

## da lotomania

O que é um dos principais passos para ser defensivo no futebol. Embora pareça simples, e um dos passos mais difíceis de aprender. Aqui estão algumas dicas para ajudá-lo a dominar esse passo.

Passo a passo do saque Bodog:

O primeiro passo é colocar o pé direito na bola, com o pé esquerdo à frente.

O segundo passo é pegar a bola com o pé direito e segurá-la como dedão.

O terceiro passo é empurrar a bola para trás com o pé esquerdo.

El Catrin (Dandy) imagens... O Paraguas (Umbrella)