







BREITH AR RUD

Catching



Sprioc-Dhalta								Tuairimí
Na súile dírithe ar an rud ar feadh an ama		Ceann						
Bog an corp díreach i gcosán an ruda		Cabhail						
Síneann na lámha amach chun an rud a bhualadh		Géaga						
Tá na méara ligthe agus lámha cuachta chun an rud a fháil								
Ba chóir an rud a ghabháil agus a smachtú leis na lámha amháin.								
Lúb na huillinneacha chun an tuairt a mhaolú								

Leideanna

Cé na treoracha ar cheart dom a thabhairt?
Beir greim ar an liathróid le dhá lámh.

Cá háit ar cheart dom breathnóireacht a dhéanamh ar an scil sin?
An taobh nó chun tosaigh.

Cén trealamh atá de dhíth orm?
Liathróid.