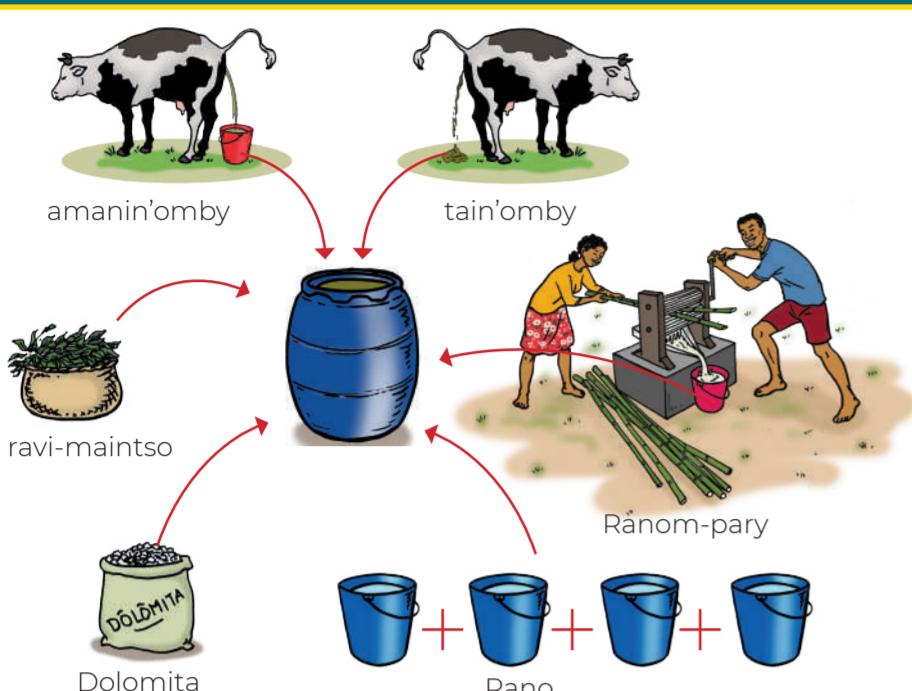


# Dingana 4 amin'ny teknika fambolem-bary zanatany: **FANAMBOARANA FANAFODY NATORALY** **IADIANA AMIN'NY BIBIKELY**



## Ny Zavatra ilaina :

- amanin'omby 1 famatra
- tain'omby 3 famatra
- ravi-maintso mahery fofona na mangidy na masiaka 2 famatra
- ranom-par 1L
- Lavenona na dolomie 1/2famatra
- rano 4 famatra
- ravina 5 karazany fara fahakeliny

Afangaro anaty fitaovana lehibe iray (ohatra bârika).



Arona tsara ary atao lavidavitra ny tanana hialana amin'ny fofona.



Hidina tsara ilay bârika;

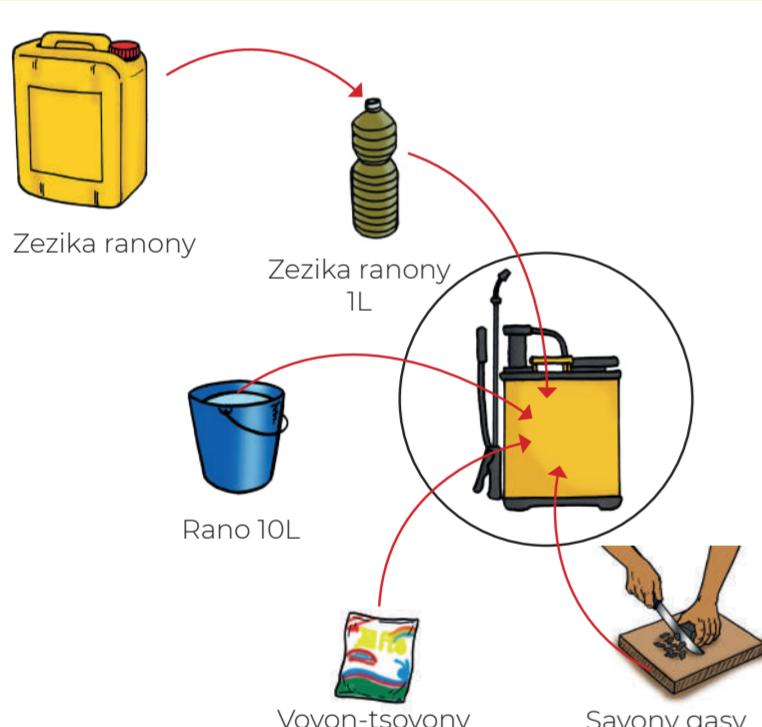
Haroina matetika: isaky ny 2 na 3 andro rehefa vita dia saromana

Avela hilona mandritra ny 21 andro.



Rehefa vita ny 21 andro dia tatavanina ny zezika azo :

- Ny ranony ho ampiasaina dia azo tehirizina anaty bidon mavo
- Ny faikany kosa dia azo atao sakafon'ny kankana.



## Fampiasana azy :

Mahery tsara ilay fangaro ka mila tapohina rano aloha vao ampiasaina amin'ny voly. 1fatra amin'ilay fangaro dia tapohina rano 10 fatra.  
Asiana vovontsavony 1 sachet na savony gasy voatetika madinika (mba hanampy ny heriny)

Afangaro tsara ary atondraka amin'ny fototry ny zavamantiry.



Afaka ny fividianana fanafody simika iadiana amin'ny bibikely izay sady mandany vola no manimba ny tontolo iainana.



## Tombony :

Ny fampiasana ny famonoana bibikely natoraly sy ny zezika ranony dia:

- afahanao manana tahirim-bola noho ianao tsy mividy simika.
- Mitondra fasalamana ka tsy manatona dokotera lava ianao sy ny ankohonanao
- ahazohanao tombony raha toa ka hivarotra izany ianao.