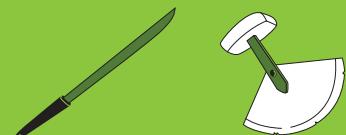




Δῆλος Διάσημος Έργα

ONE FOOT HIGH KICK ▲ COUP DE PIED SIMPLE



አክናርናውን ስራውን የሚያስተካክለውን አገልግሎት ተመርሱ ይችላል፡፡



1 **2** The athlete may start with a running or standing approach. On the take-off both feet must not be more than shoulder width apart.
ຊັ້ນຕະຫຼາດສົດສົກຈົບຈຳ ຕັ້ງ ສັດເກົດຕະຫຼາດສົດສົກຈົບຈຳ. ດັ່ງກ່າວໄດ້ສົດສົກຈຳ ດັ່ງນີ້ ດ້ວຍຕົວຢ່າງຕັ້ງທີ່ ດັ່ງນີ້ ດ້ວຍຕົວຢ່າງສົດສົກຈຳ. ລັກຄະຫຼາດສົດສົກຈຳ ດັ່ງກ່າວໄດ້ສົດສົກຈຳ.

3 **4** The athlete must kick the target with one foot only (left or right).
ΔΩΤΓΛΕΨΑΓΓΟΓΑ. ΔΩΤΓΡΑΓΑ. ΔΑΛΕΓΑ. ΔΑΓΑΓΑ. ΑΝΑΓΓΕΛΓΑ. ΚΕΑΛΓΑ. ΛΑΓΑΓΑ. ΖΑΓΑ.

L'athlète doit frapper la cible avec seulement un pied (droit ou gauche).



5 **6** The target must be clearly struck by one foot.
△匚レルサレバ△セレ △匚レルサレバ△セレ △セレ △セレ
La cible doit être clairement frappée par un pied.