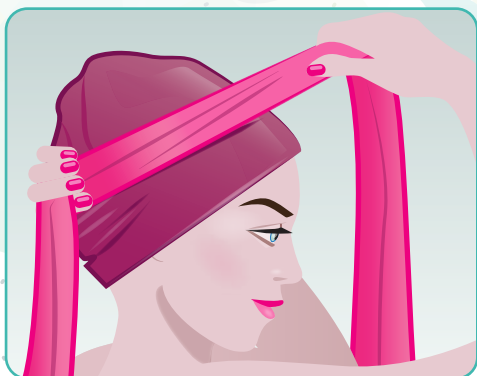
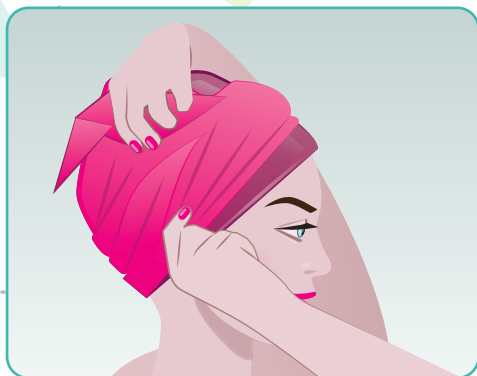


# Sådan laver du den super nemme roset

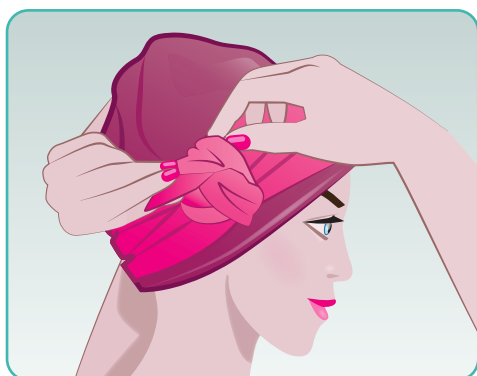
Start med at sætte selve push up-huen



Du finder midten af båndet og starter i siden.



Lad enderne passere hinanden i den anden side, og slut af hvor du startede.



Nu tager du de to ender og laver et par - ikke for stramme - knuder over i hinanden. Form rosetten lidt til sidst.