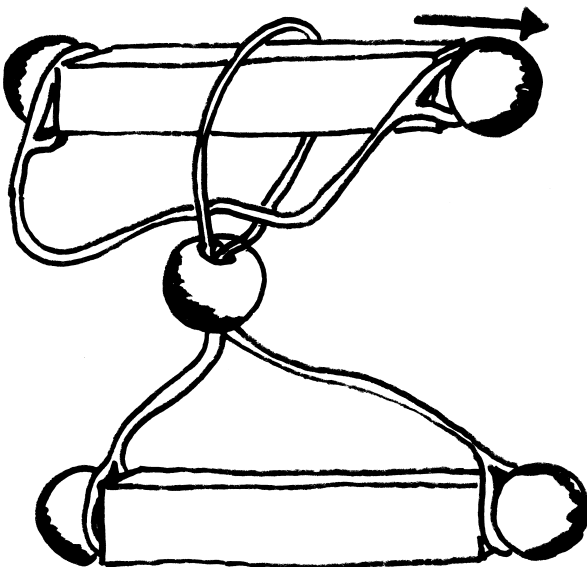
Ausgangsposition.

2)



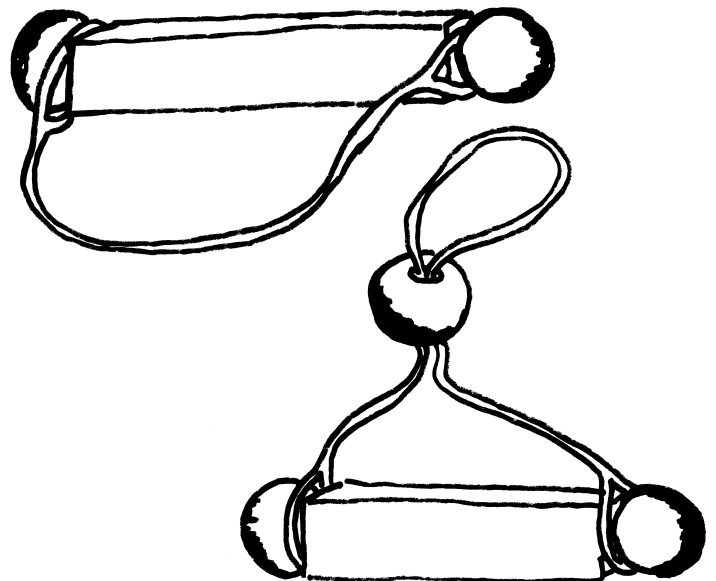
Führen Sie die Schlaufe des unteren Stabes von innen nach aussen durch die Schlaufe am Ende des oberen Stabes und dann über die Kugel.

3)



Ziehen Sie an der Schnur, sodass sie auf dem oberen Stab liegt. Nun muss sie nur noch davon abgezogen werden.

4)



**Fertig!**