

## Kendama

### Big-Cup

1. Lad bolden hænge i snoren og hold kendamaen
2. Med et lille løft i kendamaen, sættes bolden i fart
3. Bolden gribes med den store kop

### Moshekama

1. Hold kendamaen vandret med et blyant-greb og bolden i den store kop
2. Med et lille løft i kendamaen, sættes bolden i fart
3. Bolden gribes med ende-koppen

### Spike

1. Lad bolden hænge i snoren og hold kendamaen vandret med den store kop opad
2. Med et lille lodret løft i kendamaen, sættes bolden i fart (lige op)
3. Bolden gribes med "spiken".

**TIP: Husk at starte bevægelsen i knæledet**

Se flere tricks her:

<http://kendamausa.com/tricks-and-tutorials/>

<http://kromkendama.com/pages/tricks>

<https://www.youtube.com/watch?v=iWSyIOkgJvU&spfreload=10>

<https://www.youtube.com/watch?v=MuedtTPJLY&spfreload=10>

<https://www.youtube.com/watch?v=bhaBkCJQMnk&spfreload=10>